

20 feb 2014 -11:45

FOD Volksgezondheid lanceert campagne slaap- en kalmeringsmiddelen

België behoort bij de koplopers in de wereld voor wat het gebruik van slaap- en kalmeringsmiddelen betreft.

In 2012 gingen iets meer dan 12,8 miljoen doosjes over de toonbank. Uit de resultaten van Gezondheidsenquête gepubliceerd in 2010 blijkt dat 1 Belg op 12 ouder dan 15 jaar twee weken voor de enquête een kalmeringsmiddel gebruikte. Ongeveer 1 op 10 Belgen gebruikte toen een slaapmiddel.

Vrouwen gebruiken beduidend meer slaap- en kalmeringsmiddelen dan mannen. Ook binnen hogere leeftijdsgroepen en bij laaggeschoolden liggen de percentages hoger.

Sensibilisering is dus belangrijk én heeft resultaat. Tussen 2000 en 2008 steeg het gebruik van slaap- en kalmeringsmiddelen met ongeveer 8,16%. Maar sinds het begin van de campagne in 2009 is er een voorzichtige daling op te merken van 4,43%. (bron APB)

Slaap- en kalmeringsmiddelen slik je niet zomaar

De FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu wil met deze campagne dan ook de groep van niet-gebruikers en recente gebruikers verder informeren over de risico's van onaangepast gebruik van slaap- en kalmeringsmiddelen bij problemen met angst, stress en slapeloosheid.

Het risico op gewenning of verslaving aan slaap- en kalmeringsmiddelen is groot. Deze medicijnen kunnen geheugen- of concentratiestoornissen veroorzaken of een depressie verbergen. Bij oudere patiënten vormen slaapmiddelen een ernstig risico op vallen wanneer ze 's nachts moeten opstaan. Daarom is het dikwijls beter deze medicijnen te vermijden. Alleen bij ernstige problemen of wanneer andere acties niet helpen, kunnen ze helpen na advies van een arts of een apotheker.

Hoewel slaap- en kalmeringsmiddelen bepaalde symptomen kunnen bestrijden, nemen ze ook de onderliggende oorzaak niet weg. Het is belangrijk om ook deze oorzaken aan te pakken.

“Het voorschrijven en het gebruiken van psychofarmaca, zoals slaap- en kalmeringsmiddelen, moet efficiënter worden. Dit vraagt een duurzaam en gediversifieerd beleid. Naast de oprichting van het wetenschappelijk platform psychofarmaca, de erkenning van de psychotherapeut,... is ook sensibilisering hierbij broodnodig. Er bestaan heel wat methoden om angst-, stress- en slaapproblemen aan te pakken. Medicatie zou hier de uitzondering moeten zijn, niet de regel”, zegt Minister van Volksgezondheid, Laurette Onkelinx.

De campagne 2014 is een verderzetting van vorige campagnes en heeft als motto “Slaap- en kalmeringsmiddelen slik je niet zomaar – Praat erover met je huisarts of je apotheker”. De campagne werd ontwikkeld in de drie landstalen en bevat onder andere een publicatie in een aantal weekbladen en kranten. Meer informatie is beschikbaar op de website www.slaapenkalmersmiddelen.be en www.gezondheid.belgie.be/benzo.

Contact:

Sven Heyndrickx

Woordvoerder FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu

0473/83.64.90

sven.heyndrickx@gezondheid.belgie.be

FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en
Leefmilieu

Eurostation II

Victor Hortaplein 40 bus 10

1060 Brussel

België

+32 2 524 97 97

<http://www.health.belgium.be>

Jan Eyckmans

Diensthofd Externe Communicatie &
Woordvoerder

+32 495 25 47 24

jan.eyckmans@health.belgium.be

Heleen Vandenberghe

Woordvoester (NL)

+32 2 524 96 91

+32 486 12 67 98

heleen.vandenberghe@health.fgov.be

Vinciane Charlier

Woordvoester (FR)

+32 475 93 92 71

+32 2 524 99 21

vinciane.charlier@health.fgov.be