

## Wat is dubbele diagnose?

### Factsheet voor familie en naastbetrokkenen

Dubbele diagnose is de term die gebruikt wordt wanneer iemand een psychische ziekte heeft en tegelijkertijd ook problemen met alcohol of drugs heeft. Een term die ook wel wordt gebruikt is comorbiditeit ('morbiditeit' betekent 'ziekte'). Het komt vaak voor dat mensen die afhankelijk zijn van drugs of alcohol (samen ook wel 'middelen' genoemd) ook een psychische ziekte hebben. Het gebruik van middelen kan de psychische ziekte verergeren. Andersom kan de psychische ziekte ook de reden zijn dat iemand alcohol of drugs gebruikt. De combinatie van beide heeft in ieder geval heel vaak een negatieve invloed op de kwaliteit van leven.

Een psychische ziekte heeft invloed op de manier waarop iemand denkt, voelt en zich gedraagt. Er zijn veel verschillende soorten psychische ziekten. De één is ernstiger dan de ander. Voorbeelden van psychische ziekten zijn:

- Depressie
- Angststoornissen
- Manisch-depressieve stoornis
- Schizofrenie

Ook verslaving wordt tegenwoordig tot de psychische ziekten gerekend.

Drugs- en/of alcoholgebruik noemen we problematisch wanneer iemand:

- een illegale drug gebruikt, bijvoorbeeld cocaïne of GHB,
- een legale drug gebruikt zonder doktersvoorschrift of in grote hoeveelheden, bijvoorbeeld medicijnen en alcohol,
- allerlei problemen krijgt door het gebruik van de drugs en/of alcohol en toch doorgaat met gebruiken.

#### Het hebben van een dubbele diagnose

De ervaringen van mensen met een dubbele diagnose lopen erg uiteen. Zeker in het begin kan het gebruik heel prettig lijken en verlichting van de symptomen van de ziekte geven.

Maar sommige mensen worden depressief of angstig wanneer ze meer en langer alcohol gebruiken. Anderen merken dat hun cannabisgebruik hun psychose verergert.

Wat mensen ervaren, hangt af van de ziekte die ze hebben, of ze alcohol of drugs gebruiken, welke middelen zij gebruiken en hoe dat allemaal op elkaar inwerkt.

Ook de behandeling die iemand krijgt is van invloed. Niet iedereen heeft baat bij dezelfde behandeling.

### **Wat is er het eerst, de psychische ziekte of problemen met middelen?**

Het kan erg lastig zijn om te bepalen welke van de twee aandoeningen er het eerst was, de psychische ziekte of het gebruik van drugs en alcohol. De redenen dat iemand én problemen heeft met het gebruik van middelen én een psychische ziekte heeft, verschillen van persoon tot persoon. Het kan zijn dat de psychische ziekte in negatieve zin bijgedragen heeft aan het gebruik of dat het gebruik te maken heeft met de ziekte. Het kan ook zijn dat andere problemen zoals problemen met werk of relaties de kans op het krijgen van psychische problemen of het gebruik van middelen hebben vergroot.

### **Wat betekent een dubbele diagnose?**

Het hebben van een psychische ziekte én een verslavingsprobleem heeft een grote invloed op mensen, op hun leven en op de levens van mensen om hen heen. Wanneer de twee problemen samen komen, is er nog een aantal andere zaken die mee kunnen gaan spelen:

- Iemand met een psychische ziekte kan alcohol of drugs gaan gebruiken om te kunnen omgaan met de symptomen van de ziekte.
- Het kan heel lastig zijn om de goede diagnose te stellen en er achter te komen of de problemen die iemand heeft vooral te maken hebben met de drugs, de psychische ziekte of een combinatie van beide.
- Het kan erg moeilijk zijn om iemand te motiveren om in behandeling te gaan en te blijven.
- Een verergering of terugval van een ziekte vergroot de kans op een verergering van de bijkomende ziekte.
- Er is het risico dat het hebben van de een psychische ziekte de kans op het krijgen van een verslaving vergroot en andersom. Ook kan de ziekte die iemand al had, erger worden als de bijkomende ziekte zich ontwikkelt.
- Uit interactie tussen voorgeschreven medicijnen en alcohol en drugs kunnen vervelende bijwerkingen ontstaan en het risico op een overdosis is groter. Zelfs als iemand medicijnen volgens het advies van de arts inneemt kunnen er problemen ontstaan. Zo kunnen drugs/alcohol de werking van bepaalde medicijnen verminderen.
- Mensen met een dubbele diagnose zijn vaker dakloos en sociaal geïsoleerd, hebben meer last van infecties en lichamelijke problemen, schulden en geldproblemen, zelfmoordneigingen, geweld, antisociaal gedrag en zitten vaker vast (gevangenis).
- Het 'stempel' van het hebben van een dubbele diagnose kan van invloed zijn op iemands vermogen om op een goede manier met zijn toestand om te gaan.

### **Wat kunnen familie en vrienden doen?**

Om een dierbaar iemand met psychische problemen alcohol of drugs te zien gebruiken kan erg moeilijk zijn en veel stress veroorzaken.

Er zijn dingen die u kunt doen:

- **Informeer naar alcohol/drugsgebruik en psychische gezondheid.** U kunt uw familielid of vriend beter helpen als u meer weet over symptomen en behandelmogelijkheden.
- **Moedig de persoon aan om hulp te zoeken.** Dring er bij uw vriend of familielid op aan om professionele hulp te zoeken. Wacht niet af of de persoon misschien ook beter wordt zonder behandeling.
- **Toon begrip.** Laat uw vriend of familielid merken dat u er voor hen bent als ze een luisterend oor nodig hebben, moedig hen aan en help ze bij hun behandeling.
- **Wees geduldig.** Herstellen heeft tijd nodig, zelfs wanneer iemand zich echt inzet tijdens de behandeling. Wees voorbereid op tegenslagen en uitdagingen.
- **Vergeet ook niet om goed voor uzelf te zorgen. Als u uitgeput of overspannen raakt, helpt dat uw** familielid of vriend zeker niet. Er is hulp voor naastbetrokkenen, bijvoorbeeld in de vorm van lotgenotengroepen of familieorganisaties.

### **Colofon**

Deze tekst is een vertaling en bewerking van de factsheet: What is dual diagnosis? Reproduced with permission, Australian Drug Foundation 2014.

Vertaling en bewerking: Anneke van Wamel, Sonja van Rooijen en Christien Muusse.

Deze factsheet maakt deel uit van een serie folders voor mensen met een psychische ziekte en problemen met het gebruik van alcohol en drugs (vaak 'dubbele diagnose' genoemd) en hun omgeving. Deze zijn gratis te downloaden van de site [www.ledd.nl](http://www.ledd.nl). De ontwikkeling hiervan is mogelijk gemaakt door een subsidie van het Fonds Psychische Gezondheid.



Uitgave: Trimbos-instituut/LEDD: Landelijk Expertisecentrum Dubbele Diagnose, 2014