

## Watchful waiting

### *Kader*

Watchful waiting ofwel waakzaam afwachten is een eerste stap interventie waarin de hulpverlener de toestand van de patiënt nauwkeurig volgt op basis van veranderingen. Bij watchful waiting is er sprake van een periodiek actief monitoren van de symptomen van de patiënt. Op basis van verandering van de symptomen van de patiënt, bijvoorbeeld een verslechtering van het beeld, vindt bijstelling van de interventie plaats.

### *Behandeldoel*

Watchful waiting heeft als belangrijkste doel: in de eerste drie maanden na het begin van een niet ernstige depressieve stoornis, niet meteen tot een depressiespecifieke behandeling over gaan. Dit voorkomt overbehandeling.

### *Behandelinhoud, monitoring en behandelevaaluatie*

Watchful waiting bestaat uit een gesprek met de patiënt, waarin het dagelijks functioneren van de patiënt beoordeeld wordt en een BDI/GDS afgenomen wordt. Op basis hiervan vindt een evaluatie van het behandelbeleid plaats. Bij de beoordeling van het dagelijks functioneren kunnen naast de patiënt, ook partners, familieleden en vrienden betrokken worden.

Watchful waiting wordt meestal in de combinatie met voorlichting en elementen uit psycho-educatie geboden.

### *Behandelduur en -frequentie*

Regelmatige controle van patiënten is noodzakelijk, zodat bij verandering van de symptomen het beleid bijgesteld kan worden. Minimaal eens in de zes weken.

### *Evidentie*

Op grond van het natuurlijk beloop van depressieve stoornissen is watchful waiting een zinvolle interventie is bij mensen met een depressieve stoornis (Spijker, 2002).

### *Referenties*

Spijker J, de Graaf R, Bijl RV, Beekman AT, Ormel J, Nolen WA. (2002) Duration of major depressive episodes in the general population: results from The Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study (NEMESIS). Br J Psychiatry 181:208-13.