

Verlagen alcoholconsumptie verkleint risico op borstkanker

De discussie over de voor- en nadelen van borstkankerscreening laait regelmatig op. Zo ook begin dit jaar. Huisarts Sylvia van Manen reageert op de commotie. ‘De screeningdiscussie is relatief als je weet dat het drinken van meer dan negen glazen alcohol per week het risico op het ontwikkelen van borstkanker aanzienlijk doet toenemen. En dat nog maar weinig huisartsen deze boodschap aan hun patiënten overbrengen,’ aldus Van Manen.

“Mede dankzij de organisatie van het bevolkingsonderzoek in Nederland wegen de voordelen van de screening op tegen de nadelen,” stelde de Gezondheidsraad in een advies aan minister Schippers afgelopen januari. ‘Of dit nu wel of niet zo is laat ik in het midden,’ zegt Sylvia van Manen, ‘maar feit is dat bij een alcoholconsumptie van wekelijks negen glazen het risico op het krijgen van borstkanker met 15 procent toeneemt. Ik pleit er dan ook voor dat artsen het thema bespreekbaar maken, hoe lastig ze dat vaak ook vinden.’

heel erg verbaasde. Als huisartsen vijf minuten spreekuurtijd besteden aan het bespreken van de alcoholconsumptie, zie je dat bij vrouwen een reductie van 74 procent optreedt in het gebruik en bij mannen van 66 procent. Het effect van het bespreekbaar maken van alcoholconsumptie door huisartsen is dus groot.’

Theorie en praktijk

Tegelijkertijd stelt ze vast dat er een grote discrepantie is tussen theorie en praktijk. ‘Veel huisartsen, zo bleek ook

belasting voor vrouwen de kans op het ontwikkelen van borstkanker worden verkleind. Een simpel gesprek kan er toe leiden, dat in plaats van 1 op de 8 vrouwen 1 op de 9 borstkanker krijgt. Dat vind ik nogal wat in relatie tot de discussie over screening die gevoerd wordt.’

In haar eigen praktijk vraagt Van Manen aan patiënten met somatische klachten veelvuldig naar hun alcoholgebruik. ‘Ze reageren daar positief op en hebben er niet zoveel moeite mee. Tegen collega’s zou ik willen zeggen:

Naast huisartsen hebben ook fysiotherapeuten, apothekers of diëtisten de verantwoordelijkheid om te wijzen op de gevolgen van overmatig alcoholgebruik

Affiniteit

‘Vanuit mijn eigen praktijk als huisarts bij Huisartsenpraktijk Engelen in Den Bosch heb ik veel affiniteit met het thema drankgebruik; als huisarts zie je nogal wat klachten die met een overmatige alcoholconsumptie in verband kunnen worden gebracht’, gaat Van Manen verder. ‘Daarnaast heb ik in 2008 de pilot “Vroegtijdige signalering problematisch alcoholgebruik” gedraaid met voorlichting aan POH’s-ggz en -somatiek en ook assistentes. In de multidisciplinaire richtlijn die rond die tijd verscheen, stond iets wat mij

uit onze pilot, vinden het lastig om erover te beginnen met patiënten en zijn daarnaast niet goed op de hoogte van de gezondheidswinst die ermee kan worden geboekt. Waarschijnlijk hebben ze vooral de groep van veeldrinkers voor ogen, voor wie regelmatig meer nodig is dan de inzet van korte, met name cognitieve gedragsinterventies. Juist nu er onlangs weer breed gediscussieerd is over het nut van borstkankerscreening, denk ik: door als huisarts met je patiënten in gesprek te gaan over hun alcoholconsumptie kan sneller, goedkoper én met veel minder

denk eraan, overwin vervolgens je mogelijke schroom en informeer ernaar. Voor mijn part doe je het via een omweg: “Je rookt niet, maar hoe staat het met je alcoholgebruik?” Natuurlijk hebben niet alleen huisartsen de taak om mensen op de gevolgen van overmatig alcoholgebruik te wijzen; hetzelfde geldt voor andere zorgprofessionals zoals fysiotherapeuten, apothekers of diëtisten. Het is een onderwerp dat tegelijkertijd hoog op de maatschappelijke agenda thuishoort als in de spreekkamer.’

Waar ligt de grens?


Collega-huisarts Olof van Laere, met zijn praktijk in Liempde, heeft in 2008 deelgenomen aan de hierboven genoemde pilot over problematisch alcoholgebruik. 'Ik heb op zich geen moeite met het vragen naar het alcoholgebruik bij patiënten met een bepaald klachtenbeeld, zoals bijvoorbeeld buikklachten of slaapproblemen. De moeilijkheid is eerder om hen te laten erkennen dat ze een alcoholprobleem hebben, ook al omdat het drinken van alcohol als heel normaal gezien wordt. Het wordt breed geaccepteerd. Veel mensen nemen een glaasje als ze thuiskomen, voor het eten. Maar ja, waar trek je de grens tussen sociaal en problematisch alcoholgebruik? Zo scherp is de grens niet, ook al is de norm één glas alcoholische drank per dag voor vrouwen en twee glazen voor mannen. Vier, vijf flesjes bier per dag is duidelijk, maar een heel grote groep zit juist in een soort overgangsgebied. Het is lastig om op die glijdende schaal aan te geven waar het probleem begint. Als huisarts aankomen met wetenschappelijk onderzoek dat de relatie tussen de mate van alcoholgebruik en het

Huisartsenpraktijk voor kortdurende interventies

Voor kortdurende interventies is de huisartsenpraktijk een geschikte setting, ook al vanwege de vertrouwensrelatie met de patiënten. Praktijkassistenten kunnen de patiëntengroep screenen en na een goede training zelf ook interventies uitvoeren. De huisarts kan een patiënt eventueel doorverwijzen naar de gespecialiseerde verslavingszorg als een kortdurende interventie niet blijkt te werken. Daarnaast kan de huisarts spreekuren instellen voor mensen met alcoholproblemen, eventueel te bemensen door een speciaal opgeleide praktijkassistent of een externe expert, bijvoorbeeld een hulpverlener of preventie-medewerker uit de verslavingszorg. De huisarts heeft de beschikking over de NHG-Standaard 'Problematisch alcoholgebruik' en voor de huisartsenpraktijk bestaat de 'Handleiding Alcoholconsultatie'.

risico op het ontwikkelen van klachten aangeeft, heeft meestal niet zoveel zin. Wanneer patiënten komen met klachten die je aan hun drankgebruik kunt relateren, proberen we eerst met kortdurende interventies om dat gebruik te verminderen. Voor de échte probleemgevallen, die duidelijk alcoholafhankelijk zijn en dagelijks een bovengemiddelde hoeveelheid drank nodig hebben, rest niets anders dan doorverwijzing naar gespecialiseerde hulp,' aldus Van Laere.

Reinold Vugs



Het is lastig om patiënten te laten erkennen dat ze een alcoholprobleem hebben, want alcohol drinken wordt als heel normaal gezien. Bij dagelijks vijf glazen is het wel duidelijk. Maar een grote groep bevindt zich in een overgangsgebied. Waar ligt dan de grens, wanneer is het een probleem? (Foto: StockXchng)