

# NEGDA

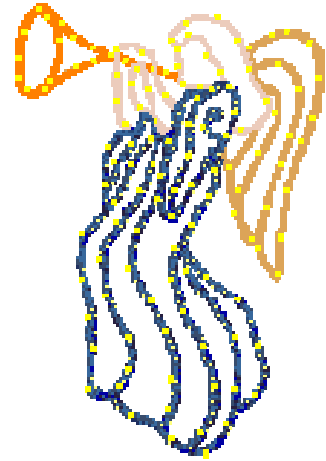


## NIEUWSBRIEF 2006



VU medisch centrum





Het **NEGDA** team  
wenst u fijne feestdagen toe  
en de beste wensen voor 2007!



**Colofon**

Eindredactie: Reen Halkema en Brenda Penninx  
Vormgeving: José Stoop en Arianne van Reedt Dortland  
Drukwerk: Multicopy Amsterdam  
Fotografie: Tim Zandbelt  
Uitgave: december 2006



## **Van de NESDA hoofdonderzoekers**

Het jaar 2006 is voor NESDA een heel belangrijk jaar geweest. Sinds augustus 2004 worden interviews en metingen gedaan voor de NESDA studie, het onderzoek waaraan u heeft meegewerkt. Maar na een relatief rustige start in 2004 en 2005, is de studie in 2006 echt op gang gekomen. In het afgelopen jaar zijn er maar liefst 1384 nieuwe personen geweest die aan de NESDA studie hebben meegedaan.

Hiermee zijn er op dit moment 2613 van u gezien voor het eerste interview. Het onderzoek loopt prima op schema, en in februari 2007 hopen wij de laatste personen te werven. Dan is het onderzoek echter nog niet afgelopen, want zoals u zich misschien nog wel herinnert is het de bedoeling dat wij alle personen in de komende 8 jaar een aantal keer benaderen voor vervolgmetingen.

Inmiddels zijn die vervolgmetingen al langere tijd van start gegaan. U ontvangt een jaar nadat u voor het eerst op één van de testlocaties bent geweest, een vragenlijst. Reeds 750 van u hebben deze vragenlijst ingevuld en teruggestuurd. Voor uw tijd en inspanning bedanken wij u hartelijk!

Twee jaar nadat u voor het eerst op de testlocatie bent geïnterviewd, zult u weer een uitnodiging ontvangen voor een nieuw interview op locatie. Dit interview zal iets minder lang duren dan het allereerste interview. Inmiddels zijn er 48 mensen die ook reeds dit tweede interview hebben ondergaan. Het is hartverwarmend om te horen en zien dat de meeste mensen heel enthousiast reageren op de vraag om nogmaals geïnterviewd te worden. Voor het NESDA onderzoek is het erg belangrijk dat we wederom informatie over u verzamelen, want het uiteindelijke doel van het onderzoek is om meer te leren over het beloop van depressie, angst, stress en welbevinden. Om het beloop in kaart te kunnen brengen, zijn er meerdere tijdstippen nodig waarop informatie wordt verzameld. Vandaar dat u dus in de nabije of iets verdere toekomst weer van ons zult horen.

Ook vanuit de onderzoekerkant loopt het onderzoek goed. Er zijn in het afgelopen jaar diverse onderzoekssubsidies binnengehaald, die ons beter in staat stellen om alle verzamelde gegevens ook goed te verwerken en te analyseren. Op dit moment zijn er ruim 90 onderzoekers betrokken bij het NESDA project, variërend van hoogleraren tot junior onderzoekers en onderzoeksassistenten.

Speciale vermelding behoeft een zeer goede aanmoediging voor ons genetisch onderzoek die we vanuit de internationale hoek hebben gekregen. Wij hebben namelijk een grote subsidie verkregen van het Amerikaanse National Institute of Health en kunnen nu voor 1500 personen uit ons onderzoek 500.000 genvarianties laten bepalen. Dit zijn anonieme varianten (vaak aangeduid met de term SNP) waarvan bekend is dat ze in de buurt liggen van een bepaald gen. Dit onderzoek kan ons een stap verder helpen bij het bepalen van genetische factoren die een rol spelen bij depressie en angst klachten, maar mogelijk ook bij andere aandoeningen zoals bijvoorbeeld een hoog cholesterolgehalte of hart- en vaat ziekten. Voor dit onderzoek werken wij samen met collega's uit Amerika, die zullen meewerken bij het analyseren van de gegevens. Wij benadrukken nogmaals dat alle gegevens strikt vertrouwelijk worden behandeld. De verzamelde gegevens worden altijd los van persoonsgegevens in gecodeerde vorm bewaard. Gegevens worden alleen gebruikt voor wetenschappelijk onderzoek. In de verslaggeving wordt nooit herkenbaar over individuele personen gerapporteerd. Als wij samenwerken met andere universiteiten of bedrijven, waarbij NESDA gegevens worden gebruikt en welke mogelijk worden opgenomen in een gemeenschappelijke database, blijft de persoonlijke identiteit van NESDA deelnemers beschermd en wordt nooit aan derden bekend gemaakt. Mocht u naar aanleiding van dit project nog vragen of opmerkingen hebben, dan kunt u contact opnemen met het NESDA secretariaat (020-7885674, [nesda@ggzba.nl](mailto:nesda@ggzba.nl)). In ieder geval hopen we u in de volgende nieuwsbrief de eerste resultaten van deze genetische impuls te kunnen melden. Hiervan zullen de resultaten ook op onze website worden geplaatst ([www.nesda.nl](http://www.nesda.nl)).

Wij hopen dat u deze nieuwsbrief met plezier zult lezen en wensen u namens het hele onderzoeksteam fijne feestdagen en een gezond 2007 toe.

Dr. Brenda Penninx, Hoofdonderzoeker NESDA  
Dr. Jan Smit, Logistiek manager NESDA  
Prof. Dr. Richard van Dyck, Vrije Universiteit Medisch Centrum  
Prof. Dr. Frans Zitman, Leiden Universitair Medisch Centrum  
Prof. Dr. Willem Nolen, Universiteit Medisch Centrum Groningen



## Van de redactie

Deze nieuwsbrief brengt u op de hoogte van enkele onderwerpen uit het NESDA onderzoek. Veelgestelde vragen worden beantwoord in het interview met onze hoofdonderzoeker Brenda Penninx dat te lezen was in "Silhouet". Verder vindt u een verslag van onze Reizende Interviewers. Ook zullen een aantal promovendi uit de doeken doen wat zij van plan zijn te onderzoeken de komende jaren.



Sinds kort worden er ook interviews afgenomen op twee locaties van de Geestgronden (een geestelijke gezondheidszorg instelling).. Sander Overdevest, onderzoeksassistent, maakt afspraken en interviewt degenen onder u die voor het NESDA onderzoek gevraagd worden op de locaties in Hoofddorp en Amstelveen. Inmiddels hebben 31 van u meegedaan aan het onderzoek!

Sander Overdevest

### Wist u dat....?

Vrouwen lijden meer onder stress dan mannen, blijkt steeds weer uit onderzoeken. Het Amerikaanse onderzoeksbureau Roper Starch Worldwide ondervroeg onlangs 30.000 mannen en vrouwen uit dertig landen, waaronder Nederland. Single, getrouwd, gescheiden of weduwe, moeder of kinderloos en met of zonder baan, in alle gevallen voelden vrouwen meer stress dan mannen. Maar liefst 21 procent van de vrouwen gaf aan zich super-gestressed te voelen, tegen 15 procent van de mannen. Met name vrouwen met een fulltime baan en kinderen onder de 13 hebben last van stress. Van deze groep voelde 24 procent vrijwel elke dag een ongezonde spanning. Oorzaak van al die stress is waarschijnlijk dat vrouwen zich op vele terreinen moeten bewijzen. Kan in veel gevallen de man vrijwel al zijn tijd aan zijn werk besteden, een vrouw heeft haar werk, het huishouden en haar kinderen die allemaal de nodige aandacht eisen.



([www.gezondheidsplein.nl](http://www.gezondheidsplein.nl))

### Wist u dat.....?



Eet 's avonds en wanneer je gespannen bent voedsel dat rijk is aan tryptofaan. Tryptofaan is een aminozuur dat een voorloper is van serotonine. Serotonine is een van de belangrijkste stoffen die een rol spelen bij slaapproblemen, angsten en depressies. Er zit veel tryptofaan in pompoenpitten, linzen, bananen, dadels, cottage cheese (huttenkäse), biogarde, kwark, eieren, granen, zilvervliesrijst, sesamzaad, zonnebloempitten en noten. Echter van belang is dat tryptofaan pas goed wordt opgenomen in de hersenen als er iets van zoetheid bij gegeven wordt. Het advies warme melk met honing is wat dat betreft zo gek nog niet! ([www.natuurarts.nl](http://www.natuurarts.nl))

### Leesvoer

Er zijn veel boeken geschreven die u kunnen helpen bij u angst- of depressieklachten. Hieronder vindt een kleine selectie.



- **Dat durf ik niet.** Over angsten en fobieën. T. IJzermans, A. Heffels, 2000. ISBN 90-6009-626-6.
- **De angst de baas.** Uit de greep van de angst. F. Winter, 1998. ISBN 90-5513-223-3.
- **Leven met een fobie.** J. Hoevenaars, 2002. ISBN 90-3133-911-3
- **Angstmanagementtraining.** Op eigen kracht je angst inperken. H. Hermans, 2002. ISBN 90-2651-702-5.
  
- **Depressie Zelfzorgboek.** E.H. Coene (eindred.), 2002. ISBN 90-7224-859-7.
- **Depressie.** Gids voor familieleden. P. Cuijpers, 2002. ISBN 90-5574-117-5
- **Depressie.** Hoe een behandeling het levensplezier weer terug kan brengen. R. Houtman, 2002. ISBN 90-6611-228-x
- **Depressie en angstgevoelens overwinnen.** M.E.Lange-Ernst, 2002. ISBN 90-2438-089-8.  
([www.psychowijzer.nl](http://www.psychowijzer.nl))

## NESDA Onderweg

*Arianne van Reedt Dortland en José Stoop*

Langzaam reist de warmrode ochtendzon op vanachter het glooiende akkerlandschap. De geur van verse koffie stijgt op vanuit de volle thermoskan. We waren al vroeg uit de veren en nu, om zes uur, een kwartier onderweg richting Brabant. Vanochtend gaan we bloed afnemen bij vijf respondenten die een aantal jaar geleden hebben meegedaan aan een landelijk onderzoek door het Trimbos instituut. Dit onderzoek, dat de naam 'NEMESIS' droeg, wordt deels vervolgd in het NESDA onderzoek. Een aantal NEMESIS-deelnemers is naar ons toe gekomen op één van de onderzoekslocaties. Een honderdtal van deze respondenten woont op een zodanig grote afstand dat wij bij hen op bezoek gaan voor een interview. Iedere woensdag doen we bovendien een prikronde, waarbij we bij een aantal mensen die bij elkaar in de buurt wonen bloed afnemen. Afgelopen september zijn we hiermee gestart, en inmiddels hebben we al dertig mensen en ook veel van Nederland gezien. Van Genderen en den Bosch tot Rotterdam en Zevenhuizen. Over de Oosterscheldekering naar Middelburg in Zeeland. We zijn zelfs al in België beland nadat we op de snelweg vanaf Bergen op Zoom de verkeerde afslag hadden genomen! Gelukkig rijden we inmiddels met behulp van onze TomTom feilloos naar elk adres in Nederland.

Waarom al die moeite? Omdat wij al zoveel informatie over u hebben vanuit het NEMESIS onderzoek, geeft uw bijdrage ons extra handvaten om meer te leren over het beloop van depressieve en angstklachten over de tijd.

Wij willen dan ook graag alle deelnemers aan het NEMESIS onderzoek van harte bedanken voor hun deelname aan het NESDA onderzoek. Dankbaar zijn we voor de gastvrijheid om ons thuis te ontvangen, maar minstens zo dankbaar zijn we vanzelfsprekend de mensen die naar ons toe gereisd zijn. Tot ziens op de volgende meting!



## Silhouet

In het tijdschrift Silhouet – een tijdschrift voor professionals over angst en depressie – is in de tweede editie (zomer 2006) een interview met de hoofdonderzoeker Brenda Penninx geplaatst waarin zij onder andere vragen beantwoordt, die de interviewers ook van u hebben gekregen. Enkele vragen zijn in deze nieuwsbrief opgenomen.



*Een brandende vraag is natuurlijk of er al resultaten bekend zijn.*

“Nee, nog niet. We zijn nog steeds bezig met het includeren van onze 2850 respondenten. Voordat deze allemaal geworven zijn, zullen we nog geen resultaten verspreiden. Dit omdat we anders kans lopen conclusies te trekken op basis van een kleine groep, die we later weer moeten herzien als de resultaten van het gehele cohort bekend worden. Van de eerste meting verwachten we begin 2007 de eerste resultaten en daarna zullen ook de eerste publicaties over NESDA verschijnen.”

*Is de NESDA studie uniek of zijn er wereldwijd vergelijkbare onderzoeken?*

“Ons onderzoek is inderdaad uniek in zijn soort. In het buitenland worden de onderwerpen angst en depressie meestal bestudeerd binnen een subgroep van een hele grote groep en zijn er weinig longitudinale studies met zo’n grote opzet. Bij ons gaat de hele grote groep uitsluitend over angst en depressie”.

*Wat is het voordeel van zo’n groot onderzoek?*

“Een hele belangrijke factor is dat we de interacties, de samenhang, kunnen zien tussen heel veel verschillende risicofactoren voor het beloop van depressie en angststoornissen. In ons onderzoek kijken we bijvoorbeeld bij patiënten met angst en depressie naar diens sociale omstandigheden, naar wat er in de hersenen gebeurt, waarbij via functionele fMRI de hele hersenen in kaart worden gebracht, en welke genetische factoren een rol spelen. We kunnen dus al deze gezamenlijke effecten bestuderen”.

*Zal Nederland iets merken van de NESDA studie?*

“Ja, het hoofddoel van het NESDA project is het bestuderen van het lange termijn beloop van angst en depressie om daardoor een bijdrage te leveren aan het verbeteren van de gezondheidszorg voor mensen met angst en depressie en de preventie van het chronisch worden van de ziekte”.

Het gehele interview kunt u lezen door naar de NESDA site te gaan [www.nesda.nl](http://www.nesda.nl) en het ‘kopje’ Nesda in de pers aan te klikken





### Wist u dat....?

Mensen met een depressie hebben soms minder zin in bewegingsactiviteiten. Dit kan samenhangen met de somberheid en lusteloosheid die kenmerkend zijn voor een depressie. Bij de keuze voor bepaalde bewegingsactiviteiten kunt u kiezen voor sporten spelvormen die u vroeger heeft beoefend. Daarnaast zijn sporten aan te bevelen, waarbij u gedurende een langere tijd in beweging bent, zoals wandelen, fietsen en joggen. ([www.fietsen.nl](http://www.fietsen.nl))

## Promovendi voorgesteld

In deze nieuwsbrief zijn er ook interessante bijdragen van medewerkers die iets vertellen over hun eigen onderzoek.



### Marijn Prins

Sinds april 2005 ben ik werkzaam bij het NIVEL aan het NESDA kernproject "Zorgonderzoek" en ga ik mij daarbij vooral richten op het patiëntenperspectief, de ervaren zorgbehoefte en de waardering van de patiënt van de ontvangen zorg in de eerste lijn. Ik heb klinische- en gezondheidspsychologie gestudeerd aan de Universiteit van Utrecht, waar ik enthousiast ben geraakt voor het doen van onderzoek maar ook voor de klinische praktijk. Na een tijdje stage gelopen/gewerkt te hebben als ziekenhuis psycholoog ben ik nu klaar voor een verdieping in de 2 meest voorkomende psychische aandoeningen en ben ik met veel plezier met NESDA en mijn promotietraject begonnen!



### Carmilla Licht

Tijdens mijn promotieproject onderzoek ik de relatie tussen depressie en angststoornissen en hart- en vaataandoeningen. Eén van de systemen die mogelijk betrokken is in deze relatie is het autonome zenuwstelsel. Het autonome zenuwstelsel is dat deel van het centrale zenuwstelsel wat alle



automatische processen in het lichaam (zoals hartslag, ademhaling en zweten) reguleert.

Uit eerdere onderzoeken blijkt dat mensen met hart- en vaatproblemen verminderde autonome functie hebben (gekenmerkt door bijvoorbeeld een hoge hartslag). De resultaten van een aantal andere studies lijken er op te wijzen dat mensen met depressie of angst óók vaak verminderde autonome functie hebben. De kwaliteit het autonome zenuwstel zou zodoende (een deel van) de relatie tussen depressie en angststoornissen en hart- en vaataandoeningen kunnen verklaren. De vraag of deze relatie ook bestaat in een grote groep volwassenen die representatief is voor de bevolking en welke rol het autonome zenuwstelsel hierin precies speelt, blijft echter onbeantwoord. Bovendien is tot op heden ook nog onduidelijk of mensen met een depressie of angststoornis een verhoogde kans



hebben op hart- en vaatandoeningen doordat de autonome functie gaandeweg vermindert of dat mensen met hart- en vaatziekten (en dus verminderde autonome functie) verhoogd risico lopen om depressief of angstig te worden. Mijn onderzoek is opgezet om juist deze vragen te beantwoorden.

Hopelijk kan mijn onderzoek in de toekomst meer helderheid scheppen in de relatie tussen depressie /angst en hart- en vaatandoeningen en bijdragen aan het vroeg ontdekken van bepaalde aandoeningen, het formuleren van risicofactoren, aanwijzen van personen met verhoogd risico en aanwijzingen geven voor verbetering van therapie.



### Sophie Vreeburg



Als je in een bedreigende situatie verkeert, wordt je 'stress systeem' geactiveerd zodat je hierop kunt reageren door te vechten, te vluchten, ofwel angstig te zijn. Tijdens deze reactie wordt onder andere cortisol aangemaakt, dat ervoor zorgt dat je bloedsuiker omhoog gaat zodat je extra energie krijgt om te kunnen reageren. Ook schakelt dit systeem tijdelijk andere (op dat moment minder belangrijke) functies uit, zoals eten, slapen en voortplanting. Een tijdelijke verhoging van het cortisolniveau in

een dergelijke situatie is gunstig, maar een langdurige verhoging van cortisol kan nadelige gevolgen hebben voor onder andere het hart en de vaten.

Wij willen onderzoeken of er bij depressie en angst sprake is van een veranderde activiteit van dit stress systeem, mogelijk resulterend in hogere cortisolwaardes. Aangezien eerder onderzoek heeft aangetoond dat depressie en angst de kans op hart- en vaatziekten kunnen verhogen willen we ook onderzoeken of veranderde cortisolwaardes bij deze mensen dat verband kunnen verklaren. In mijn onderzoek kijk ik of de cortisolwaardes - gemeten via het speeksel - verschillen tussen mensen met en zonder angst of depressie. Daarnaast ga ik onderzoeken of mensen met angst en depressie risicofactoren voor hart- en vaatziekten ontwikkelen, zoals hoge bloeddruk, verstoorde cholesterolwaardes en een hoog bloedsuikergehalte en of dit te maken heeft met hun cortisolwaardes. Op deze manier ontstaat er meer inzicht in de rol van het stress systeem bij depressie en angst en dit is van belang voor de ontwikkeling van nieuwe medicijnen.



### Pierre Bet

Mijn naam is Pierre Bet en ik ben ziekenhuisapotheker in het VU medisch centrum en in GGZ Buitenamstel.

Veel NESDA deelnemers gebruiken medicijnen tegen depressie en of angst. Bij sommige mensen werken deze medicijnen heel goed, maar andere mensen hebben er geen baat bij of krijgen bijwerkingen. Dit leidt ertoe, dat veelal verschillende soorten medicijnen geprobeerd moeten worden, voordat het meest geschikte medicijn is gevonden voor de betreffende patiënt. Er zijn aanwijzingen dat het goed of slecht reageren op medicijnen voor een gedeelte genetisch is bepaald. Omdat het genetisch materiaal, het DNA, van NESDA



deelnemers wordt bepaald, kunnen wij de samenhang met de effecten van medicijnen nauwkeurig onderzoeken. De resultaten van dit onderzoek kunnen in de toekomst helpen bij het vooraf selecteren van het juiste geneesmiddel voor de juiste patiënt.

### **Floriana van Lent**

In mijn onderzoek zie ik respondenten die zijn opgenomen vanwege een (ernstige) depressie, klinische patiënten dus. De achterliggende gedachte is dat mensen met een depressie gevoelig zijn voor het ontwikkelen van het metabool syndroom, maar dat bij een ernstige depressie, dat meestal voorkomt bij opgenomen patiënten, dit risico nog hoger is. Het metabool syndroom is een cluster van afwijkingen in de stofwisseling, vooral de stofwisseling van suiker, dat een verhoogd risico op hart- en vaatziekten met zich meebrengt. Symptomen zijn onder andere een te grote buikomvang, hoge bloeddruk en een hoge bloedsuikerspiegel. Zo kijk ik in het bloed naar waarden die op het metabool syndroom zouden kunnen duiden.

Daarnaast wil ik onderzoeken of mensen die lijden aan een ernstige depressie andere genen hebben dan mensen met een milde depressie. Ook wil ik onderzoeken of er factoren zijn die bepalen dat sommigen een milde depressie krijgen en andere een zeer ernstige. De verzamelde gegevens van deze klinische populatie vergelijk ik met de ambulante NESDA populatie. De respondenten die zijn opgenomen in een GGZ instelling krijgen hetzelfde interview als respondenten die naar een onderzoekslocatie komen.



**Didi Rhebergen**

Naast mijn werk als psychiater, doe ik onderzoek bij NESDA. De combinatie onderzoek en praktijk vind ik erg boeiend. Vragen die ik in de kliniek tegenkom, kan ik testen in het onderzoek en vice versa. In de NESDA studie richt ik me op mensen die in een eerdere studie, de NEMESIS studie, gedurende 3 jaren gevolgd zijn. Hierbij kijk ik naar het beloop van verschillende depressieve stoornissen. Volgend jaar wil ik vergelijkbare vragen gaan bekijken met de gegevens uit NESDA. Onder andere richt ik me op de vraag of het hebben van een chronische depressie (2 jaar of langer), een voorspeller is van een slecht beloop van de depressieve stoornis. Het zou kunnen zijn dat deze patiënten op de lange termijn veel vaker last blijven houden van een vorm van een depressieve stoornis dan degenen die een korter durende depressieve stoornis hebben. Ook zou het zo kunnen zijn, dat deze chronisch depressieve groep na verloop van tijd veel slechter functioneert op sociaal vlak. Dit zijn vragen waarop ik met de NESDA gegevens een antwoord probeer te vinden. Deze antwoorden vergroten ons begrip over de depressieve stoornissen en stellen ons in staat betere zorg te verlenen aan patiënten. Interessant dus om mee aan de slag te gaan!



**DE INTERVIEWERS UIT GRONINGEN, HEERENVEEN EN EMMEN WENSEN U ALLEN**



**FIJNE KERSTDAGEN EN EEN HÉÉL GOED EN GEZOND 2007**



© harry koops



NESDA medewerkers tijdens de NESDA dag in Amersfoort, 19 juni 2006