

## **Achtergrond**

Nadat onderzoek zich jarenlang heeft gericht op de effectiviteit van Mindfulness-Based Cognitieve Therapie (MBCT) bij de depressieve stoornis, ontstaat er toenemende interesse om dit onderzoeksveld te verbreden naar de bipolaire stoornis. Onderzoek naar de effectiviteit van MBCT bij de bipolaire stoornis lijkt veelbelovend, maar er zijn meer studies van goede methodologische kwaliteit nodig om de klinische werkzaamheid vast te stellen (Lovas & Schuman-Olivier, 2018). In samenwerking met verschillende nationale collega's werd het Balans-onderzoek opgericht.

## **Doel**

Vaststellen van de effectiviteit van MBCT bij de bipolaire stoornis.

## **Methoden**

Dit is een multicenter gerandomiseerd onderzoek naar de effectiviteit van MBCT toegevoegd aan de gebruikelijke behandeling (TAU), ten opzichte van de TAU alleen, bij de bipolaire stoornis (Hanssen et al., 2019). In totaal zijn er 144 deelnemers geïnccludeerd. Metingen vonden plaats op baseline en na 3, 6, 9, 12, en 15 maanden follow-up. De primaire uitkomstmaat was depressieve symptomen (IDS-C). Belangrijke secundaire uitkomstmaten waren (hypo)manische symptomen (YMRS), mate van disfunctioneren (FAST), en terugval.

## **Resultaten**

De MBCT groep liet geen gunstiger effect dan de TAU groep zien met betrekking tot depressie, (hypo)manie, of terugval na 15 maanden follow-up. Patiënten met ernstigere depressieve klachten of disfunctioneren op baseline hadden wel meer baat bij de MBCT.

## **Conclusie**

MBCT lijkt in het bijzonder behulpzaam te zijn voor patiënten met een bipolaire stoornis die matige of ernstige depressieve klachten of een hogere mate van disfunctioneren ervaren, waarbij we zien dat er bij deze patiënten een daling in depressieve klachten plaatsvindt na MBCT.

## **Literatuurverwijzing**

Hanssen, I., Huijbers, M. J., Lochmann-van Bennekom, M., Regeer, E., Stevens, A., Evers, S., . . . Speckens, A. (2019). Study protocol of a multicenter randomized controlled trial of mindfulness-based cognitive therapy and treatment as usual in bipolar disorder. *BMC psychiatry*, 19(130), 1-10. doi:10.1186/s12888-019-2115-6

Lovas, D. A., & Schuman-Olivier, Z. (2018). Mindfulness-based cognitive therapy for bipolar disorder: a systematic review. *J Affect Disord*, 240, 247-261. doi:10.1016/j.jad.2018.06.017.

## **Auteurs**

MSc. Imke Hanssen<sup>1,P</sup>