

Somberheid mag niet meer van depressie-industrie

Nederland massaal aan de Prozac

DOOR AREND VAN WIJNGAARDEN

Hoe is het mogelijk, vroeg de Groningse professor Trudy Dehue zich af, dat depressie zo'n groeiend probleem is in welvarende landen? „Als het zo is dat toegenomen welvaart, vrede en meer persoonlijke vrijheid steeds meer depressieve mensen geven, dan kan je wel ophouden vrede en welvaart na te streven.”

De overheid voert dure reclamecampagnes om de 'volksziekte' depressie preventief te bestrijden. En de cijfers lijken spectaculair. Een miljoen Nederlanders slikt een pil als Prozac of Seroxat tegen somberheid of angst. Dat aantal is in enkele jaren meer dan verdubbeld.

„Er zijn mensen zó depressief dat ze niet meer kunnen leven”, erkent Dehue. „Maar vreemd genoeg is er een sterk groeiende groep mensen met lichtere depressieve klachten. Vaak wordt gezegd dat zij zich aanstellen, maar ik betoog dat veel mensen juist hard aan zichzelf werken. Ze doen dus precies wat de maatschappij van ze vraagt. Mijn verklaring voor de depressie-epidemie is dat het woord depressie er een betekenis bij heeft gekregen. Het staat nu voor niet weerbaar, niet succesvol genoeg. Er lijkt wel een verbod te rusten op somberheid, in de zin van te



weinig ondernemingslust.”

De trend heeft alles te maken met de concurrentiemaatschappij, meent Dehue. „In plaats van een sociale samenleving worden we allemaal individuen die zichzelf als voornaamste project hebben. Van maakbare samenleving naar het maakbare individu. De depressie-industrie zegt dat je je innerlijk

steeds moet verfraaien. We mogen geen scheve tanden meer hebben maar ook geen scheve geest.”

De verantwoordelijkheid voor 'geluk' wordt steeds meer bij mensen zelf gelegd, in plaats van bij de maatschappij, God of de natuur. „Het is heel unfair om dan te zeggen dat mensen die aan depressiebestrijding doen kleinzerige zeur-

pieten zijn. Al die mensen die hun depressie proberen te verdrijven door te joggen, naar yoga gaan of antidepressiva te slikken. Met de preventiecampagnes legt ook de overheid de verantwoordelijkheid voor onze stemming bij onszelf in plaats van de omstandigheden. Alsof iemand er zelf wat aan kan doen dat hij veertig uur per week geestdodend werk moet doen en zich daar niet zo prettig bij voelt.”

De trend is zorgelijk meent Dehue, want in hun streven naar een beter gevoel, grijpen mensen steeds meer naar pillen. De farmaceutische industrie stimuleert dat, met prachtige reclamecampagnes en gesteund door wetenschappers van naam. Terwijl uit degelijk onderzoek blijkt dat die antidepressiva meestal niet werken. „Sterker nog, de medicijnen hebben vaak een gruwelijk effect. Ze veroorzaken soms depressies, tot aan zelfmoorden toe. Bij het begin van het gebruik maar ook bij het afbouwen kan je goed ziek worden.”

Mensen gaan massaal naar de psycholoog of psychiater. „Somme mensen vinden dat leuk, aan jezelf werken. Maar er zijn er ook die niet aan alle verwachtingen kunnen voldoen. Die niet zo weerbaar zijn, die niet het maximale uit hun mogelijkheden weten te halen.” Dehue ziet het als gevolg van de te ver doorgevoerde liberale



marktmaatschappij. „Ik pleit voor een samenleving met meer sociale rechtvaardigheid. Al die campagnes voor gezondheidspreventie richten zich op dezelfde groep in de samenleving. Mensen die roken, te dik zijn, chips etend achter de tv hangen. Zij krijgen nu de schuld van een verkeerde leefstijl. Terwijl dat ook samenhangt met een lager inkomen en een lagere opleiding.”

„Uiteraard is het goed als het leven van deze mensen verbetert. Maar dat hoeft niet per se door individuele depressiebestrijding. Vroeger had je maatschappelijk werk. Nu werkt iedereen vooral aan zichzelf. Je kunt misschien beter een actiegroep oprichten om bijvoorbeeld de wijk te verbeteren.”