

Mindfulness interventies zijn haalbaar bij personen met een psychose en soms effectiever dan andere interventies

Ongeveer 36% van de personen met schizofrenie reageert slecht op antipsychotica. Als medicatie wordt gecombineerd met psychosociale interventies verbeteren de uitkomsten. Een 'derde golf' van cognitief gedragsmatige interventies neemt elementen van mindfulness, acceptatie en compassie op in het cognitieve gedragskader. In deze Britse systematische review worden alle RCT's besproken waarbij een vorm van mindfulness is ingezet in de behandeling van personen met een psychose of schizofrenie. Mindfulness kan worden omschreven als de doelbewuste cultivatie van aandacht. De meest uitgewerkte mindfulness interventies zijn: 1. Mindfulness-based stress reduction (MBSR) van de grondlegger van mindfulness Kabat-Zinn; 2. Mindfulness-based cognitive therapy (MBCT); 3. Acceptance and commitment therapy (ACT) ; 4. Compassion-focussed therapy (CFT). In deze review werden alle RCT's meegenomen waarbij de interventies gebaseerd waren op mindfulness, acceptatie of compassie en de in de trials minimaal 50% van de patiënten de diagnose schizofrenie of psychotische stoornis had. Er werden 13 relevante studies gevonden, die rapporteerden over data van 11 RTC's. De methodologische kwaliteit van de data werd beoordeeld met de Clinical Trials Assessment Measure (CTAM). Een meta-analyse was niet mogelijk vanwege heterogeniteit in de studiedesigns, interventies en uitkomstmaten. In de 13 studies werden 8 verschillende mindfulness behandelingen gevonden. Uit de review blijkt dat mindfulness interventies haalbaar zijn voor personen met een psychose en vaak meer verbeteringen laten zien dan *care-as-usual* en soms zelfs betere resultaten laten zien dan andere psychologische interventies, zoals b.v. de Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT). De verbeteringen zijn meestal geringer in RCT's waarbij het design strenger is.

Aust, J. & Bradshaw, T. (2017). Mindfulness interventions for psychosis: a systematic review of the literature. J Psychiatr Ment Health Nurs, 24, (1) 69-83.