



Opgevoed

Elke week legt Annemiek Leclaire een lezersvraag voor aan deskundigen.

Hoe overtuig ik mijn zoon niet te blowen?

Vader: „Ik heb in het verleden een psychose gehad en ben daarna gediagnosticeerd met een bipolaire stoornis. Nu is mijn zoon van 16 begonnen met blowen. Ik ben daar bezorgd over: psychiatrische gevoeligheid is erfelijk, en blowen vergroot de kans op een psychose. Ik heb gewerkt in de psychiatrie en zag de jonge jongens met psychoses door cannabisgebruik binnenkomen. Die rotzooi wordt steeds sterker.

„Ik praat daar natuurlijk met hem over, we hebben een open verstandhouding, maar het

heeft geen effect. Zijn reactie: ‘Ik weet wat ik doe’. ‘Dan had ik toch al een psychose gehad’. ‘Ik word er lekker rustig van’. Hij drinkt en rookt ook al.

„Hoe overtuig ik zo’n jongen nou om niet te blowen? Straffen vind ik onzin, bovendien werkt hij vier dagen per week in een leerstelsel, dus huisarrest is geen optie. Wat is effectief?”

Naam is bij de redactie bekend. (Deze rubriek is anoniem, omdat moeilijkheden in de opvoeding gevoelig liggen.)

Stel het blowen uit

Bertus Jeronimus: „Uitstel van gebruik tot na z’n twintigste is wenselijk. Blowen heeft een grotere invloed op hersens die nog in ontwikkeling zijn, het levert gevaar op voor onder meer de ontluikende planningsvaardigheden.

„Incidenteel blowen is niet gevaarlijk, behalve als je psychosegevoelig bent. Een psychose die je anders mogelijk bespaard had kunnen blijven, kan worden uitgelokt door cannabisgebruik. Cannabis kan ook zorgen voor een vroegere psychose, die vaak samengaat met een slechter beloop.

„U kunt met uw zoon de voor- en nadelen van blowen bespreken. Als hij vooral negatieve voordelen noemt, omdat hij anders niet kan slapen of ontspannen, zegt het iets over zijn geestgesteldheid. Blowen kan fungeren als zelfmedicatie tegen zich ontwikkelende psychische klachten.

„Als hij open met u over de voordelen kan praten, kan dat ook over de nadelen. Vraag naar die nadelen op de korte termijn, zoals slechte conditie, minder helder denken. Die directe effecten maken meer indruk op jongeren.

„U kunt hem adviseren om heel matig te gebruiken, en dan alleen als hij niet hoeft te sporten, leren of werken. Maar een psychose kan ook optreden in reactie op alcohol, XTC en spanningen thuis. U kunt uw zoon helaas niet overall tegen beschermen.“

Bertus Jeronimus doet als ontwikkelingspsycholoog aan de Rijksuniversiteit Groningen onderzoek naar psychische klachten in een levenslooperspectief.

Reden voor zorg

Vincent Hendriks: „Cannabis verhoogt de kans op een psychose bij mensen die al kwetsbaar zijn voor het ontwikkelen van een psychotische stoornis. Ik zou uw zoon daarom inderdaad aanraden dat risico niet te lopen.

„Dat uw zoon het zegt te gebruiken om rustiger te worden, en ook drinkt en rookt, zou reden kunnen zijn voor zorg. We zien dat mensen met een psychotische stoornis vaak cannabis gebruiken omdat ze denken daarvan rustiger te worden. In werkelijkheid lokt het bij hen juist vaker psychotische symptomen uit.

„Ik zou met uw zoon een gesprek voeren over wat een psychose precies inhoudt, en hoe ontwrichtend dat kan zijn. Patiënten verliezen soms hun baan, hun partners. Dat is een risico dat hij niet zou moeten willen lopen. U kunt ook vertellen hoe de psychose voor u was. Dan snapt hij uw zorgen beter.

„Mocht hij zeggen: ‘ik neem het risico’, wees dan pragmatisch. U kunt zeggen: ‘Als je het dan toch doet, doe het dan zo weinig mogelijk. Het is belangrijk dat je het niet iedere dag doet.’ Raad hem af cannabis met een hoog gehalte THC te gebruiken, omdat er aanwijzingen zijn dat dit samenhangt met een groter risico op psychose. Ook kunt u met hem praten over minder risicovolle manieren om rustig te worden.“

Vincent Hendriks is hoofd onderzoek bij Brijder Verslavingszorg en Hoogleraar Verslaving en psychiatrische comorbiditeit bij jongeren bij het LUMC.

Wilt u een dilemma in de opvoeding voorleggen? Stuur uw vraag of reacties naar opgevoed@nrc.nl