



## Diagnose zonder duiding

# Zelftests

Tegenwoordig kun je met een zelftest je eigen diagnose stellen, bijvoorbeeld voor darmkanker of hiv. Zulke tests zijn immers vrij te koop in de apotheek, maar worden te weinig voorzien van de nodige nuance en informatie, ontdekten onze onderzoekers.

Ann Lievens en Daisy Van Lissum

**D**iagnoses associëren we doorgaans met dokters. Maar de dagen dat artsen en specialisten een monopolie hadden op het vaststellen van aandoeningen, zijn voorbij. Met een zelftest schakel je immers de tussenpersoon uit, en geef je jezelf een diagnose. Helaas worden die tests al te vaak zonder vragen of duiding meegegeven, zo merkten onze anonieme onderzoekers. Niet alleen ondermijnt dat het nut van zo'n test, het verhoogt ook het risico op onbetrouwbare resultaten.

### Tests voor darmkanker en hiv

Er zijn tegenwoordig allerlei medische zelftests op de markt waarmee je in de privacy van je eigen woning kunt nagaan of je aan een bepaalde aandoening lijdt. Afhankelijk van het resultaat raadpleeg je daarna al dan niet een arts. Strikt genomen behoren bijvoorbeeld ook zwangerschapstests of glucosetesten voor diabetici tot deze categorie.

In ons onderzoek keken wij echter naar zelftests voor ernstige aandoeningen zoals darmkanker en hiv, aangezien een slechte begeleiding hier grotere gevolgen heeft. Onze anonieme onderzoekers bezochten 101 apothekers doorheen het hele land. Bij de ene helft vroegen we een zelftest voor darmkanker, bij de andere helft eentje voor hiv. We beoordeelden hun dienstverlening op drie cruciale punten. Stelt de apotheker de juiste vragen om in te schatten of de zelftest in dit specifiek geval nuttig is? Geeft hij bijkomende informatie? En levert hij de zelftest af, mét de juiste instructies om de test correct te kunnen uitvoeren en interpreteren?

Idealiter zouden de apothekers in onze scenario's de tests afraden en uitleggen dat er betere opties bestaan. Dat konden ze natuurlijk enkel weten als ze eerst de juiste vragen stelden. En dat doet bijna niemand: acht op de tien apothekers stelden er geen enkele ...

### Juiste leeftijd voor kankerscreening

51 Belgische apothekers kregen een tijdje geleden een 54-jarige dame over de vloer, met de vraag om een zelftest voor darmkanker. In principe zouden

deze bezoeken volgens een vast procedé moeten verlopen. In eerste instantie moet de apotheker vijf vragen stellen om in te kunnen schatten of zo'n test wel nut heeft: "Is de test voor u? Hoe oud bent u? Hebt u al een dokter geraadpleegd of een onderzoek ondergaan? Hebt u klachten? Komt er darmkanker voor in de familie?"

42 van de 51 bezochte apothekers stelden geen enkele vraag. Amper één apotheker, Pharmacie des Alloux uit Namen, stelde alle vijf de vragen.

Zeker de vraag over de leeftijd speelt hier een sleutelrol. De kans op dikkedarmkanker neemt immers toe met de leeftijd, vooral vanaf 50 jaar. Jaarlijks sterven ongeveer 2.500 Belgen aan de gevolgen ervan. Omdat vroege diagnose belangrijk is, organiseert de overheid gratis kankerscreenings.

Wie ouder is dan 50, ontvangt een oproepingsbrief en een (nauwkeurigere dan de verkochte) zelftest om zijn stoelgang te laten controleren op sporen van bloed.

In ons scenario kwam onze onderzoekster dus in aanmerking voor deze gratis screening, die bovendien beter en

nauwkeuriger is, en was het dus niet nodig om € 14,95 tot € 20,36 te spenderen aan een zelftest. De apotheker zou 50-plussers eigenlijk moeten vertellen over de kankerscreening. Als de patiënt daarna nog steeds de zelftest wil, is dat natuurlijk zijn keuze, zolang hij maar correct wordt geïnformeerd.

Van de 40 apothekers die de test meegaven, waren er 32 die daar weinig of helemaal geen uitleg bij gaven, terwijl het best een ingewikkelde test is om uit te voeren. Iets meer dan de helft van hen had de test niet in stock en moest hem bestellen, maar zelfs de extra bedenktijd leverde geen betere dienstverlening op.

### Drie maanden wachttijd voor hiv-test

Voor de hiv-test bezocht een 25-jarige homoseksuele man 50 andere apotheken omdat hij de avond ervoor onveilige seks zou hebben gehad. Ook hier toetsten we de dienstverlening af aan het "perfecte" scenario. Idealiter wordt hier tamelijk snel aan de patiënt meegedeeld dat een zelftest in zijn geval niet opportuun is, omdat de zelftest voor hiv die de apotheker verkoopt pas nut heeft na een wachttijd van (minstens) drie maanden na risicocontact, aangezien antistoffen zich nog niet meteen ontwikkelen.

Opnieuw kan de apotheker dat pas inschatten als hij de juiste vragen stelt. Hier hadden we er het liefst deze drie gehoord: "Is de test voor u? Hoelang is het geleden dat u onveilige seks hebt gehad? Hebt u al een dokter geraadpleegd of een onderzoek ondergaan?" Opnieuw schoten de bezochte apothekers schromelijk tekort. Naar analogie met de darmkankertest stelden 39 van de 50 apothekers helemaal geen vragen. Niemand stelde ze alledrie. >

## Privacy graag!

### Wist je dat elke apotheek sinds januari 2010 een "privéhoekje" moet hebben?

Dat is een discrete ruimte waar patiënten vertrouwelijk en zonder gêne met hun apotheker kunnen praten over gevoelige onderwerpen.

### Of de bezochte apotheken daadwerkelijk over zo'n ruimte beschikken,

hebben we niet kunnen vaststellen. Geen enkele apotheker nam onze onderzoekers apart, zelfs niet wanneer er andere klanten stonden te wachten. Nochtans ging het in beide scenario's wel over aandoeningen die je doorgaans liever privé houdt.

### Wil je iets bespreken met je apotheker

dat je liever niet deelt met andere klanten, dan kun je altijd zelf vragen om dat in een aparte ruimte te doen.

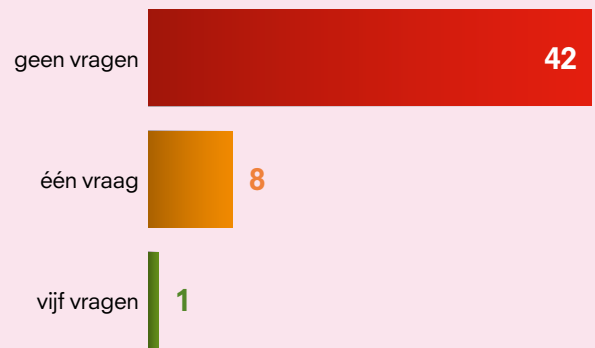
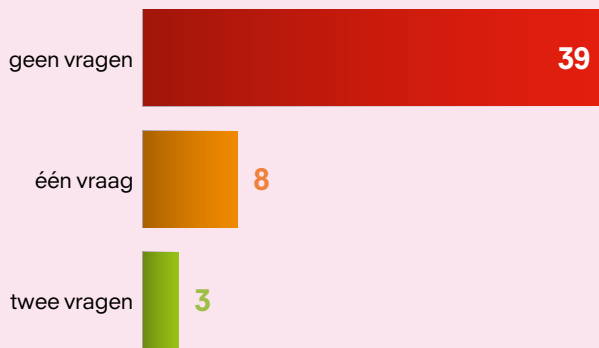
# Apothekers maken zich er makkelijk vanaf

Slechts een kleine minderheid van de bezochte apothekers handelt de verkoop van zelftests af zoals dat hoort.

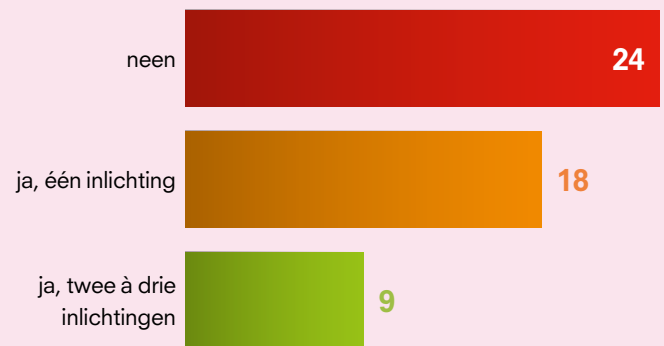
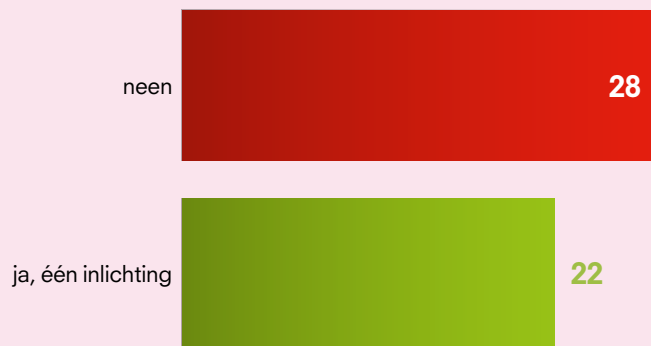
## HIV-TEST

## DARMKANKERTEST

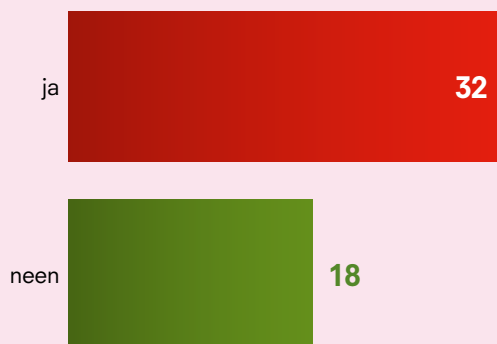
### STELT DE APOTHEKER VRAGEN?



### GEEFT DE APOTHEKER BIJKOMENDE INFO?



### LEVERT DE APOTHEKER DE TEST AF?



Alle individuele resultaten lees je online op [www.testaankoop.be/zelftests](http://www.testaankoop.be/zelftests)

> Als de apotheker niet uit zichzelf vroeg naar het laatste onveilige seksuele contact maar wel zei dat de zelftest pas na drie maanden wachttijd mag worden gebruikt, zette onze onderzoeker de apotheker terug op het juiste spoor door te antwoorden dat het pas gisteren was gebeurd en werd de test niet verkocht.

In het beste geval verwezen de apothekers onze onderzoeker daarna door naar zijn huisarts (die al na zes weken betrouwbaar kan testen) of, nog beter, (aangezien de blootstelling minder dan 72 uur daarvoor was) naar een aidsreferentiecentrum voor een preventieve behandeling met Post Exposure Profylaxis (PEP). Wie daarnaast ook nog eens wees op het belang van condoomgebruik in de toekomst, kon bonuspunten verdienen.

Drie apothekers deden dit (bijna) volledig volgens het boekje. Apotheek Sluizeken Gent, Apotheek Lovafarma uit Leuven en Apotheek bij Katrijn uit Hasselt stelden twee van de drie vragen, gaven de test wijselijk niet mee en verwezen bovendien naar een arts, ziekenhuis of aidscentrum. 32 apothekers leverden de test wél af, wat in deze situatie volledig nutteloos is, en bijna allemaal zonder extra uitleg en zonder de juiste vragen te stellen.

### Verontrustende trend

Dat de cijfers in beide scenario's min of meer gelijklopen, is een indicatie dat er nog wat schort aan de aanpak van de Belgische apothekers. De kans is klein dat het hier gaat om een toevalstreffer. Hoewel het weliswaar om een momentopname gaat bij een beperkte steekproef, kunnen we hier wel duidelijk spreken van een negatieve trend.

Een apotheker is meer dan een verkoper van geneesmiddelen en gezondheidsproducten, hij moet de patiënt ook begeleiden en adviseren, zoals dat wordt aangeleerd in de apothekersopleiding. Het is dan ook schrijnend dat de patiënt bij de aankoop van zulke zelftests zo aan zijn lot wordt overgelaten. De verkoop met zelftests wordt immers specifiek behandeld in speciale bijscholing, en de zogenaamde WHAM-vragen (Voor Wie is het middel? Hoelang

## In zes op de tien gevallen werden er zelftests meegegeven zonder vragen of correcte info

heeft die persoon al klachten? Welke Actie is er al ondernomen? Welke andere Medicatie gebruikt die persoon?) moeten standaard bij elke vraag om een zelftest worden gesteld.

Pas wanneer apothekers meer vragen stellen, juiste informatie geven en correct afleveren, kunnen ze een meerwaarde betekenen voor de patiënt en diens gezondheid. Niet alleen hebben we alle betrokken apothekers op de hoogte gesteld van hun (al dan niet teleurstellende) resultaten, we roepen ook het Federaal Agentschap voor Geneesmiddelen en Gezondheidsproducten (FAGG) op om de dienstverlening in apotheken te controleren aan de hand van kwaliteitsindicatoren, zoals dat bij onze noorderburen al gebeurt.

### Snel of liever betrouwbaar?

Heel wat zelftests op de markt zijn duur, onbetrouwbaar en nutteloos. Dat ze in de apotheek worden verkocht, geeft ze echter een schijn van medische geloofwaardigheid. De apotheker heeft hier de belangrijke taak om patiënten correct in te lichten over zulke producten en de aankoop ervan niet te stimuleren,

zeker niet in situaties waarin deze tests niet aangewezen zijn.

Of je als patiënt kiest voor een zelftest, heeft waarschijnlijk meer te maken met de snelheid en de privacy die bij zulke tests horen. Je hoeft geen gevoelige onderwerpen te bespreken met je arts, en je moet niet wachten op resultaten van het labo.

Toch willen we iedereen aanmoedigen om bij klachten of zorgen een arts te raadplegen. Dat is (na terugbetaling) goedkoper én betrouwbaarder. Want een zelftest meet soms maar één parameter. Bovendien heb je geen enkele zekerheid dat je de test correct hebt uitgevoerd en dat de resultaten kloppen, zeker als je alles zelf moet uitdokteren aan de hand van de gebruiksaanwijzing. Loopt het mis, dan kan de test verkeerdelijk zeggen dat je de aandoening hebt terwijl dat niet zo is (vals positief), of dat je de aandoening niet hebt terwijl dat wél zo is (vals negatief). In het eerste geval creëert dat paniek, in het tweede geval dreig je dringende zorg mis te lopen.

Bij een zelftest is er niemand in de buurt om een eventuele diagnose te duiden en interpreteren. Neem nu het voorbeeld van de darmkankertest, die enkel risico aangeeft en geen zuivere diagnose. Een positief resultaat betekent enkel dat er bloedsporen in je stoelgang zijn aangetroffen, niet dat je kanker hebt. Negen op de tien keren ligt er een andere oorzaak aan de bron, zoals de ziekte van Crohn. Als de apotheker dat niet uitlegt, zorgt dat voor veel onnodige stress.

Sowieso moet een positief resultaat altijd nog worden bevestigd door een arts voor je een behandeling kan starten. Heb je écht schrik dat er iets scheelt, speel je beter op veilig door meteen naar je huisarts te gaan. ❤️