



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Nog veel te vaak 'One size fits all': WARN-D Klinisch psycholoog Eiko Fried werkt aan een manier om depressies te voorspellen

Wekker, T. van; Fried, E.I.

Citation

Wekker, T. van, & Fried, E. I. (2022). Nog veel te vaak 'One size fits all': WARN-D Klinisch psycholoog Eiko Fried werkt aan een manier om depressies te voorspellen. *Leidsch Dagblad*, 11. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/3515039>

Version: Publisher's Version

License: [Leiden University Non-exclusive license](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/3515039>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Beemsterboerinnen hadden geen tijd voor borstvoeding

Leiden ■ Geen tijd voor borstvoeding: negentiende-eeuwse Beemsterboerinnen waren te druk met koeien melken. Althans, zo lijkt uit onderzoek naar opgegraven botten van kinderen tot en met 6 jaar uit de Middenbeemster. Vrouwen uit de Beemsterpolder gaven in de 19de eeuw nauwelijks borstvoeding aan hun kinderen. Dit blijkt uit onderzoek van biologisch antropoloog Andrea Waters (Universiteit van West-Ontario in Canada en Universiteit Leiden) in samenwerking met onderzoekers uit Leiden en de Beemster. Botten van 277 Beemsterlingen werden in 201 opgegraven in Middenbeemster en onderzocht bij de Universiteit Leiden. Uit deze botten is afleidend wat de overledene in de maanden voor zijn of haar dood heeft gegeten en gedronken. In botten van 87 kinderen tot en met 6 jaar bleken lage waarden van bepaalde stik- en koolstofvarianten aanwezig te zijn. Hieruit concluderen de onderzoekers dat kinderen in de Beemster in de 19de eeuw weinig tot geen borstvoeding kregen. Toch is dit vreemd. De Middenbeemster was een protestantse boerengemeenschap. Daar werd doorgaans meer borstvoeding gegeven dan in katholieke gemeenschappen. De onderzoekers vermoeden dat de boerinnen geen tijd hadden voor borstvoeding. Ze maakten lange werkdagen hadden ook nog eens de leiding over het melken van de koeien.

Thiske Hensbroek



Sylvana Simons (BUH). FOTO ANP/BART MAAT

Dijkgraaf vraagt uitstel voor beantwoording Palestina-vraag

Leiden/Den Haag ■ Minister Robbert Dijkgraaf (Onderwijs) heeft uitstel gevraagd voor de beantwoording van vragen die Tweede Kamerlid Sylvana Simons drie weken geleden stelde over een Palestijnadebat van de Universiteit Leiden. De universiteit verbood het debat omdat de voorzitter, docent Dina Zbeidy van de Hogeschool Leiden, 'een uitgesproken prof-

fiel' zou hebben. Zbeidy zelf zei hierover dat zij 'hoopte' dat haar Palestijnse afkomst daarin geen rol zou spelen, 'omdat er anders sprake zou zijn van discriminatie'. Simons stelde vragen over de kwestie. Als reden voor het uitstel geeft Dijkgraaf dat er 'externe afstemming' nodig is.

Wilfred Simons

Brill neemt Wageningen Academic Publishers over

Leiden ■ De Leidse wetenschappelijke uitgeverij Brill neemt Wageningen Academic Publishers over. Brill, dat vooral sterk is in de letteren, internationaal recht en sociale wetenschappen, breidt met de overname uit naar onderzoeksterreinen waarin het tot nu toe minder goed vertegenwoordigd was, zoals biologie, milieue, agrarisch onderzoek en agrarische bedrijfskunde. Maar dat zijn volgens directeur Peter Coebergh wel 'snel groeiende' en 'goed gefinancierde' onderzoeksterreinen en daarom interessant voor een middelgrote uitgever die expansieruimte zoekt.

Wageningen Academic Publishers is een kleine wetenschappelijke uitgever, met zeven tijdschriften en jaarlijks dertig nieuwe boeken. Onder de vleugels van Brill is groei mogelijk, zeggen 'voormalige aandeelhouders' en directeurs Enrico Kunst en Mike Jacobs.

Brill betaalt de aankoop deels zelf, en deels met een beroep op de Rabobank. De aankoop past in de groeiestrategie die Brill de afgelopen jaren voert. Vorig jaar lifde Brill nog twee kleine concurrenten in Duitsland en Oostenrijk in: Vandenhoeck & Ruprecht en Böhlau.

Wilfred Simons



Eiko Fried: „We willen risicofactoren van een depressie begrijpen en kunnen verklaren. Ondanks heel hard werken is er de laatste 25 jaar nauwelijks vooruitgang geboekt in de behandeling van patiënten.”

FOTO HIELCO KUIPERS

WARN-D Klinisch psycholoog Eiko Fried werkt aan een manier om depressies te voorspellen

Nog veel te vaak 'One size fits all'

De helft van de mensen die voor het eerst behandeld worden voor een depressie, reageert niet op de behandeling. Met veel ellende tot gevolg. Daarom zou het beter zijn om in de toekomst depressies te voorkomen, in plaats van proberen ze te genezen, zegt klinisch psycholoog Eiko Fried.

Tessa de Wekker

Leiden ■ Met zijn project WARN-D werkt hij aan een manier om depressies te voorspellen. „Je kunt het een beetje vergelijken met de weersvoorspelling”, zegt hij. „Meteorologen begrijpen de weersystemen en alle variabelen die daarop van invloed zijn steeds beter. Met allerlei modellen kunnen ze heel precies voorspellen of het gaat onwederen of dat er een sneeuwstorm op komst is.”

Daar houdt de vergelijking op. Hoe nauwkeurig weersmodellen ook zijn, ze kunnen niet voorspellen dat het gaat stormen. WARN-D zou dat op termijn wel moeten kunnen voor depressies.

Fried heeft met zijn onderzoeksteam een grote subsidie van de European Research Council gekre-

onderzocht, een groep mensen met depressie en een groep zonder. Maar die groep met depressie is zo divers, dat goed onderzoek eigenlijk niet mogelijk is. „Depressie is in de loop der jaren een grote verzameling geworden voor allerlei symptomen”, zegt Fried.

Hij vergelijkt het met als er onderzoek zou worden gedaan naar gebroken botten. „In de ene groep zouden mensen zitten zonder botbreuken, in de andere groep met. Maar waar maakt niet uit. Terwijl we dat juist zouden willen weten. Is het een rib, een scheenbeen of een heup? Dat maakt namelijk nogal wat uit voor de behandeling”, zegt hij.

Risicofactoren

Datzelfde geldt voor depressies. Een aantal risicofactoren is bekend, maar het hele complexe systeem van lichamelijke, psychische én sociale oorzaken is nog onontgonnen terrein. „We weten dat vrouwen meer risico lopen. Maar welke vrouwen, wanneer en waarom? En lang niet elke vrouw wordt depressief. Er wordt veel onderzoek gedaan bij patiënten, en ook in grote

i
Meedoen?

Het onderzoeksteam is op zoek naar studenten die willen meedoen aan het WARN-D onderzoek. Ben je boven de 18 en volg je een MBO-, HBO- of WO-opleiding? Dan kun je je tot 30 april via www.warn-d.com opgeven. Het maakt niet uit of je momenteel last hebt van stress of niet. Privacy is in dit onderzoek van groot belang. Eiko Fried: „We voldoen aan alle AVG-eisen. We verzamelen heel veel gevoelige data. Maar die zijn niet te herleiden tot een persoon. Om dat te waarborgen kunnen studenten niet hun eigen smartwatch gebruiken. Ze krijgen er een van ons in bruikleen. We communiceren alleen maar via een schuilnaam met een daaraan gekoppeld emailadres.” Voor meer informatie: www.warn-d.com

cohortstudies. Maar die kijken altijd terug. Het is onmogelijk om na een jaar nog precies te weten wat er allemaal is gebeurd.”

2000 studenten

Daarom gaan Fried en zijn team 2000 studenten drie maanden lang dag en nacht volgen. Dat doen ze met een smartwatch die de deelnemers 24 uur per dag dragen. Daarnaast krijgen de studenten meerdere keren per dag op hun telefoon korte vragen over hoe ze zich voelen, waar ze blij van worden, wat ze gedaan hebben, hoe het gaat met hun dierbaren en nog veel meer. „Op die manier willen we begrijpen wat er op dat moment gebeurt in het dagelijks leven van mensen, en zo vroeger waarschuwingssignalen ontdekken. Dat kunnen zowel generieke als heel persoonlijke zijn. Slaapproblemen bijvoorbeeld, maar ook hoeveel iemand heeft gesport, of hoeveel contact er is geweest met vrienden en familie.” Na de drie maanden worden de studenten nog twee jaar gevolgd. Niet meer dagelijks, maar met frequente vragenlijsten. De eerste groep van 500 studen-

ten heeft net de smartwatch ingeleverd. Fried en zijn groep zijn momenteel bezig met het verzamelen van de data. Daarna gaan ze die verwerken tot een grof model. Binnenkort begint de tweede groep van 500. „Ik verwacht dat we bij de vierde groep studenten een model hebben dat we bij hen kunnen testen”, zegt Fried.

Waarschuwingsscore

Uiteindelijk is het de bedoeling om een applicatie te ontwikkelen die lijkt op wat er nu in het onderzoek gebruikt wordt, met meerdere korte vragen per dag en een trackingsysteem. „Gebaseerd op alle data zou de gebruiker dan elke ochtend een waarschuwingsscore kunnen krijgen.” Een volgende stap is die waarschuwingsscore vertalen naar het voor die persoon juiste preventieprogramma. Fried: „Er zijn heel veel bewezen effectieve programma's. Wat wij willen, is weten wanneer welke mensen ze nodig hebben, zodat ze op tijd zijn. Depressies komen vaak terug. Voorkom je de eerste, dan is de kans groot dat iemand een leven lang geholpen is.”

Simulacrum

De beeldhouwer Michelangelo zei dat hij geen beelden hield, maar dat in de blokken marmer de beelden verborgen zaten en hij alleen maar al het marmer hoefde weg te blikken dat niet het beeld was.

Een fossiel is een teken van leven dat in steen veranderd is. Een dinosaurius kan een fossiel zijn, of een pootafdruk, maar ook een naam geschreven in nat cement.

De grote fossielenexpeditie van april 2022, kent u die? Op zoek naar nieuwe exemplaren voor de educatieve fossielenverzameling van de Hortus gingen het hoofd collectiebeheer en ik samen op pad naar het verre, woeste Almere alwaar een man op ons wachtte in een garagebox vol houtfossielen.

Het was in de volle zon tussen de blinkend witte garagedeuren dat we naar prachtig spiegelglad geslepen stukken steen stonden te kijken, 'ZIMBABWE' of 'OREGON' of 'HOLZ' gemarkeerd, toen ik me begon af te vragen, na mijn hele leven vol verwondering naar fossielen te hebben gekeken, wat fossiel hout nou écht is.

Want hout is het niet meer te noemen. Hout is na al die tijd geen hout meer, niet na 2, zo of 200 miljoen jaar. Het hout van toen is dan ook niet in steen veranderd - de boom viel om, vermoedelijk in de modder, en de holtes, van groot tot microscopisch, vulden zich gestaag met fijn zand. Het hout verdween, maar omdat al dat zand al op zijn plaats zat, bleef het zitten alsof er niets gebeurd was en zou het door miljoenen jaren aan druk en kristallisering aan elkaar gemaakt worden tot steen.

Dus dat hout, dat is geen hout. Het hout is voorgoed verdwenen. Wat resteert is een patroon, opgetekend in het dode hout als dwarsligger in de stromingen van zand en water. Een afdruk die zo gedetailleerd is dat we na miljoenen jaren de zaag erin kunnen zetten en dan de ringetjes kunnen tellen en dan zeggen: dat is hout.

Ik houd een blok steen in mijn hand. Zo mooi opgepolijst als dit stuk is, kan ik ieder detail van het hout van weleer zien zoals het waarheidsgetrouw is opgetekend door de domme, brute kracht van de natuur. Een portret in steen. Zo levensecht dat het beeld het model heeft vervangen, dat deze eeuwige afdruk de enige manier is waarop we inzicht kunnen krijgen in het korte leven van een boom, zo lang geleden, in een bos dat al vergeten was vóór de mensheid bestond.

Misschien is het wel toepasselijk dat columns op papier worden gedrukt - alhoewel deze krant misschien nooit een fossiel zal worden, kunt u in de regels en en koppen en foto's een blik in de hoofden van de schrijvers werpen. Want schrijven voelt een beetje alsof je zelf dat zand wordt, dat je het binnenwerk van je eigen brein opvult met fijn stof en dan trots de doorsnede laat zien in een garagebox in Almere. Kijk, zó ziet het eruit hierbinnen. Een puntgave doorsnede, spiegelglad, van een rommelig, willekeurig en ongeordend proces waar dan toch, door toeval en perceptie, iets moois uit komt. Een onverwacht patroon, een kleurschakering. Een venster naar een onbekende wereld.

JONG GELEERD

Robbert Folmer is een bioloog met een voorliefde voor levende en fossiele planten. Zijn voorkeur gaat nu uit naar de eerste categorie: op de Hortus botanicus bestudeert hij de relatie tussen planten en mensen en werkt hij voor zijn master mee aan een app waarin mensen waarnemingen aan stoeplantjes kunnen melden.



GETAL VAN DE WEEK

250

Nationaal Groeifonds

Groeifondsvoorstel Biotech Booster, waarvan Hogeschool Leiden een van de partners is, krijgt 250 miljoen euro subsidie. De booster moet de biotechnologie als bedrijfstak versterken.