



Lichttherapie bij bipolaire stoornissen

Doen of laten?

Lotte van Hout, AIOS & Lisette Rops, psychiater



Inhoudsopgave

- Lichttherapie:
 - Algemene introductie
- Onderzoek:
 - lichttherapie bij bipolaire stoornissen
- Naar de toekomst:
 - het lichtcafé



Lichttherapie

Een algemene introductie



Lichttherapie

‘het behandelen van een ziekte met licht, vaak toegepast in de dermatologie’

- Echter ook plaats binnen de psychiatrie:
 - Depressie:
 - Seizoensgebonden
 - Niet seizoensgebonden
 - Verstoringen van de chronobiologie





Geschiedenis lichttherapie



Licht en depressie



Licht en een bipolaire stoornis

- Overeenkomsten in pathofysiologie tussen seizoensgebonden depressie en bipolaire stoornis
- Toename van onderzoek naar lichttherapie maar:
 - Nog geen eenduidigheid over behandelingsprotocol
 - Angst voor (hypo)manie blijft



Lichttherapie bij een winterdepressie bij een bipolaire stoornis

Onderzoeksresultaten 2014-2019



De studie

- Hypothese:
“lichttherapie is effectief bij de behandeling van depressieve klachten in de winter bij patiënten met een bipolaire stoornis”
- Secundaire uitkomst: risico op (hypo)manie
- Drie periodes:
 - 2014-2017 (pilot)
 - 2017-2018 (resultaten)
 - 2018-2019 (eerste resultaten)





Behandelprotocol

- Lichttherapie als behandeling van eerste keuze bij depressieve klachten in herfst/winter
- Aanbod voor patiënten van centrum bipolaire stoornissen:
 - Behandeling met 10.000 lux 30 minuten in de ochtend
 - Behandeling thuis of op locatie
 - Minstens een week behandeling
 - Wekelijks evaluatie van werking en bijwerkingen





Pilot studie 2014-2017

- Inclusie:
 - 42 patiënten
 - met 55 behandelperiodes
 - met in het totaal 101 (Q)IDS metingen
 - 47 startmetingen
 - 44 metingen tijdens behandeling
 - 44 op dag 7
 - 9 op dag 14





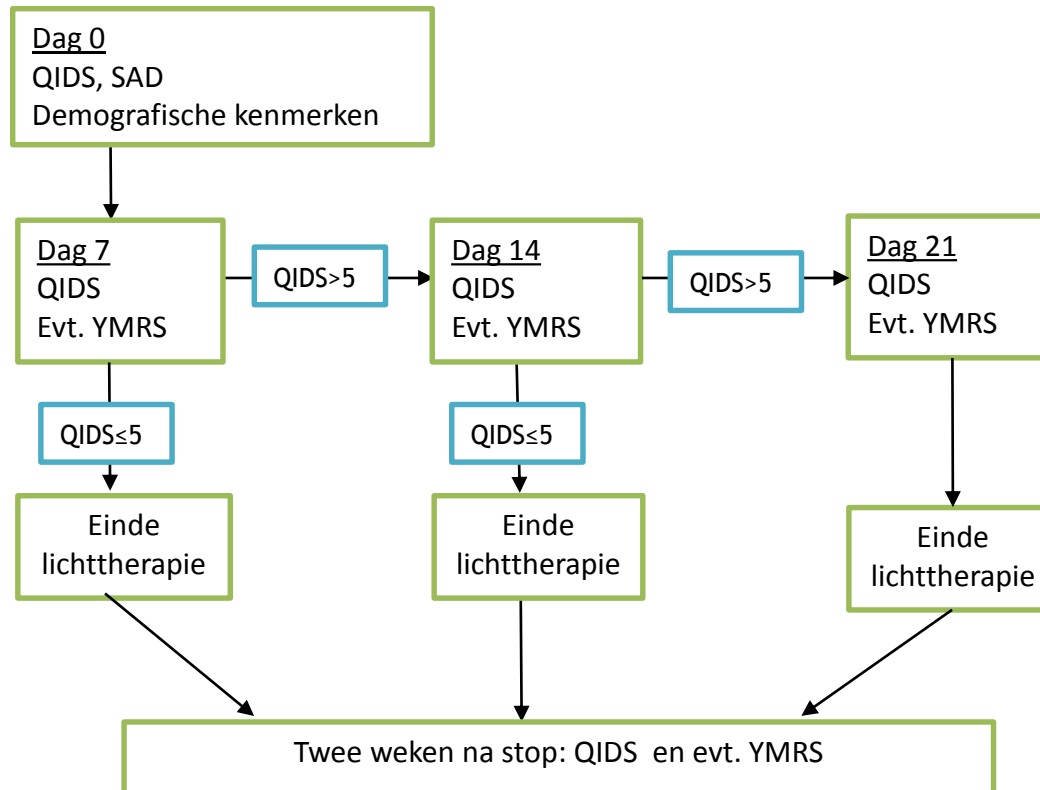
Resultaten

- Significant verschil tussen meting bij start en metingen op laatste dag van therapie
- 20,5% remissie
- 27,0% respons
- Echter beperkingen aan de studie.....





Studie opzet 2017-2019





Seizoen 2017-2018

- Geïnccludeerd:
 - 32 patiënten
 - Met 36 behandelperiodes
 - En 122 metingen
- ♂ 15; ♀ 27
- Type I: 18 pt; type II: 24 pt
- Gemiddelde leeftijd: 49,6 jaar





Resultaten

- Significant verschil tussen startmeting en laatste dag lichttherapie:
- Twee weken na stop lichttherapie nog steeds significant verschil met startwaarden
- Remissie bij 50,0%
- Respons bij 61,1%





Seizoen 2018-2019

- Inclusieperiode loopt nog:
 - Eerste resultaten op basis van:
 - 23 patiënten
 - Met 26 behandeltrajecten
 - En 92 metingen
- Scoring met QIDS
- Max 3 weken behandeling

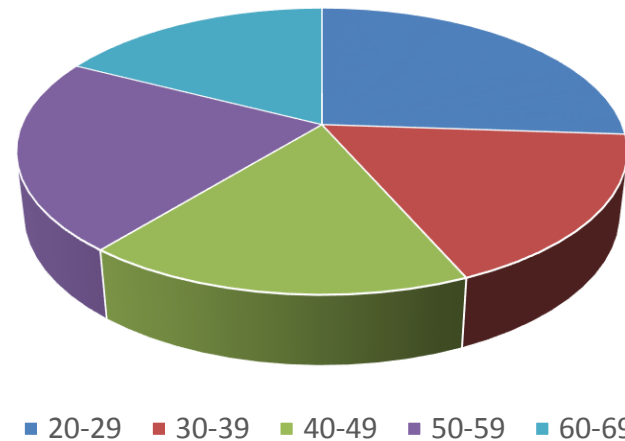




Demografische kenmerken

- 11 patiënten bipolaire I stoornis
- 12 patiënten bipolaire II stoornis
- 17 vrouwen
- 6 mannen

leeftijdscategorieën

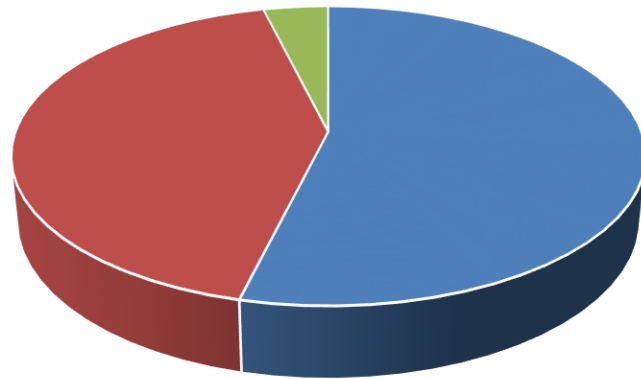




Eerste resultaten

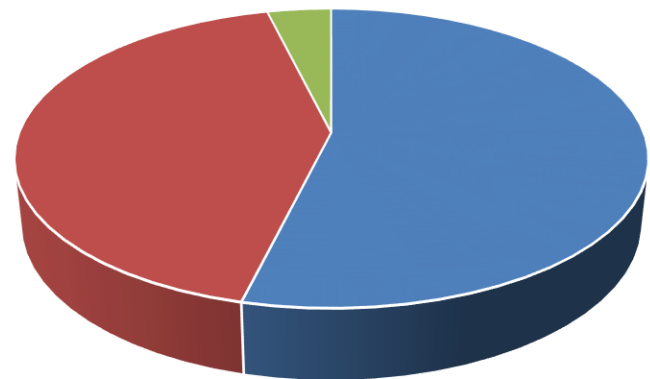


Remissie



■ Ja ■ Nee ■ Onbekend

Respons



■ Ja ■ Nee ■ Onbekend

Bijwerkingen





Risico op (hypo)manie

- Seizoen 2014-2018:
 - 2,2% van de patiënten ontwikkelde hypomane symptomen
 - Snelle remissie na stop lichttherapie
 - 1x aanpassing van medicatie noodzakelijk





Conclusie

- Positieve resultaten van lichttherapie bij depressie bij een bipolaire stoornis
- Snelle remissie van klachten
- Risico op (hypo)manie klein
- Effecten houden aan na stop lichttherapie





Discussie

- Geen controlegroep in de studie
- Indicaties voor de toekomst?
 - Lichttherapie in de zomer?
 - Langer dan 3 weken lichttherapie?
 - Preventieve werking?
 - Verruiming indicaties?





Op naar de toekomst: de ontwikkeling van het lichtcafé GGzE



Lichttherapie bewezen effectief bij:

- Winterdepressie (richtlijn)
- Unipolaire depressie
- Slaap-stoornissen

➔ *Waarom (nog) niet op grote schaal ingezet?*

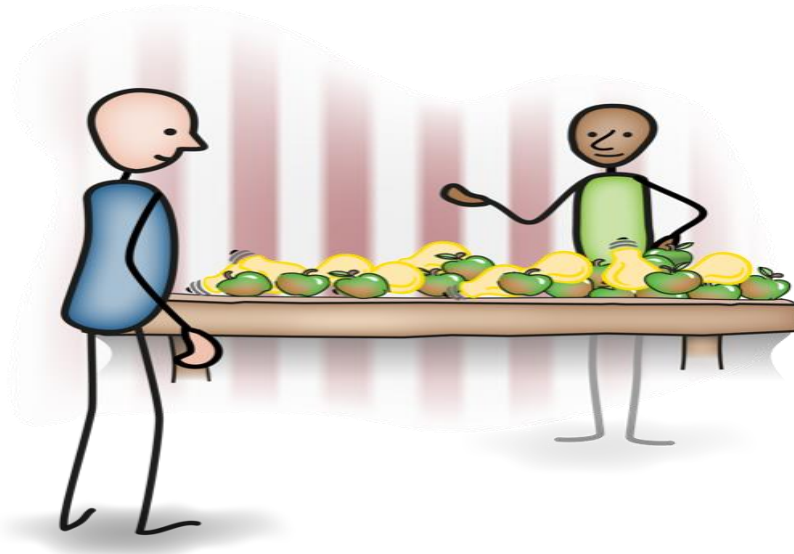


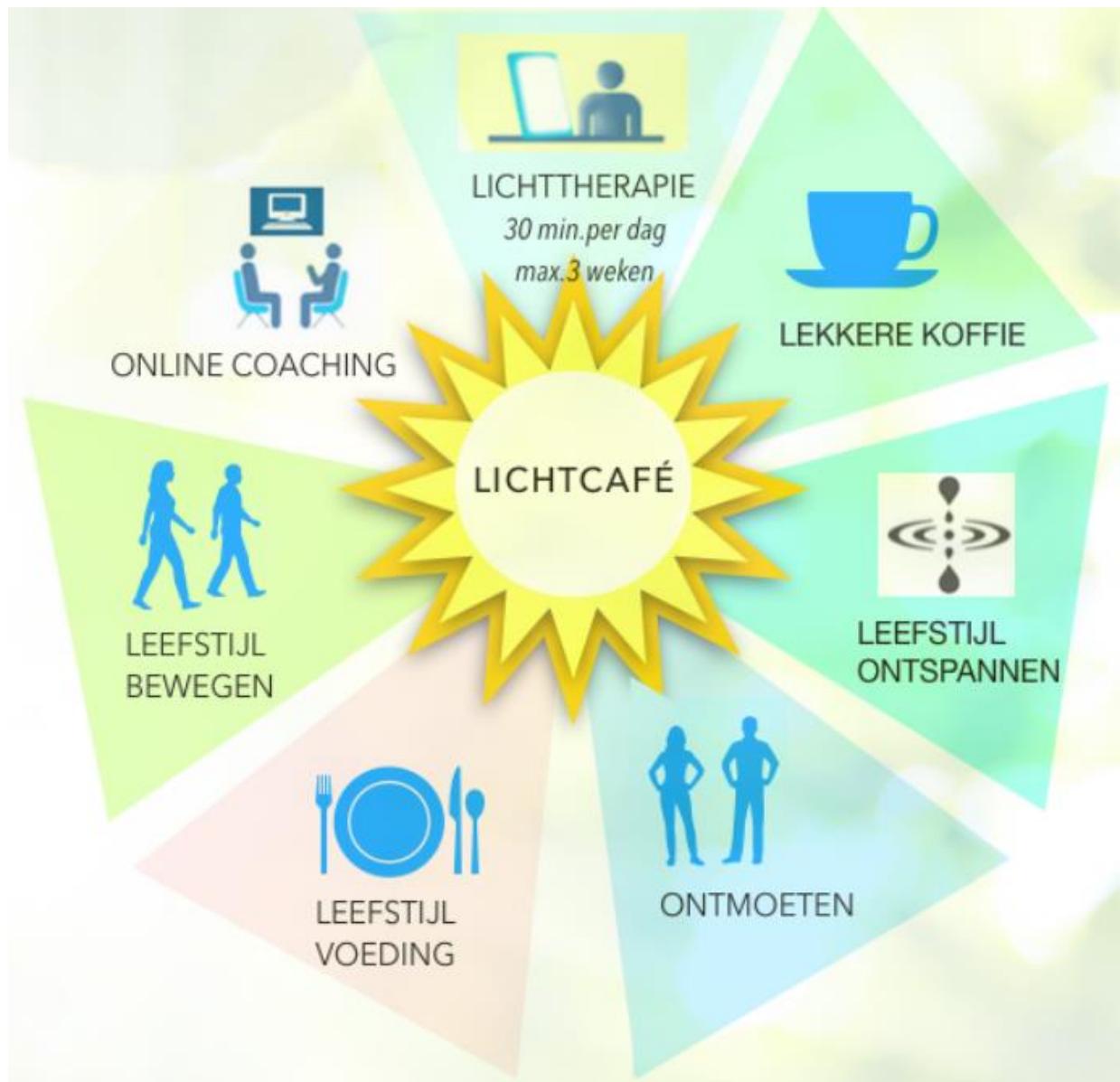
- Te weinig kennis over LT
- Geen middelen makkelijk voorhanden
-
-
-

Lichttherapie 2.0



- Laagdrempelig aanbod
- Aangename helende omgeving
- Combinatie LT – Leefstijl
- “Netwerk” van lichtcafe’s



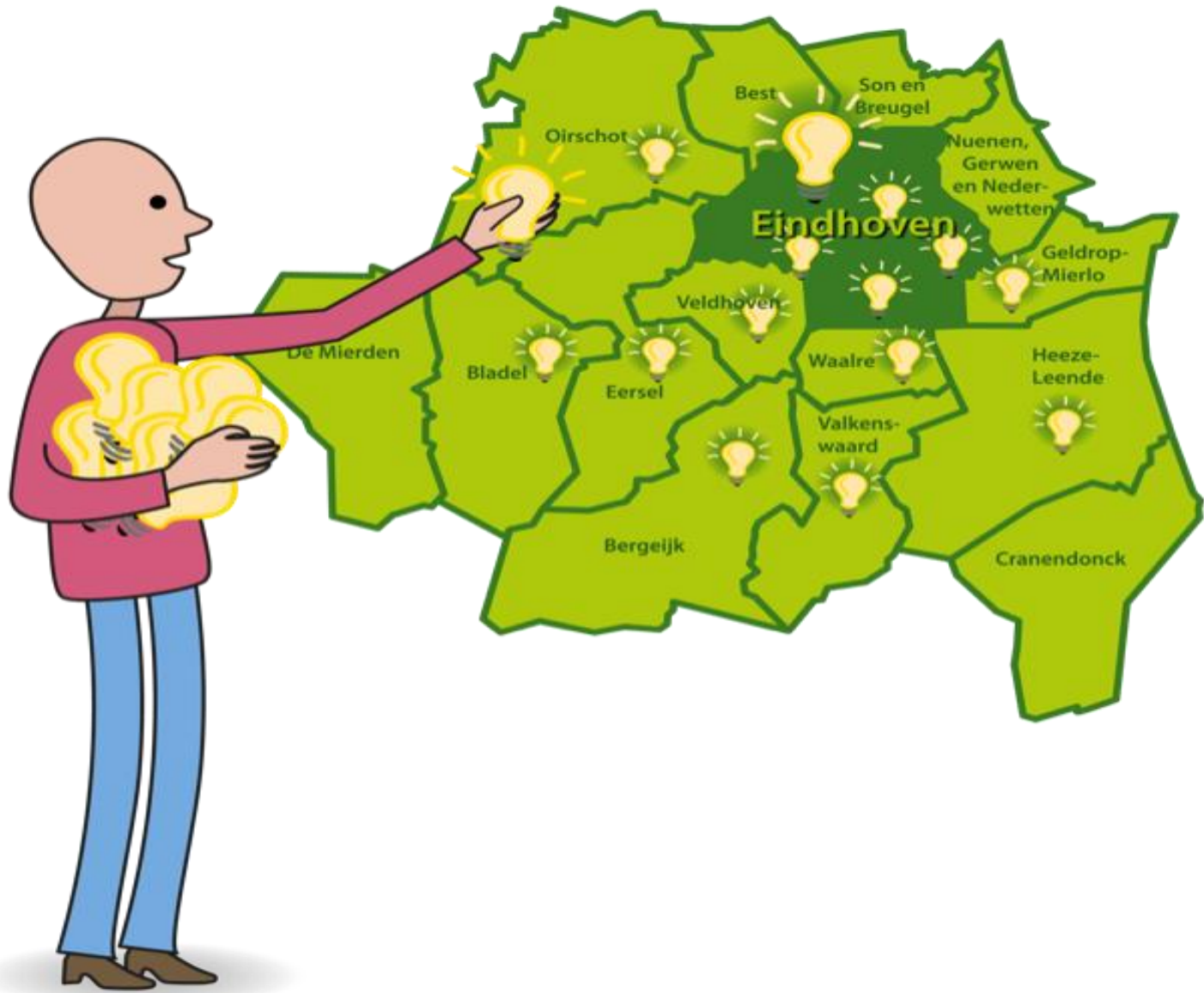






Groot netwerk licht-cafe's in Eindhoven en de Kempen







Literatuur



- Schwartz, R.S. & Olds, J. (2015). *The Psychiatry of Light*. Harv. Rev. Psychiatry 23:3
- Au, J. & Reece, J. (2017). The relationship between chronotype and depressive symptoms: A meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 218, 93–104. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.021>.
- Benedetti, F. (2018). Rate of switch from bipolar depression into mania after morning light therapy: A historical review. *Psychiatry research*. 267, 351–356. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.01.013>.
- Dallaspezia, S., Benedetti, F., Colombo, C., Barbara, B., Fulgosie, M.C., Gavinelli, C. & Smeraldi, E. (2012). Optimized light therapy for non-seasonal major depressive disorder: effects of timing and season. *Journal of affective disorders*. 138(3), 337–342. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.01.019>.
- Dauphinais, D.R., Rosenthal, J.Z., Terman, M., DiFebo, H.M., Tuggle, C. & Rosenthal, N.E. (2012). Controlled trial of safety and efficacy of bright light therapy vs. negative air ions in patients with bipolar depression. *Psychiatry research* 196(1), 57–61. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.01.015>.
- Ehlers, C.L., Frank, E. & Kupfer, D.J. (1988). Social zeitgebers and biological rhythms. A unified approach to understanding the etiology of depression. *Archives of general psychiatry*, 45, 948–952.
- Geoffroy, P.A., Bellivier, F., Scott, J. & Etain, B. (2014). Seasonality and bipolar disorder: a systematic review, from admission rates to seasonality of symptoms. *Journal of affective disorders*. 2014 168, 210–223. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.07.002>.
- Kripke, D.F., (1998). Light treatment for nonseasonal depression: speed, efficacy, and combined treatment. *Journal of affective disorders*. 49, 109–117.
- Lam, R.W., Allain, S., Sullivan, K., Beattie, C.W., Remick, R.A. & Zis, A.P., (1997). Effects of chronic lithium treatment on retinal electrophysiological function. *Biological psychiatry*. 41(6), 737–742.
- Nussbaumer, B., Kaminski-Hartenthaler, A., Forneris, C.A., Morgan, L.C., Sonis, J.H., Gaynes, B.N., ... Gartlehner, G., (2015). Light therapy for preventing seasonal affective disorder. *The Cochrane database of systematic reviews*. 8(11), CD011269. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011269.pub2>.
- Sit, D.K., McGowan, J., Wiltrout, C., Diler, R.S., Dills, J.J., Luther, J., ... Wisner, K.L., (2018). Adjunctive Bright Light Therapy for Bipolar Depression: A Randomized Double-Blind Placebo-Controlled Trial. *The American journal of psychiatry*. 175(2), 131–139. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2017.16101200>.
- Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie, Working group guideline development Anxiety disorders / Depression.(2013). Richtlijn voor de diagnostiek, behandeling en begeleiding van volwassen patiënten met een depressieve stoornis. [Guideline for Diagnostics, Treatment and Guidance of Adult Patients with a Major Depressive Disorder]. *Multidisciplinaire richtlijn Depressie (Derde revisie)*.
- Tseng, P.T., Chen, Y.W., Tu, K.Y., Chung, W., Wang, H.Y., Wu, C.K. & Lin, P.Y. (2016). Light therapy in the treatment of patients with bipolar depression: A meta-analytic study. *European neuropsychopharmacology: the journal of the European College of Neuropsychopharmacology* 26(6), 1037–1047. doi: 10.1016/j.euroneuro.2016.03.001.
- Wirz-Justice, A. (1995). Biological rhythms in mood disorders. In: Bloom, F.E. & Kupfer, D.J. (Eds.), *Psychopharmacology: The Fourth Generation of Progress*. (pp. 999–1017). Raven Press, New York, NY.