



Ostuzzi G, Zaccoletti D, Mosconi C, Gastaldon C, et al. Comparison of antidepressant deprescribing strategies in individuals with clinically remitted depression: a systematic review and network meta-analysis.

The Lancet Psychiatry. 2026;13(1):24-36. doi:10.1016/S2215-0366(25)00330-X

## Metaanalyse: Udtrapning af antidepressiv medicin med langsom nedtrapning og terapi mindsker risikoen for tilbagefald

Maj Siercke, ph.d., chefredaktør og stifter af Sygeplejevidenskab.dk & Journal for Sygeplejevidenskab

### Introduktion

Langvarig behandling med antidepressiva er udbredt, og der mangler evidensbaserede strategier for, hvordan medicinen bedst trappes ud hos patienter med remitterende depression eller angst.

### Metode

Systematisk review og netværks-metaanalyse af 76 randomiserede kontrollerede studier med i alt 17.379 voksne med fuld eller delvis remission af depression eller angst under antidepressiv behandling. Studierne sammenlignede brat stop, hurtig ( $\leq 4$  uger) og langsom ( $> 4$  uger) udtrapning, dosisreduktion og fortsat behandling, med eller uden psykologisk støtte. Primært udfald var tilbagefald ved opfølgningsslut.

### Resultater

Resultaterne viste, at flere behandlingsstrategier med langsom aftrapning og psykologisk støtte klart reducerer risikoen for tilbagefald sammenlignet med både pludseligt stop og hurtig nedtrapning af medicinen.

### Diskussion

Hos patienter med remitterende depression er langsom udtrapning kombineret med psykologisk støtte lige så effektiv som fortsat antidepressiv behandling til at forebygge tilbagefald og bedre end abrupt eller hurtig seponering.

### Konklusion

Guidelines bør fremme individualiseret udtrapning af antidepressiva med gradvis dosisreduktion og struktureret psykologisk støtte hos patienter med remitteret depression, der ønsker at afslutte behandlingen.

### Implikationer for praksis

Brat seponering og hurtig udtrapning frarådes. Planlægning af udtrapning skal baseres på en langsom, individuelt tilpasset nedtrapning og patienterne skal tilbydes evidensbaseret psykologisk støtte under udtrappingsforløbet.

### LÆS mere:

- Tapering-strips til nedtrapning af medicin.
- Nedtrapning af antidepressiv medicin er kompleks og indebærer risiko for betydelige ophørs-symptomer.

