**VERSLAG FTO ARTSEN ARCHIPEL**

**Datum FTO:**  16 maart 2015

**Onderwerp:** benzo’s

**Aanwezig:** Zie tabel aanwezigheid FTO 2015

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Leerpunten:

Leerpunten die genoemd zijn:

* Bij melatonine daglichtlamp gebruiken
* Oxazepam en lorazepam hebben dezelfde halfwaardetijd
* Werken met kuurtjes benzo’s om het ook weer makkelijker te kunnen stoppen
* Grotere risico op heupfractuur
* Oxazepam heeft een Tmax van 2 uur
* Lange halfwaardetijd van flunitrazepam
* Weinig wetenschappelijk onderzoek gedaan naar het gebruik van benzo’s bij ouderen en voor probleemgedrag
* Benzo’s zijn weinig werkzaam
* Gebruik van benzo’ s voegt maar 30 min slaap toe tov placebo
* Na 5 dagen benzogebruik voor de nacht treedt er al gewenning op