

Angst- en stemmingsstoornissen en erfelijkheid

'Dat zit in de genen' zeggen mensen wel eens. Meestal gaat het dan over karakter- of uiterlijke eigenschappen. Maar ook aandoeningen kunnen erfelijk zijn. Hoe zit dat bij psychische aandoeningen? In dit infoblad kunt u lezen wat bekend is over de erfelijkheid van angst- en stemmingsstoornissen.

Iemand met een angststoornis heeft heftige of langdurige angstgevoelens, die niet passen bij de situatie. Hij of zij heeft last van deze angstgevoelens en/of de angst leidt tot problemen in het dagelijks functioneren.

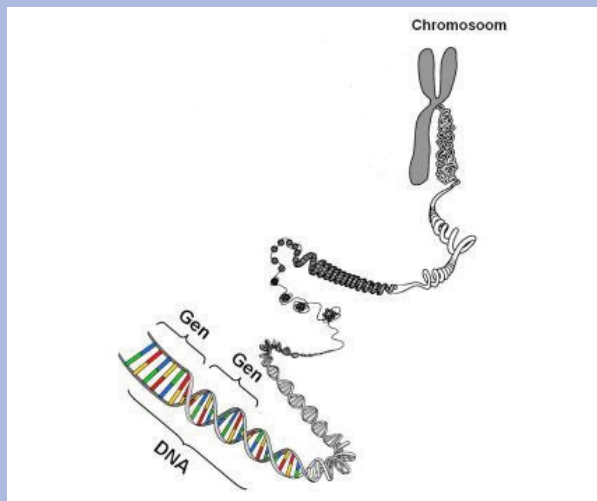
Een depressie is een voorbeeld van een stemmingsstoornis. Iemand die depressief is, is

bijvoorbeeld lange tijd extreem somber, heeft nergens zin in en weinig energie.

Een ander voorbeeld van een stemmingsstoornis is de manisch-depressieve stoornis, waarbij extreem uitgelaten periodes afgewisseld worden met periodes van depressie. De officiële naam voor deze stoornis is bipolaire stoornis.

Genen, DNA en chromosomen

In iedere cel van het lichaam zitten chromosomen. Chromosomen zijn voor te stellen als lange strengen. Ze bestaan uit een stof die we DNA noemen. Op de chromosomen zitten de genen.



Een gen is een stukje afgebakend DNA (zie plaatje). Onze genen bepalen al onze (erfelijke) eigenschap-

pen, bijvoorbeeld de kleur van ons haar en onze ogen. Ieder gen heeft een andere 'taak'. Veel eigenschappen worden door verschillende genen samen bepaald. Van ieder type gen heeft een mens er twee. Eén erft u van uw moeder en één van uw vader.

Genvarianten en mutaties

Na de bevruchting wordt bij elke celdeling het DNA van de ouders gekopieerd. Dat gebeurt niet altijd op dezelfde manier. Soms ontstaan varianten in een bepaald gen. Zo'n genvariant kan invloed hebben op eigenschappen en op hoe het lichaam werkt. Ze kunnen bijvoorbeeld ook een verhoogde kans geven op een aandoening. Bepaalde genvarianten leiden altijd tot een aandoening. Dit noemen we een mutatie. De meeste zeldzame aandoeningen worden door één mutatie in een bepaald gen veroorzaakt. Vaker voorkomende aandoeningen als diabetes mellitus, astma en psychische aandoeningen worden veroorzaakt door meerdere genvarianten en door (en vaak in combinatie met) andere factoren zoals opvoeding, leefstijl en ervaringen.

Zijn angst- en stemmingsstoornissen erfelijk?

Angst- en stemmingsstoornissen komen in de ene familie meer voor dan in de andere. Beide stoornissen overlappen. Verschillende mensen met een angststoornis hebben ook vaker een depressie, en andersom.

Het is over het algemeen niet goed vast te stellen hoe groot de kans is om een angst- of stemmingsstoornis te erven. Uit (tweelingen-) onderzoek blijkt dat bij depressies erfelijke factoren slechts voor 37% een rol spelen.

Depressies kunnen ontstaan door een combinatie van diverse genetische kenmerken, opvoeding, leefstijl en ervaringen. Als een jong kind bijvoorbeeld een ouder verliest of lichamelijk of seksueel misbruikt wordt, vergroot dit de kans op een depressie.

Bipolaire stoornissen zijn apart onderzocht. Ongeveer 1 op de 10 mensen met een bipolaire stoornis heeft ook een broer, zus, ouder of kind heeft met de bipolaire stoornis. Als de stoornis op jonge leeftijd begint, is de kans groter dat familieleden het ook hebben.

In families waar bepaalde bipolaire stoornissen vaker voorkomen, zijn ook meer mensen met zware depressies en met schizofrenie. Deze aandoeningen hebben waarschijnlijk deels dezelfde genetische achtergrond.

Zitten angst- en stemmingsstoornissen in de genen?

Er is veel onderzoek gedaan naar genen die mogelijk een rol spelen bij het ontstaan van angst- en stemmingsstoornissen.

Er zijn bijvoorbeeld genen die er voor zorgen dat prikkels van de ene naar de andere zenuw worden overgebracht. Als er in deze genen een genvariant zit, kan het zijn dat dit systeem minder goed werkt. Dat geeft een grotere kans op depressies en angstproblemen. Vooral als

iemand ook nog traumatische ervaringen had als kind. Dit kan ook een grote rol spelen.

Ook het systeem dat de hoeveelheid stresshormoon (cortisol) regelt, lijkt soms minder goed te werken bij mensen met depressies. Als mensen genvarianten hebben die van invloed zijn op dit cortisolsysteem én ze zijn ook op jonge leeftijd getraumatiseerd, hebben ze een grotere kans op een depressie.

Bij de bipolaire stoornis lijken genen betrokken die een rol spelen bij emoties en taken waarvoor aandacht nodig is. Varianten in deze genen worden ook aangetroffen bij mensen met psychoses en ADHD.

Er zijn dus heel veel genvarianten in verschillende genen die invloed kunnen hebben, maar los van elkaar hebben ze maar een klein effect. Als er zo'n genvariant bij iemand wordt gevonden, is het nog niet zeker of deze persoon een angst- of stemmingsstoornis zal krijgen.

Als uw vader of moeder een angst- of stemmingsstoornis heeft, is de kans iets groter dat u dezelfde aandoening krijgt. Als uw vader of moeder bijvoorbeeld een depressie heeft, is de kans rond de 37% dat u er ook last van krijgt. Bij de manisch-depressieve stoornis is dat ongeveer 10%. Vooral opvoeding, karakter en (nare) ervaringen hebben veel invloed. Angst- en stemmingsstoornissen zijn niet terug te vinden in een bepaald gen. Wel zijn er bij beide aandoeningen heel veel genvarianten die allemaal bij elkaar een klein beetje invloed kunnen hebben. Genetisch overlappen beide stoornissen.

Meer weten over angststoornissen en stemmingsstoornissen in uw familie?

Zit u met vragen over de erfelijkheid van angst- en stemmingsstoornissen bij uzelf of bij uw kind? Dan kunt u naar de huisarts gaan. Het is handig om voor de afspraak informatie te verzamelen. Om welke stoornis gaat het precies? Wie in de familie heeft het? Gaat het om de (groot) ouders, ooms, tantes, neven of nichten?

De huisarts verwijst soms naar een afdeling Klinische Genetica. Deze afdelingen zijn gevestigd in ieder academisch ziekenhuis. Bij een afdeling Klinische Genetica werken klinisch genetici. Dit zijn erfelijkheidsartsen.

Mogelijk maakt de arts een uitgebreide stamboom samen met u. Aan de hand hiervan kan de arts met u bespreken hoe uw aandoening mogelijk overerft en hoe groot de kans is dat u of uw kind de stoornis krijgt. De arts zal uitleggen hoe erfelijke factoren, leefstijl en ervaringen een rol kunnen spelen.

Bronnen

- www.psychischegezondheid.nl
- www.erfelijkheid.nl
- V. Huijbregts en I. Baart (2007) Om gek van te worden. Het complexe verband tussen psyche en genen. Nijmegen: Centre for Society and Genomics.
- S. Claes en J. van Os (redactie) (2013) Handboek Psychiatrie en genetica. Utrecht: De Tijdstroom.

Verwijzingen

- Infoblad 'Psychische aandoeningen en erfelijkheid' (zie www.erfocentrum.nl/voorlichtingsmateriaal)
- Infoblad 'Autisme en erfelijkheid' (zie www.erfocentrum.nl/voorlichtingsmateriaal)
- Infoblad 'Schizofrenie en erfelijkheid' (zie www.erfocentrum.nl/voorlichtingsmateriaal)
- Meer informatie over erfelijkheid en erfelijke aandoeningen vindt u op www.erfelijkheid.nl
- Meer informatie over psychische aandoeningen vindt u op www.psychischegezondheid.nl

Fonds Psychische Gezondheid biedt een anonieme hulplijn aan via Korrelatie. Psychologen en maatschappelijk werkers geven antwoord op persoonlijke vragen en bieden hulp en advies. Korrelatie is telefonisch bereikbaar op werkdagen van 9.00-18.00 uur op nummer 0900 – 1450 (15 cpm).

Dit infoblad is financieel mogelijk gemaakt door Fonds Psychische Gezondheid te Amersfoort

