
AG 4**„Psychopharmaka absetzen trotz Diagnose?“***Moderation: Peter Lehmann*

Wir sprachen über die Wirkungsweise vor allem von Antidepressiva und Neuroleptika, von Rezeptoren und Rezeptorenveränderungen, die das Absetzen zum Problem machen können, da mit Entzugsproblemen gerechnet werden kann, allerdings nicht muss. Es ging um die Frage einer individuell angemessenen Absetzgeschwindigkeit, damit mögliche rückfallfördernde Entzugssymptome vermieden oder zumindest minimiert werden können. Wir besprachen die Wichtigkeit, möglichst unterschiedliche Informationsquellen zur Grundlage der eigenen Entscheidung zu machen, auf ausreichenden Schlaf zu achten, beim Übergang von der letzten Minidosis auf Null und in der unmittelbaren Zeit danach, wo das Nervenreizleitungssystem noch übersensibel reagiert, besonders sorgsam zu sein, Euphoriezustände nach der Befreiung von psychopharmakologischer Dämpfung auf ihre Stichhaltigkeit hin reflektiert zu kontrollieren und dem Glauben kritisch gegenüber zu stehen, nach dem Absetzen seien alle Probleme vorbei.

Es ging um herkömmliche Neuroleptika sowie neuere sogenannte atypische, um Antidepressiva und Lithium. All diese Probleme besprachen wir vor dem Hintergrund eigenen Erfahrungswissens und unter Berücksichtigung einschlägiger psychiatrischer Mainstreamliteratur. Im Verlauf der regen Diskussion bestand Einigkeit darüber, dass es weder Patentrezepte gibt noch jedwede Garantie, dass man den Absetzprozess erfolgreich zum Abschluss bringen könne, wenn man nur wolle. Es bestand Einigkeit darüber, Leuten, die für sich beschlossen haben, die verordneten Psychopharmaka abzusetzen, den Rat zu geben, zwecks Vermeidung riskanter Entzugsprobleme reflektiert und/oder mit Unterstützung abzusetzen. Da Psychopharmaka diagnoseunabhängig wirken, sollten Diagnosen keine Rolle bei der Entscheidungsfindung spielen, insbesondere da das Erfahrungswissen Psychiatriebetroffener, die die ihnen verordneten Psychopharmaka erfolgreich abgesetzt haben, bei der sogenannten Consensuskonferenz, als man beschloss, langfristige Verabreichungen als medizinisch angebracht zu definieren, unerwünscht war.

Etwa die Hälfte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der ersten AG kam zur zweiten noch einmal, um die Diskussion fortzusetzen und zu vertiefen. Wer sich weiter informieren will zum Thema Psychopharmaka, Risiken und Absetzen, findet im Internet unter www.peter-lehmann.de/medikamente empfehlenswerte Links zur eigenen Recherche.
