



Giovanni A. Fava: „Antidepressiva absetzen – Anleitung zum personalisierten Begleiten von Absetzproblemen“ Rezension von Peter Lehmann

Schon seit Jahren publiziert Giovanni Andrea Fava (geb. 1952, Psychiater und klinischer Psychologe an der Universität Bologna) in Fachzeitschriften über Toleranzbildung, Wirkungsverlust und Abhängigkeitsproblematik von Antidepressiva, speziell den Serotonin- und Serotonin-Noradrenalin-Wiederaufnahmehemmern. Jetzt hat er sein Wissen über das Zustandekommen von Abhängigkeit und deren mögliche Vorbeugung in einem richtungsweisenden Buch zusammengefasst. Es ist allerdings kein Ratgeberbuch. Vielmehr liefert es die Voraussetzungen für ein personalisiertes Begleiten beim Absetzen.

Antidepressiva gehören laut Mainstreampsychiatern zur Gruppe der Medikamente, die keine Abhängigkeit

erzeugen. Diese realitätsfremde Einstufung hat zur Folge, dass Personen mit Problemen beim Absetzen in der Regel weder Verständnis noch Hilfe bekommen. Hersteller müssen in ihren Informationen nicht vor dem Risiko einer körperlichen Abhängigkeit warnen, Ärztinnen und Ärzte können keine Differenzialdiagnose stellen, das heißt, sie sollen nicht zwischen Entzugssymptomen und der Rückkehr der Depression unterscheiden können. Dies bringt Patientinnen und Patienten in Gefahr, unnötig mit Antidepressiva weiterbehandelt zu werden. Außerdem wird viel zu schnell abgesetzt, wobei laut Fava auch langsames Absetzen Entzugssymptome nicht völlig verhindert.

In zwölf Kapiteln erklärt der Autor, wie Entzugssyndrome zustande kommen und wie man das Risiko ihres Auftretens vermindern kann. Wie sich Entzugssyndrome zeigen, die Physiologie von Entzugssyndromen zu erklären ist und das Setting für ein begleitetes Absetzen aussehen sollte. Er empfiehlt eine sogenannte Basiseinheit, bestehend aus a) einem Psychiater mit angemessenem Hintergrundwissen sowohl in Pharmakologie und Psychotherapie, b) einem Internisten, der insbesondere bei hormonellen und das Herz-Kreislauf-System betreffenden Problemen eine spezialisierte medizinische Behandlung vornehmen kann, und c) vier erfahrenen klinischen Psychotherapeuten. Alternativ zur Basiseinheit könnte ein pharmakopsychologischer Dienst tätig werden, der sich speziell mit Absetzproblemen bei Psychopharmaka befasst. Erfahrungen mit früheren Behandlungen sollten laut F. in die klinische Bewertung des Absetzprozesses und in pharmakologische Strategien und Optionen einfließen. Weiterhin schlägt er drei flankierende psychotherapeutische Module vor (erklä-

rende, kognitiv-behaviorale Therapie und die von ihm selbst kreierte Well-Being-Therapie). Schließlich befasst er sich mit der Prävention von Abhängigkeitsentwicklung und Entzugssyndromen. Mit der Erklärung der Anpassungsreaktionen, das heißt der Veränderungen am Serotonin-Transmittersystem, zeigt Fava auf, dass es die Anwender sind, die mit dem fortwährenden Verschreiben von Antidepressiva und den ständig steigenden Dosierungen oder zunehmenden Kombinationen Depressionen verschlimmern und chronifizieren. Dass eine andere Psychiatrie nötig wäre.

Ein vernunftbetontes, an den Betroffeneninteressen ausgerichtetes Vorgehen; Psychiaterinnen und Psychiater, die die Wirkung von Arzneistoffen im Organismus verstehen; erfahrene Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten; Teams mit Internistinnen und Internisten .. Wir mögen den Kopf schütteln und uns fragen, ob wir all dies noch zu Lebzeiten erleben werden. Doch den Impulsfaktor dieses Buches sollte niemand unterschätzen. Millionen von Betroffenen schlucken Antidepressiva; vielleicht wachen sie ja zunehmend auf und stellen die Dauereinnahme dieser Chemikalien in Frage. Und vielleicht interessiert sich doch eine Ärztin oder ein Arzt dafür, das vor Zeiten in der Ausbildung erworbene Wissen dem weiterentwickelten Stand der Wissenschaft anzupassen. Oder gar eine Krankenkasse oder ein Politiker bzw. eine Politikerin überlegt, wieviel Geld sich mit kompetenter Absetzbegleitung langfristig einsparen ließe. Fava: „Wenn wir dieses Verfahren mit den versteckten Kosten vergleichen, die entstehen, wenn wir Behandlungen einfach in die Länge ziehen und die Probleme ignorieren, werden wir vielleicht feststellen, dass es sich auf jeden Fall lohnt.“ Nicht zu vergessen, wieviel Leid Betroffener und ihrer Familien mit kompetenter Absetzbegleitung vermieden werden könnte. Kart., 150 S., ISBN 978-3-608-40149-3. Stuttgart: Schattauer Verlag 2023. 35 €

❖ In: **Selbsthilfezeitung SeelenLaute Nr. 64**, Saarbrücken und Saarburg, Januar 2024. Hrsg. von Selbsthilfe SeelenWorte RLP und Selbsthilfe SeelenLaute Saar. Kontakt: sh_seelenlaute-saar@email.de / Zeitung online unter <https://www.art-transmitter.de/>