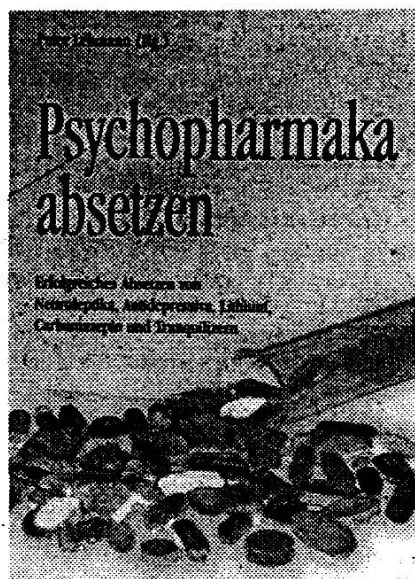




Weg von den Psychopharmaka

Peter Lehmann (Hg.): Psychopharmaka absetzen. Erfolgreiches Absetzen von Neuroleptika, Antidepressiva, Lithium, Carbamazepin und Tranquilizern. Antipsychiatrie-Verlag, Berlin 1998, 376 Seiten, DM 37,-

Millionen von Menschen werden mit Psychopharmaka behandelt: Valium, Imap, Hal-dol, Saroten, Tavor und Zyprexa sind vielen Betroffenen nicht nur ein Begriff, sie gehören zu ihrem Leben wie „das tägliche Brot“. An diejenigen, die aus eigenem Entschluß die verordneten Psychopharmaka absetzen und den Weg in ein Leben ohne solche scheinbar helfenden Substanzen gehen wollen, ist dieses Buch gerichtet.

In diesem Praxisbuch berichten 40 Betroffene aus Belgien, Dänemark, Deutschland, England, Jugoslawien, Neuseeland, Österreich, Schweden, der Schweiz, Ungarn, den Niederlanden und den USA über ihre Erfahrungen beim Absetzen. Alle Autorinnen und Autoren erzählen von ganz individuellen Ängsten und Empfindungen, zeigen den teilweise schwierigen Weg auf, den sie als 'Absetzwilige' gegangen sind: ihren Kampf mit Nebenwirkungen, Reboundeffekten und Rückfällen bis hin zu Suizidversuchen und Wieder-Einweisungen in die Psychiatrie. Und doch sind alle Autorinnen und Autoren dieses Buches inzwischen „clean“, leben frei von Psychopharmaka.

An dieses Ziel sind sie auf ganz unterschiedliche Weise gekommen, wie die Kapitel des Buches verdeutlichen: „Der Entschluß zum Absetzen“, „Absetzen ohne Probleme“, „Stufenweises Absetzen“, „Absetzen mit Problemen“, „Gegengewichte“, „Absetzen mit professioneller Hilfe“, „Lieber manchmal Psychopharmaka als dauernd“, „Professionell unterstützen“, „Die Zeit danach“ und ein „Resümee“. Die einzelnen Beiträge beginnen mit der Aufzählung von Psychopharmaka, die der/die Betroffene einge-

nommen hat. Danach folgt die Darstellung des individuellen Vorgehens beim Absetzen.

Der Herausgeber hat ausdrücklich Wert darauf gelegt, daß von den Betroffenen keinerlei Ratschläge oder Patentrezepte gegeben werden. „Jede Leserin, jeder Leser muß gemäß den vorhandenen Problemen und Möglichkeiten, den persönlichen Schwächen und Stärken, den individuellen Beschränkungen und Wünschen die eigenen Mittel und Wege finden. Die Berichtederer, die das Absetzen psychiatrischer Psychopharmaka bewältigt haben, sollen zeigen, daß es möglich ist, unbeschadet am Ziel seiner Wünsche anzukommen und ein Leben frei von psychopharmakologischer Beeinträchtigung zu führen.“

In diesem Sinne verstanden ein interessantes und lesenswertes Buch für Betroffene wie auch Angehörige und Professionelle. Zudem befassen sich in dem Buch zehn Professionelle mit verschiedenen Aspekten und Methoden des „Absetzens“, im Anhang findet sich außerdem eine umfassende Aufstellung von Wirkstoffen und Handelsnamen von Neuroleptika, Lithiumpräparaten, Antidepressiva und Tranquilizern, die derzeit in Deutschland, Österreich und der Schweiz verordnet werden.

Gabriele Stumpf