



[www.freiraeume.at](http://www.freiraeume.at)

[info@freiraeume.at](mailto:info@freiraeume.at)

Mobil: 0650 33 207 33

## **Protokoll 7. Treffen unabhängiges „Forum Psychopharmaka“**

Zeit: Mittwoch, 8. November 2017, 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr (mit Pause)

Ort: Amerlinghaus, Stiftgasse 8, 1070 Wien - Großer Saal in Parterre

Wir besprachen das Kapitel 4 „Reduzieren und Absetzen“ der Broschüre „Neuroleptika reduzieren und absetzen“ der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V. (DGSP):

- Wie gehe ich beim Reduzieren und Absetzen vor?
- Wie reduziere ich konkret?
- Besondere Situationen und was sonst noch wichtig ist
- Mögliche Probleme beim Reduzieren und Absetzen von Neuroleptika
- Unterscheidung zwischen Absetzphänomenen und Krankheitssymptomen
- Ärzte und Neuroleptika

Diese Broschüre steht als Download zur Verfügung unter: [http://www.dgsp-ev.de/fileadmin/user\\_files/dgsp/pdfs/Flyer\\_Infoblatt\\_KuFoProgramme\\_Broschueren/ReduktionNeuroleptika\\_2014\\_web.pdf](http://www.dgsp-ev.de/fileadmin/user_files/dgsp/pdfs/Flyer_Infoblatt_KuFoProgramme_Broschueren/ReduktionNeuroleptika_2014_web.pdf)

oder auf unserer Homepage: <http://www.freiraeume.at/forum-psychopharmaka/>

Als Druckversion können Sie die Broschüre von uns zum Selbstkostenpreis von € 3,-- (= Schutzgebühr von pmsana plus Porto) bei den Treffen erhalten.

### **Folgendes möchten wir aus unserer Diskussion schriftlich festhalten:**

Prinzipiell sollte das Reduzieren von Neuroleptika langsam und in kleinen Schritten erfolgen. In der Psychiatrie werden oft (zu) hohe Dosen verabreicht und danach zu rasch und zu viel auf einmal reduziert/abgesetzt. Fachärzten fehlt meist ein ausreichendes Wissen über risikoarmes Absetzen.

Eine Teilnehmerin berichtet über ihre Erfahrungen beim Reduzieren, wobei dadurch Symptome aufgetreten sind. Es ginge darum, mit diesen Symptomen umgehen zu lernen, eigene Gefühle und das Außen wahrzunehmen, in den Körper zu kommen, alte Muster zu verstehen, zu verändern.

Medikamente erfüllen gewisse Funktionen, die von einer Teilnehmerin als „meine Medikamente“ bezeichnet werden. Jede/r verträgt „ihre/seine Medikamente“ und das Reduzieren/Absetzen anders.

Die psychiatrische Behandlung sollte als Dienstleistung gesehen werden, wobei ein gemeinsamer Prozess des Aushandelns stattfinden sollte.

PsychiaterInnen orientieren sich an den S3 Behandlungsrichtlinien, die die der Diagnose entsprechende Therapie vorgeben. Im individuellen Fall wäre eine Abwägung zwischen dem potentiellen Nutzen und dem Risiko (z. B. Medikamentenabhängigkeit, Gewichtszunahme, usw.) wünschenswert.

Ein Teilnehmer erzählt von seiner Erfahrung beim Reduzieren eines Antidepressivums, wobei er sich als aggressiv wahrnahm, was nach 6 Wochen verschwand.

Während des Reduzierens kann es auch sein, dass man sich dünnhäutiger fühlt. Wenn man mit dieser Dünnhäutigkeit umgehen lernt, stärkt das.

Jemand spricht in diesem Zusammenhang von einem Dilemma, einer Gratwanderung und dass es die richtigen Umstände zum Reduzieren/Absetzen braucht, aber z.B. auch Kontakt zu anderen Menschen, eine Beschäftigung (zum Beispiel Hausarbeit) oder anderes.

Es sei auch wichtig eigene Emotionen und Tatsachen zu erkennen und das eine vom anderen zu unterscheiden, auf nachvollziehbare Beweise zu achten (Realitätsüberprüfung).. Wenn Emotionen sein dürfen und betrachtet (und mitgeteilt) werden können, können sich diese auflösen und es müssen stattdessen nicht Medikamente eingenommen werden.

Einerseits kann es hilfreich sein, darauf zu vertrauen und sich zuzutrauen, es mit weniger Medikamenten schaffen zu können. Andererseits geht es darum, sich besser kennenzulernen und zuzuhören, wenn andere ihre Wahrnehmung meiner Person/meiner Veränderungen mitteilen.

Die Bedürfnisse des Körpers sollten beachtet werden: ausreichend Sauerstoff, Bewegung, gesundes Essen, sich erden, Zucker gemieden werden.

Die Frage kam auf, ob Medikamente, die nicht dafür vorgesehen sind, geteilt werden können. In der Broschüre gibt es dafür einen Hinweis auf Seite 44 oben:

„... Filmtabletten, Dragees und Kapseln dürfen Sie nicht teilen, weil damit ihre Wirkweise verändert/aufgehoben wird. ...Grundsätzlich besteht auch die Möglichkeit, dass Ihr Arzt Ihnen Tabletten in anderen individuellen Dosisgrößen verschreibt (Rezept mit dem Zusatz [lateinisch] ‚misce fiat capsulae‘), die dann in der Apotheke angefertigt werden. Dies ist allerdings nicht für Retard-Präparate möglich.“