



www.freiraeume.at

info@freiraeume.at

Mobil: 0650 33 207 33

Protokoll 8. Treffen unabhängiges „Forum Psychopharmaka“

Zeit: Mittwoch, 13. Dezember 2017, 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr (mit Pause)

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

Wir setzten die Diskussion fort über das **Kapitel 4 „Reduzieren und Absetzen“** der Broschüre „Neuroleptika reduzieren und absetzen“ der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V. (DGSP).

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

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

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

Folgendes möchten wir aus unserer Diskussion schriftlich festhalten:

Seite 44: Grundsätzlich besteht die Möglichkeit, dass ÄrztInnen Tabletten in individuellen Dosisgrößen verschreiben (siehe auch Protokoll 7, ganz unten). Über die Internationale Apotheke (<http://www.internationale-apotheke.at>, Kärntner Ring 17, 1010 Wien, Telefon-Nr.: 01/5122825) können auch in anderen Ländern übliche Dosierungen bezogen werden.

Die individuellen Unterschiede, welche Dosierung die passendste ist, sind mitunter groß. In diesem Zusammenhang wurde nochmals auf die beiden Tabellen auf den **Seiten 14 und 15** verwiesen: **Äquivalenztabelle** und **Dosis für fast maximale Wirksamkeit**. Auf den **Seiten 19 bis 22** ist eine **Fachliteraturliste** zu finden.

Es gibt bestimmte Grunddosierungen und Wirksamkeitsgrenzen, die Anhaltspunkte für die individuelle Dosierung sein können. Es geht aber auch darum zu beobachten, wie wirkt welche Dosis bei mir selbst, welche ist die geringste und risikoärmste aber noch wirksame Dosierung für mich? Abzuwägen ist: Soll ich bei einer geringen Dosierung bleiben? Gibt mir eine geringe Dosierung Sicherheit? Möchte ich mich auch von einer geringen Dosierung lösen? Auch zu bedenken: Wie kann ich für meine innere Balance sorgen? Was könnte für mich eine Alternative zur Einnahme von Medikamenten sein? Wie kann ich mit/ohne Medikamente für eine gute Lebensqualität sorgen?

Wir diskutierten auch über den Begriff „Rückfall“ und welche Bedeutung es haben kann, sich als „krank/gesund“ zu beurteilen. Dabei wurde klar, dass es vor allem wichtig ist, dass die Betroffenen selbst eine für sich passende Definition finden, die auch von Angehörigen und ÄrztInnen respektiert

und unterstützt wird. Es ist nicht gesundheitsförderlich, wenn von PatientInnen **Compliance** eingefordert wird, die von vielen ÄrztInnen als „Krankheitseinsicht“ der PatientInnen verstanden und oft Voraussetzung für Behandlung bzw. für eine Gesprächsbasis zwischen ÄrztInnen und PatientInnen gesehen wird. Und wenn PatientInnen sich an ein oft starres Behandlungssystem anpassen müssen und ausschließlich Symptome behandelt werden. Es braucht eine gleichberechtigte Zusammenarbeit zwischen PatientInnen, und ÄrztInnen, sich gemeinsam, als „Team“, um die Gesundheit und um die Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen zu bemühen.

Unterscheidung zwischen Absetzphänomenen und Krankheitssymptomen:

manche Symptome können sowohl Teil der Erkrankung, als auch Teil der Wirkung des Medikaments oder des Absetzphänomens sein (z.B. innere Unruhe). Wie trotz gelegentlicher Schwierigkeiten Absetzsymptome generell von vorherigen psychiatrischen Problemen unterschieden werden können, ist unter den **Punkten 1 bis 4 auf den Seiten 40, 41** zu finden.

Grundsätzlich ist es hilfreich, aufmerksam sich selbst zu beobachten und achtsam im Hier und Jetzt zu sein. Dabei sollten Beobachtungen an sich selbst auch in Relation zu Erfahrungen anderer Menschen in ähnlichen Situationen gestellt werden. So ist es z.B. in bestimmten Situationen „normal/gesund/...“ z.B. unruhig zu werden/mit Anspannung, Stress zu reagieren /unsicher zu werden, zu sein/... und daher nicht zwangsläufig ein Anzeichen für eine Krise oder ein Absetzphänomen.

ÄrztInnen, die Beobachtungen der PatientInnen mit „Das kann nicht sein, dass Sie das so erleben/sich so fühlen/...“ in Frage stellen, sollten sich dessen bewusst sein, dass sie mit diesen Aussagen nicht zu einer guten, vertrauensvollen Gesprächsbasis beitragen. Eine einander wertschätzende Gesprächsbasis ist jedoch von Nöten, da niemand (auch ÄrztInnen nicht) von außen erkennen können, was in PatientInnen vor sich geht, was ihre Bedürfnisse sind, sowie welche Probleme bei der Medikation oder beim Reduzieren (Seite 39) auftreten können. So erzählt ein Betroffener in unserer Runde von sich, dass es für ihn früher „normal“ war „an anderen anzuecken“. Durch das Reduzieren erhielt er einen „Schub an Lebenskraft“ und mit der Zeit sah er ein, dass es nicht möglich ist, auf einem „so hohen Level zu funktionieren“ wie er es sich vorgenommen hatte. Solche inneren Prozesse können nur durch Gespräche mit den Betroffenen von anderen wahrgenommen und verstanden werden.

Seite 38 – Wolfgang Heuer erzählt über seine Erfahrungen mit Reduktionsversuchen.

Zum Abschluss sprachen wir über die oft menschenrechtswidrige Behandlung von Menschen in Pflegeheimen und im Maßnahmenvollzug. Seit 2016 gibt es den **Verein „SiM - Selbst- und Interessensvertretung zum Maßnahmenvollzug“**, der sich mit diesen Problemen beschäftigt:

www.massnahmenvollzug.wordpress.com

Im November 2016 hat der Verein SiM ein **Buch zum Thema** herausgegeben.:

Markus Drechsler (Hg): Maßnahmenvollzug. Menschenrechte. Weggesperrt und zwangsbehandelt, Mandelbaum-Verlag. Pressestimmen u.a. unter: <https://www.mandelbaum.at/buch.php?id=732>

Die nächsten Termine unseres FORUM PSYCHOPHARMAKA stehen bereits fest:

Wir treffen uns am 31. Januar 2018, am 21. Februar und am 28. März, wie immer von 19.00 bis 21.00 Uhr im Amerlinghaus.

Alle Einladungen und alle bisherigen Protokolle finden Sie unter:

<http://www.freiraeume.at/forum-psychopharmaka/forum-protokolle-einladungen/>