

Peter Lehmann

JAK WYZWOLIĆ SIĘ OD PSYCHOTROPÓW

(tłum. recenz.)

Lekarze amerykańscy twierdzą, że ilość uzależnień od wszelakich leków poczynwszy od banalnej aspiryny wymagająca hospitalizacji przekracza ilość przyjęć do szpitali w innych przypadkach.

Leki psychiatryczne i ich skutki uboczne to Sprawca Numer Jeden a miliony ludzi zażywających "zbawienne" piguły, choć rzadko kiedy doznając ulgi w cierpieniach czy też całkowitego wyleczenia, w zamian popadają w fatalną zależność od farmaceutyków. To zaś cierpienia te podwaja. Jak ich uniknąć? Jak skutecznie odchodzić od automatycznego nawyku sięgania po Haloperidol, Prozac, Zyprexa i inne w przypadkach lekko/toksykomanii? Na te pytania odpowiada skutecznie znana już szeroko na Zachodzie publikacja Petera Lehmana „Coming off Psychiatric Drugs”. Pierwsza tego rodzaju, choć już wcześniej autor dał się poznać jako wytrawny znawca i znakomity pisarz w zakresie psychiatrycznego leczenia alternatywnego.

A więc podczas gdy rynek zasypywany jest pozycjami typu: jak rzucić palenie? jak odejść od kieliszka ? – nigdy dotychczas nie ukazała się książka o tym, jak możliwie bezboleśnie rzucić prochy, jednocześnie unikając zagrożeń dla zdrowia psychicznego, nawrotu zasadniczej choroby lub innych zaburzeń psychicznych. Ten brak godzien jest uzupełnienia.

Dla zainteresowanych książka bezpośrednio stanowi bezcenne kompendium wiedzy praktycznej. Dla pozostałych zarówno przestrogę jak i fascynujący opis pionierskich zmagani uczestników i towarzyszących im terapeutów w procesie często powolnego, krok po kroku wyzwalań się od dominacji nałogu aż po moment, kiedy osiąga się samodzielną kontrolę nad samym sobą bez dalszej pomocy, porad, przyjaznego nadzoru. Osobiście najbardziej zapadł mi w pamięci casus Martina Urbana: „Czy wciąż jestem jeszcze chory? Pomoc psychoterapeutyczna w trakcie wyzwalań się od psychotropów” (tłum. rec). A także fragment pióra węgierskiego działacza na rzecz praw człowieka i rzecznika praw pacjenta, dr Gabora Gombosa, laureata nagrody im. Roberta Kennedyego (odbierał ją razem z wielu wybitnymi tego świata, m.in. Dalaj Lamą)- a zatem:

KSIĄŻKĘ LEHMANN WINIEN PRZECZYTAĆ KAŻDY, KTO ROZWAŻA KWESTIĘ CZY RZUCIĆ SUBSTANCJĘ WPŁYWAJĄCĄ SZKODLIWIE NA UMYŚŁ, CZY TEŻ NIE A JESZCZE BARDZIEJ TEN, KTO W MOCY PRAWA MOŻE NA NIĄ WYSTAWIĆ RECEPTĘ.

To są słowa zmarłego niedawno Lorena R. Moshera, b. Dyrektora Soteria Associates i Profesora Psychiatrii Klinicznej na Uniwersytecie w kalifornijskim San Diego.

W Polsce działania w zakresie lekoodwyku to- jak dotąd, terapeutyczne pampersy i warto zastąpić je bardziej stosownym przydzwiewkiem tym więcej, że popyt niemały a podaż praktycznie zerowa, o czym zapewnia

Jerzy Bajkowski, Wiceprezes Stowarzyszenia Na Rzecz Ochrony Zdrowia Psychicznego
BRATERSTWO SERC, Kraków