

Psychedeliky asistovaná psychoterapie

Psychedelika - **psyché** (duše), **délos** (viditelný, jasný) - látky odhalující duši.

Jedná se o rozmanitou skupinu chemických látek, kterých požití vede k změnám stavům vědomí. V minulosti byli již opakovaně zkoumány, aktuálně zažíváme 3. vlnu výzkumu psychedelických látek v indikaci terapie duševních onemocnění. Začala v 90. letech 20. století a začátkem 21. století se výzkum psychedelik dostal do hlavního proudu světové psychiatrie. Mluví se o **psychedelické renesanci**, nebo dokonce revoluci.

Dělení psychedelik:

- klasická - působící na serotoninergní systém a mají specifickou fenomenologii (projevy zážitků)
- atypická - působí na jiné systémy než serotoninergní, ale mají podobnou fenomenologii
- Klasická
 - Tryptaminy (DMT, DET, DPT, 5-MeO-DMT, Psilocybin: 4-PO-DMT)
 - Lysergamidy (LSD a jeho analogy)
 - Psychedelické fenylethylaminy (Meskalin, MDMA, 2C-x)
- Atypická
 - Salvinorin A
 - Ibogain
 - Disociativní anestetika (ketamin, PCP)

Z výzkumů posledních let vyplývá, že některá psychedelika mají vysoký **terapeutický potenciál**, jejich efekt se na rozdíl od konvenčních antidepresiv *dostavuje okamžitě* po požití a přetrvává několik dní až týdnů (*afterglow*). Jejich efekt je důsledkem **změn na biologické úrovni** (změna neurotransmiterového systému a změny propojení a fungování neuronálních sítí, zvýšení neurogeneze a aktivity neuroplasticity) a **na psychologické úrovni** (samotnou psychedelickou zkušeností zvýšením uvědomění si skutečnosti a odpojení od navykých způsobů myšlení a hodnocení dějů). V důsledku toho nastává větší otevřenost a schopnost uvědomování si dějů bez hodnocení, schopnost získání vhledu do vlastního fungování. Tento efekt se po několika dnech/zhruba týdnem vytrácí. Pokud je toto časové okno využito k intenzivní **psychoterapii**, může vést k pozitivním změnám ve způsobu přemýšlení a vztahování se k sobě a ke světu.

Psychedeliky asistovaná psychoterapie

Podávání psychedelické látky **v kontrolovaném bezpečném prostředí za přítomnosti terapeuta** s cílem navození psychedelické zkušenosti (nahlédnutí skutečností z jiných úhlů, prohloubení porozumění vlastnímu uvědomování, osvobození od myšlenek, získání vhledu do podvědomých částí psychiky) a v toho důsledku zmírnění příznaků duševních onemocnění. Důležitou částí je **psychoterapeutická průprava** a pak **integrace psychedelické zkušenosti**. Jedná se o intimní synergetické propojení farmakoterapie a psychoterapie.

Indikace aktuálně

- deprese a depresivní poruchy
- úzkostné poruchy včetně OCD, PTSD
- poruchy příjmu potravy
- potenciál využití u dalších diagnóz (poruchy osobnosti, závislosti, paliativní péče nevléčitelných pacientů)

Účinné faktory: set, setting (mají výrazný efekt na průběh psychedelické zkušenosti), samotné psychedelikum, integrace

Set (mindset) - nastavení se kterým pacient do terapie přichází

- osobnost
- životní zkušenost
- očekávání
- příprava (probíhá několik úvodních terapeutických sezení bez užití látky)
- záměr pacienta

Setting - fyzické prostředí, ve kterém se látka podává

- klidná, čistá, tlumeně světlá místnost, kde není člověk po dobu zkušenosti ničím rušený
- příjemná teplota
- vhodná hudba
- pohodlí - pohovka, postel, deky, polštáře
- přítomnost sittera - člověka, který doprovází pacienta, má podpůrné působení a v případě náročné psychedelické zkušenosti adekvátně zasáhne.

Samotné psychedelikum

- **Ketamin**
 - běžně používané disociativní anestetikum
 - silný antidepressivní efekt v subanestetických dávkách - vymizení depresivních příznaků na 7-10 dní
 - ovlivňuje glutamátový systém antagonismem NMDA receptorů
 - důležitým aspektem je disociace - odpojení přispívající k určitému odstupu a náhledu
 - fenomenologicky člověk ztrácí pojem o tělesném schématu, ztrátu kontroly nad tělem, vizuální halucinace, existuje snaha o eliminaci psychedelické zkušenosti intranazálním podáním S-ketaminu (přípravek Spravato, aktuálně dostupný a využívaný na českém trhu)
 - **S-ketamin (Spravato)** v nepsychedelických dávkách se používá v léčbě deprese v [specializovaných centrech](#)
 - **ketaminem asistovaná psychoterapie (KAP)** v psychedelických dávkách je poskytovaná klinikou [Psyon](#) (první klinikou v Evropě podobného typu)
 - **nežádoucí účinky** ketaminu a nazálně podaného S-ketaminu - arteriální hypertenze, nauzea, bolesti hlavy, je velmi bezpečný na užití
 - **indikace KAP**
 - závažné duševní onemocnění nereagující alespoň na jeden standardní léčebný postup (tzn. psychoterapii NEBO farmakoterapii)
 - přítomnost nejméně jednoho klastru duševních obtíží (depresivní syndrom, generalizovaná úzkost, sociální fobie, obsedantně kompulzivní porucha, poruchy příjmu potravy, PTSD)
 - dostatečná terapeutická aliance, pacient na terapii nadále dochází
 - motivace a schopnost spolupráce pacienta
 - věk minimálně 18 let.
 - **kontraindikace:**
 - schizofrenie, SCHAP, poruchy s bludy
 - bipolární porucha s manickými epizodami s psychotickými příznaky
 - jakákoliv jiná psychotická porucha (kromě toxické či lékové) v anamnéze

- výskyt psychózy v nejbližším příbuzenstvu
- aktivní závislost na návykových látkách (výjimkou je setting pobytové režimové léčby závislosti s opakovaně negativní toxikologií)
- závažná porucha osobnosti znemožňující spolupráci
- závažné suicidální tendence, nebo suicidální pokus proběhlý v posledních 6ti měsících.

• Psilocybin

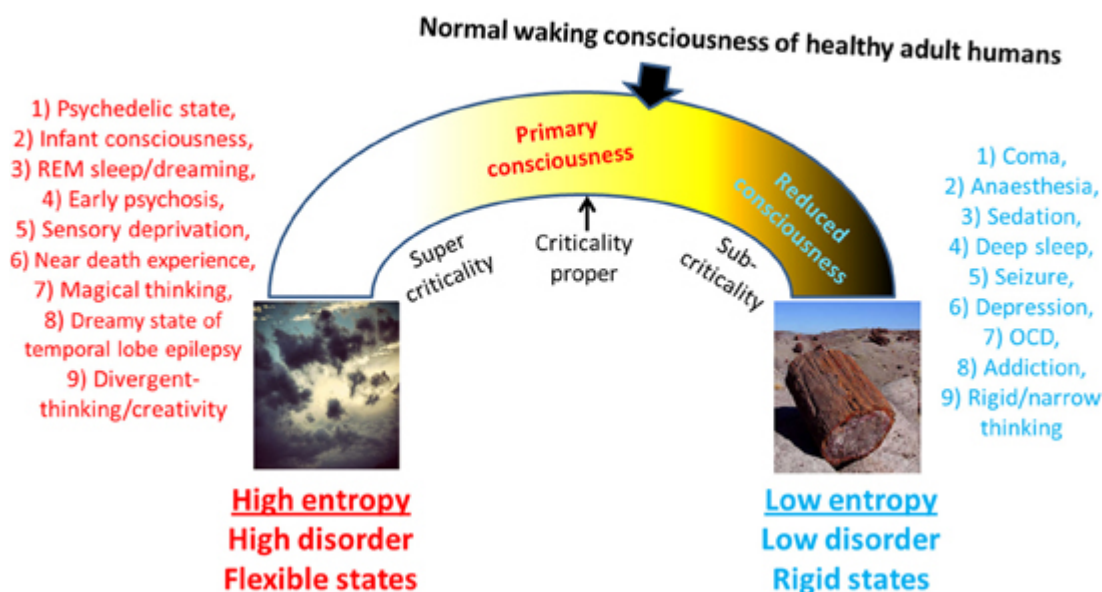
- aktuálně nejvíce zkoumaným psychedelikem, již máme dostatek důkazů o farmakologickém profilu, bezpečnosti, minimální toxicitě a velkém terapeutickém indexu
- působí přes serotoninový systém jako agonista 5-HT_{2A} receptorů, ze kterých 5-HT_{2A} jsou nezbytné pro změněný stav vědomí, dále stimuluje neuroplastické procesy (zvyšuje komplexitu dendritického stromu)
- na neurobiologické úrovni působí přes narušení filtrační funkce thalamu, zvýšení excitability mozkové kůry, zvýšení **chaotické aktivity (zvýšení entropie -entropic brain hypothesis)**- stejný efekt se dostává i u ostatních psychedelik: změny poměru signál/šum ve prospěch šumu, narušení fungování komplexních nervových sítí
- **fenomenologie zkušenosti**
 - akutní změněný stav vědomí trvá 6-8 hodin, bývá doprovázen změnou vnímání jáství (ztráta ega, spojení s univerzem, oceánická bezbřehost, může být značně euforizující), může se dostavit úzkost (prožitky vlastní smrti), transformativní vrcholové zážitky (peak experiences), poruchy vnímání (pseudohalucinace)
 - afterglow - ca. týden: mírně elevovaná nálada, optimismus a vyšší otevřenost, zvýšená flexibilita mozku v tomto období vede k snazší formaci nových mentálních reprezentací
 - dlouhodobější reziduální efekt: zvýšení vnitřní pohody, životní kvality a smyslupnosti, prohloubení spirituality, zvýšení empatie se sebou a s okolím, snížení sociálně patologického jednání, snížený strach ze smrti a analgetické působení, zvýšení extravertovanosti, snížení neuroticismu
- **účinek**- antidepressivní, anxiolytický,
- **nežádoucí účinek**: hypertenze, tachykardie, mydriáza, zažívání úzkosti, derealizace a depersonalizace během psychedelické zkušenosti, riziko rozvoje psychózy u predisponovaných jedinců, riziko dekompenzace stavu u emoční nestability (včetně suicidální aktivity)

Psychoterapeutická integrace

- staví na principu, že jakýkoliv zážitek, který během sezení vyvstane je v pořádku a tento stav dává možnost odžít si některé nepříjemné obsahy a emoce v bezpečném prostředí
- je potřebná průprava stabilizačních technik předem (práce s dechem, trénink imaginace), ty se pak uplatňují v průběhu zkušenosti a následně integrační terapie
- narušení nefunkčních vzorců myšlení
- "depresivní dveře", které jsou otevřít do nové zkušenosti
- přestavba vnímání svého já
- zvýšení kreativity v běžném životě
- opuštění traumatu v minulosti
- posun ke klidnějšímu prožívání

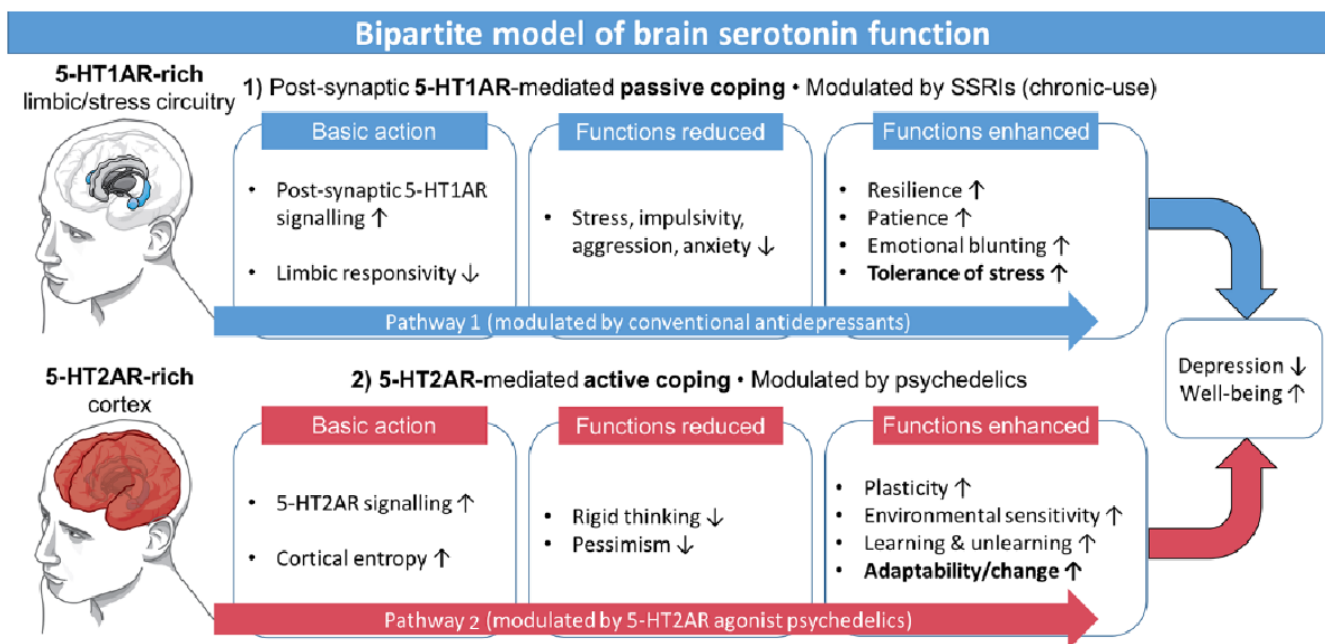
Entropic brain hypothesis (hypotéza mozkové entropie)

The entropic brain hypothesis



zdroj

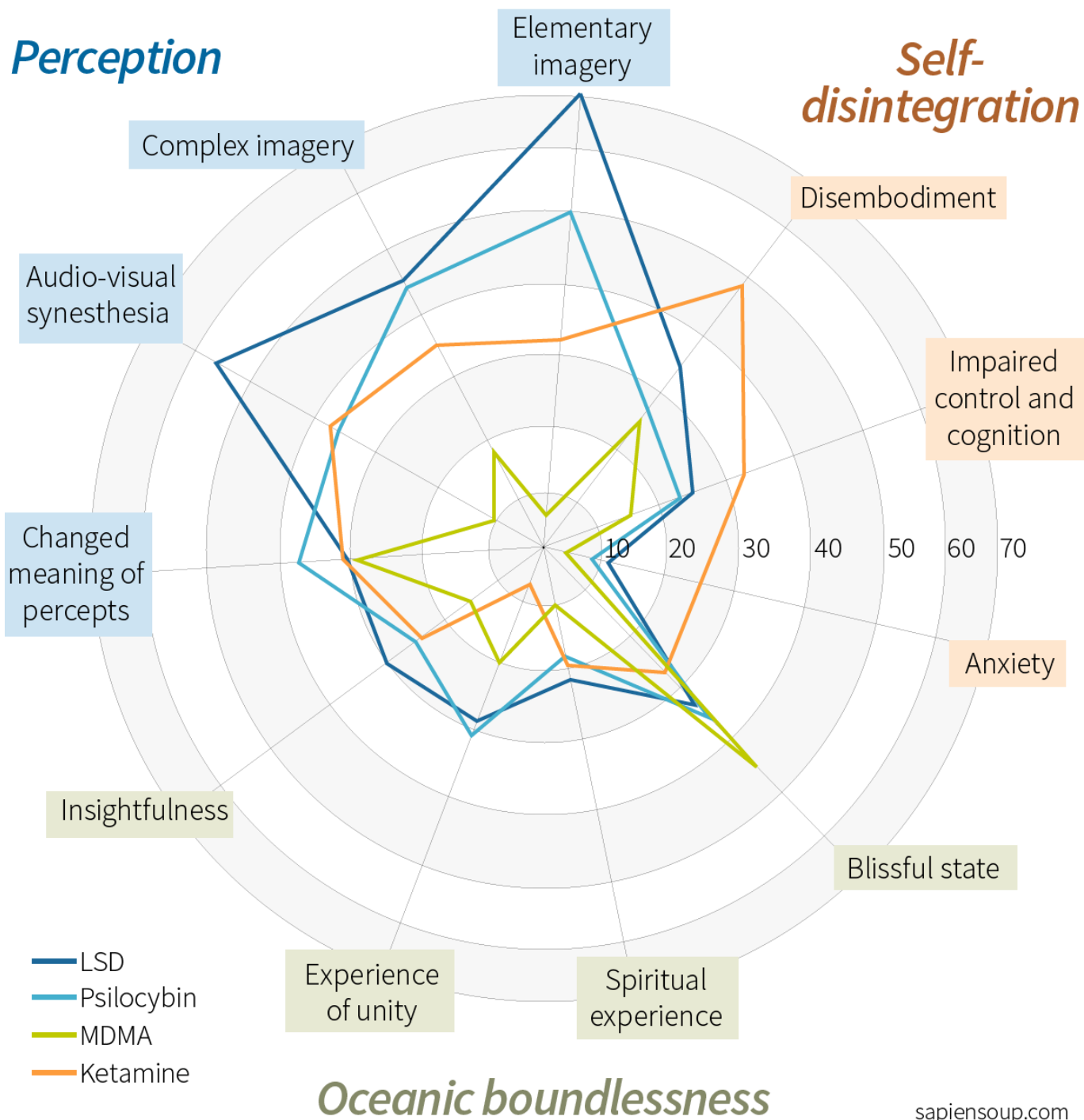
Srovnání mechanismu funkce psychedelik a konvenčních antidepresiv:



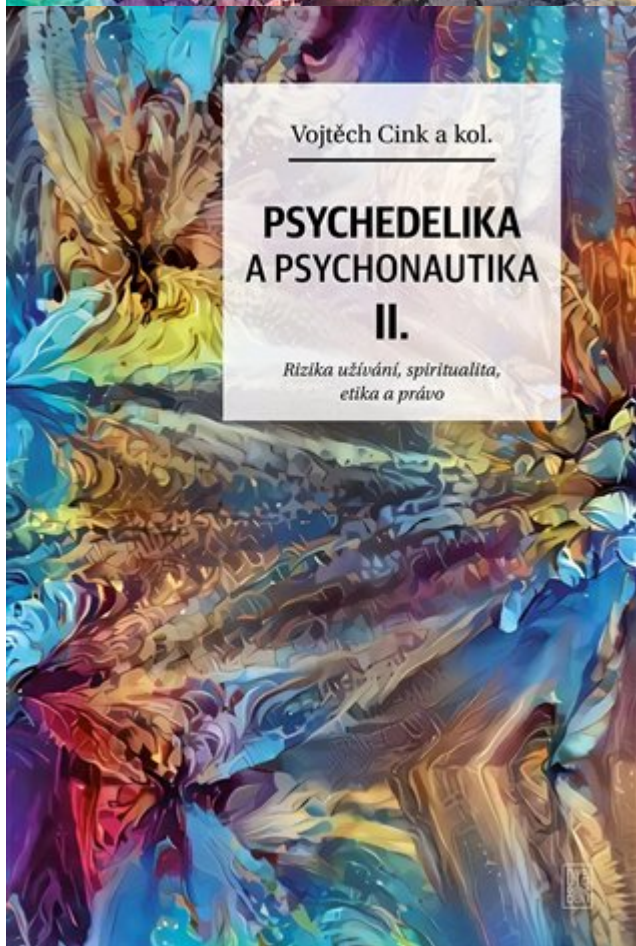
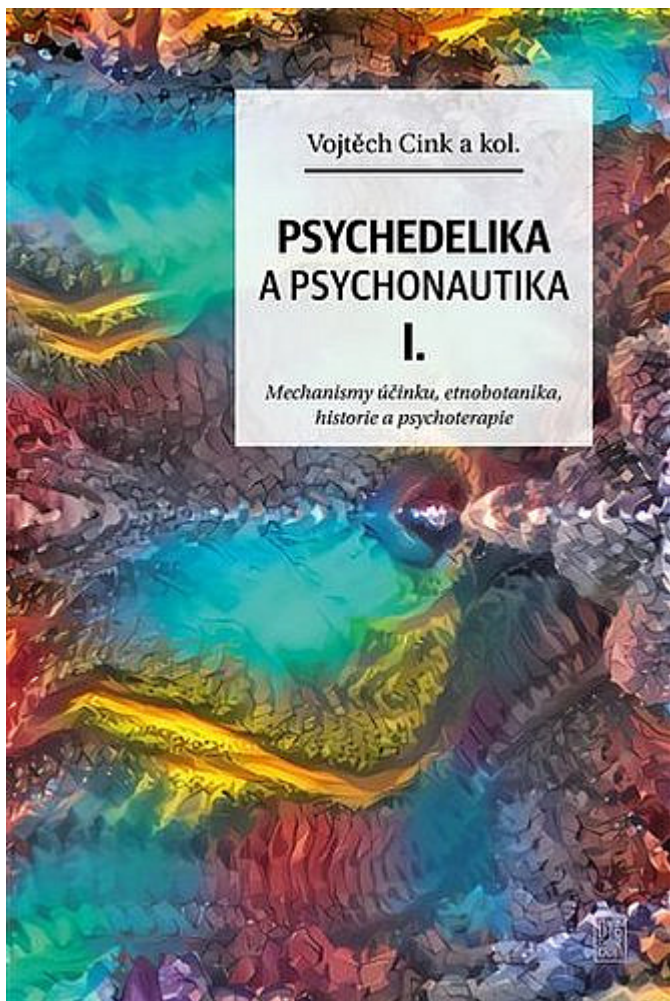
zdroj

Škálování psychedelické zkušenosti

The Psychedelic Experience



Literatura k tématu:

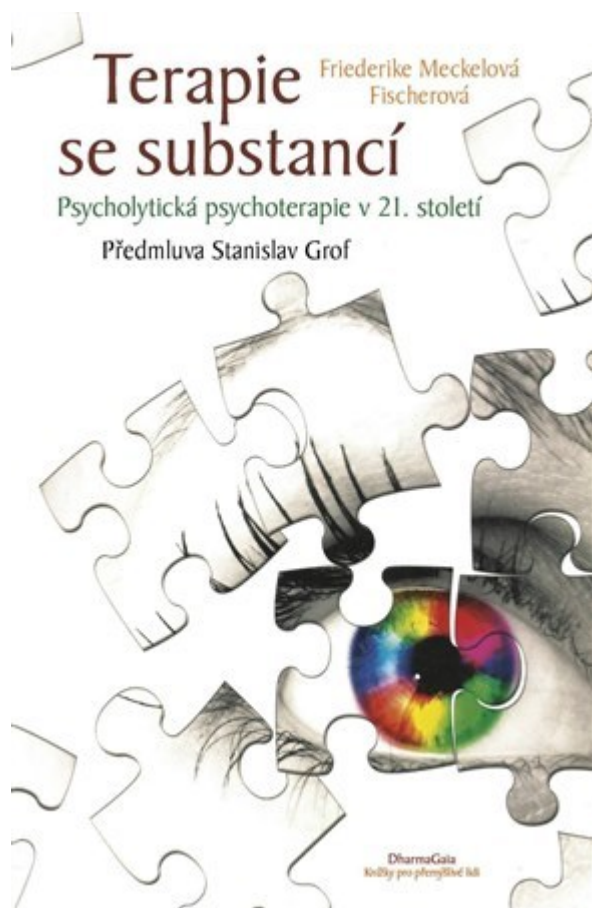


Psychedelics

*The New Science of Psychedelics
and Your Health*



Professor
David Nutt



From: <https://imagined.site/uni/ppa/> - **Psychiatrie pro adiktology**

Permanent link: https://imagined.site/uni/ppa/doku.php?id=psychedeliky_asistovana_psychoterapie&rev=1733781722

Last update: 2024/12/09 22:02

