

# 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.

## 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 vlastního 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 synergické propojení farmakoterapie a psychoterapie. (Na steroidech) Samotná psychedelická intoxikace kloubí farmakologické (zvýšení monoaminové neurotransmise, neuroplasticity) a psychoterapeutické (vhled, odstup, katarze, porozumění) účinné faktory, které se dostávají v jednorázovém sezení.

## 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), ketamin má vyšší návykový potenciál než tryptaminy a lysergamidy
- závažná porucha osobnosti znemožňující spolupráci
- závažné suicidální tendence, nebo suicidální pokus proběhlý v posledních 6ti měsících.

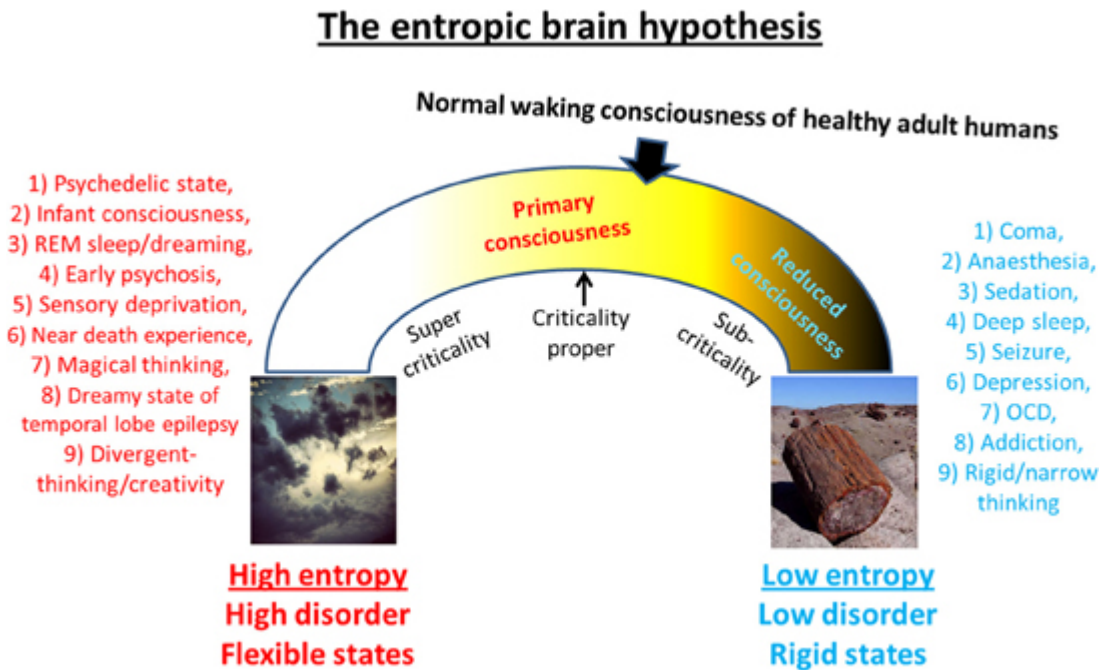
#### • Psilocybin

- 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<sub>2</sub> receptorů, ze kterých 5-HT<sub>2A</sub> 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 dostavuje 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 extravertze, snížení neuroticismu
- **účinek**- antidepresivní, 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

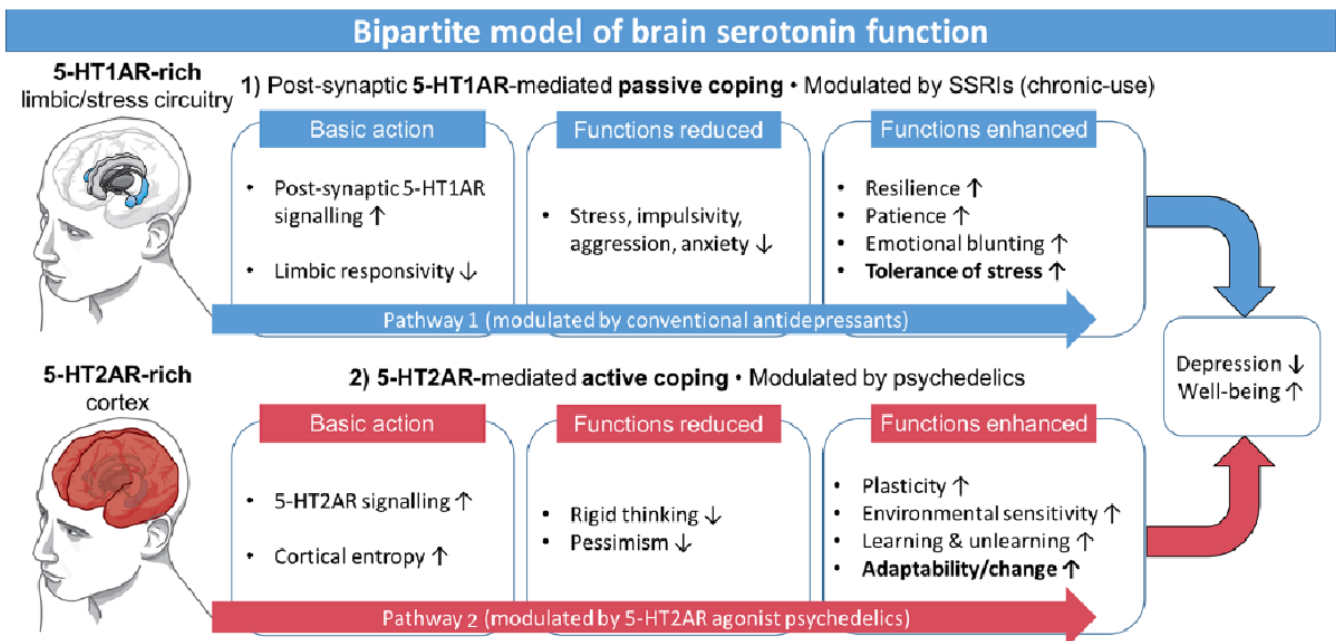
- staví na principu, že jakýkoliv zážitek, který během sezení vyvstane je v pořádku a tento stav dává možnost odžít si některé nepřijatelné obsahy a emoce v bezpečném prostředí
- je potřebná průprava stabilizačních technik předem (práce s dechem, trénink imaginace), ty se pak uplatňují v průběhu zkušenosti 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)



[zdroj](#)

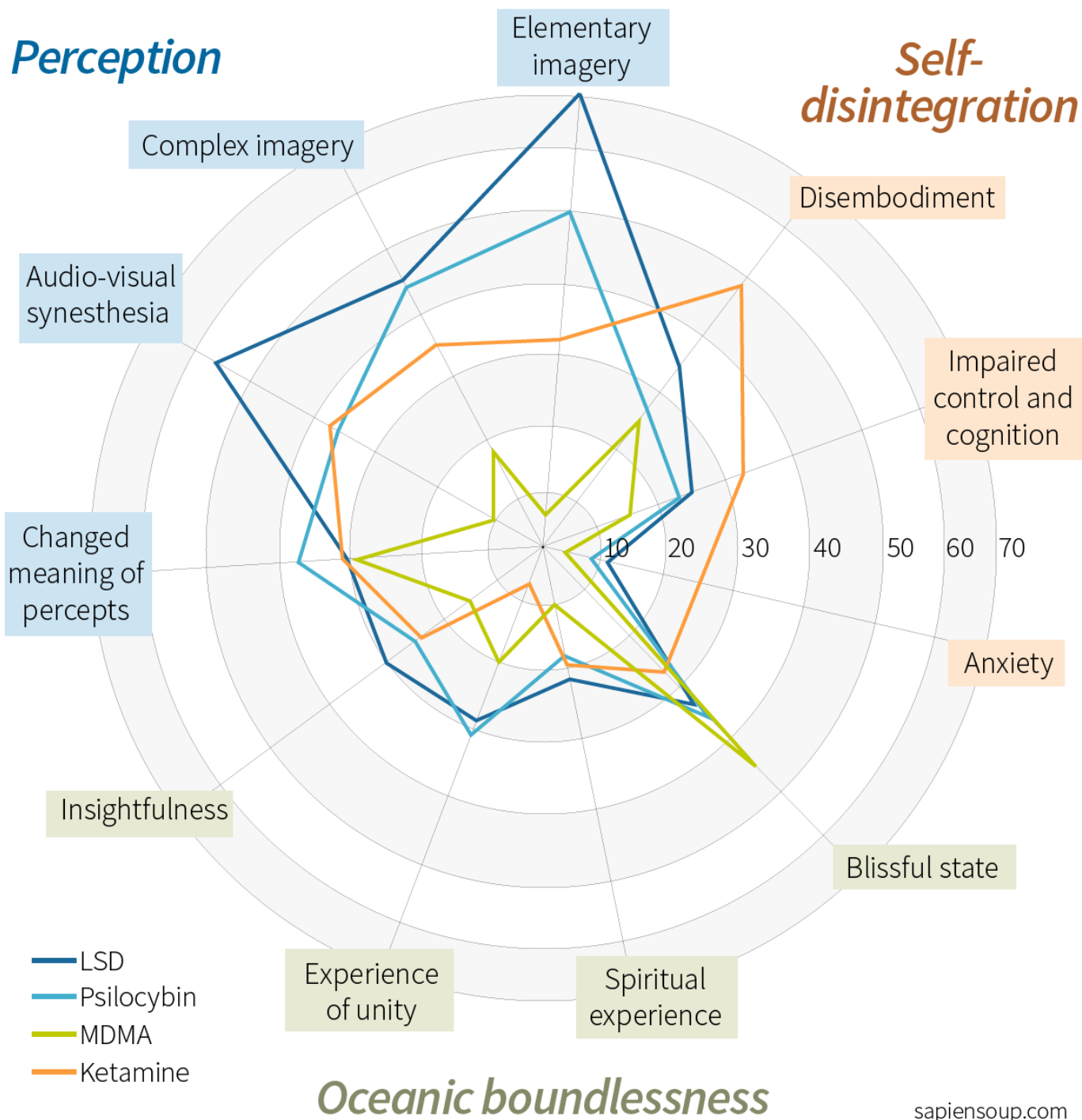
## Srovnání mechanismu funkce psychedelik a konvenčních antidepresiv



[zdroj](#)

### Škálování psychedelické zkušenosti

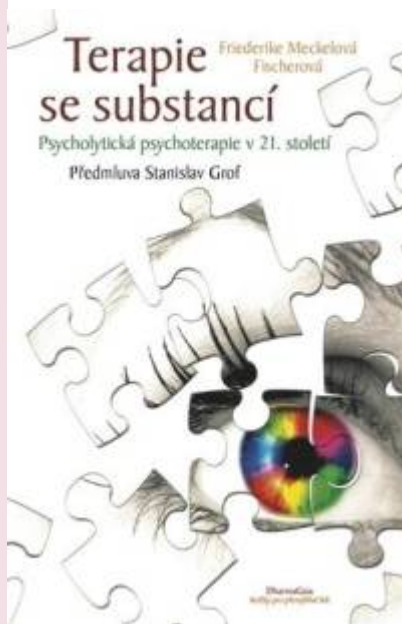
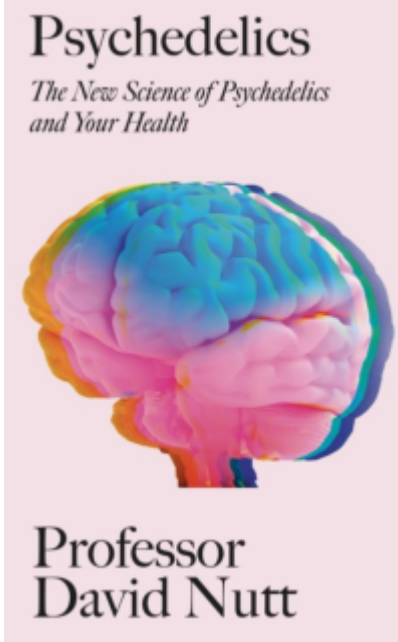
# The Psychedelic Experience



## Literatura k tématu:

- **Psychedelika a psychonautika I a II**, Vojtěch Cink a kol., *DybBuk* 2022

- **Fenomén Psychedelie**, Filip Tylš a kol., *DybBuk* 2020
- **Psychedelics**, prof. David Nutt, *Yellow Kite* 2023
- **Terapie se substancí**, Friedrike Meckelová Fischerová, *DharmaGaia* 2017



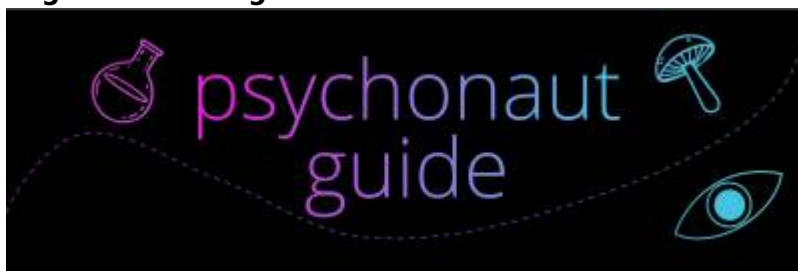
## Zájmová akademická a sociální komunita zabývající se psychedelikami:

Anglicky mluvící, Pražská [UniMindPrague](https://imagined.site/uni/ppa/)



*uniMIND is a global network of educational communities focused around academic journal clubs, which are open to students and academics of all levels and disciplines. The core focus is on mind, brain, and psychedelic research, as well as therapy, society, and philosophy, with new perspectives always being encouraged. The uniMIND communities are non-profits autonomously run with support from [MIND Foundation](#).*

### Log zážitků v angličtině:



[Psychonaut Guide](#)

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

Permanent link:  
[https://imagined.site/uni/ppa/doku.php?id=psychedeliky\\_asistovana\\_psychoterapie&rev=1736246272](https://imagined.site/uni/ppa/doku.php?id=psychedeliky_asistovana_psychoterapie&rev=1736246272)

Last update: **2025/01/07 10:37**

