

E-mail til Peter Gøtzsche fra en patient, der trappede ud af sine antipsykotika mod lægernes råd, og fik sit liv og sin hjerne tilbage

Fodnoter indsat af Peter

17. juli 2016

Kære Peter

Som psykiatribrunder gennem 15 år, har jeg fulgt medicin debatten og har i den forbindelse altid haft respekt for dig som debattør. Tidligere mente jeg at du nok var lidt for ultimativ, men at det var godt at du satte gang i debatten. Jeg talte kort med dig før psykiatritopmødet i 2015¹ hvor jeg udtrykte min uenighed. Jeg mente, den gang, at du malede et skræmmende billede for os medicinere, i og med medicin stort set er den eneste behandling psykiatrien tilbyder.

Jeg er gennem 15 år blevet uddannet i psykiatriskolen hvor jeg har lært at signalstofferne er den store synder. Hvilket jo på en måde er rart at vide, så behøver man ikke at placere skyld eller finde årsager. Man er jo bare kemisk defekt.²

Jeg er dog blevet klogere i løbet af 2016. I tiden omkring psykiatritopmødet var jeg i gang med udtapning af en lav dosis Seroquel pga. voldsomme bivirkninger. Jeg oplevede ekstremt mange abstinenser i den forbindelse og det forskrækkede mig meget³ ... og jeg tænkte du måske havde ret alligevel. Det førte til min beslutning om at trappe ud af Abilify også (mod alle anbefalinger fra mine behandlere).^{4 5}

Det er den bedste helbredsbeslutning jeg nogen sinde har taget! Det viste sig at jeg fik det meget bedre i takt med at medicinen kom ud af kroppen. Angst der var styrende for mit liv forsvandt. Jeg begyndte at kunne løse problemer ved at tænke kreativt og pragmatisk. Jeg har fået overskud til at tage beslutninger om hverdagsting i stedet for at bakke ind under dynen. Jeg kan rumme hvad der sker i verden. Jeg er begyndt at kunne skabe relationer (blandt andet på mit fleks-job) fordi jeg nu kan formulere mig i lange sætninger. Psykotiske symptomer er forduftet. Jeg kan overskue et supermarked uden panik. Jeg troede slet ikke jeg kunne få det så godt nogen sinde. Min kæreste (gennem 20 år) har fået den gamle mig tilbage. Jeg selv har fået min hjerne tilbage.

Det er i dag min opfattelse at du har HELT ret ... jeg vil derfor gerne takke for din ultimative holdning. Og citatet fra topmødet der brændte sig fast hos mig "Det er ikke altid terapi kan stå alene".⁶

Din kamp for andre og for bedre behandling er helt utrolig ulige og unfair men også meget, meget vigtig!

Tak for det frø du plantede for mig sidste efterår, jeg vil høste frugterne resten af livet og forhåbentlig sår jeg selv nogen frø rundt omkring med tiden.

¹ 3. oktober på Frederiksberg Gymnasium, omkring 1000 deltagere.

² Det er helt forkert at hævde, at psykiatriske lidelser skyldes en kemisk ubalance i hjernen.

³ Disse abstinenser kan bl.a. være psykosesymptomer, og psykiaterne øger derfor ofte dosis igen, hvilket er en af grundene til, at så mange patienter fortsætter med antipsykotika i årevis eller resten af livet til stor skade for dem.

⁴ Dette er desværre ganske typisk. Det er svært at få hjælp til en udtrapning.

⁵ Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man ikke skal bruge mere end et antipsykotikum samtidig, hvilket øger skadevirkningerne, inklusive risikoen for at dø.

⁶ Da jeg stod i et panel på topmødet, sagde jeg nogenlunde dette: Psykiaterne siger sædvanligvis, at medicinen ikke kan stå alene. Det er en forkert måde at se tingene på, idet psykoterapi er det centrale, også for psykoser. Vi skulle derfor sige: psykoterapi kan ikke altid stå alene.