

Lehmann, Peter / Newnes, Craig (Hg.) (2024): »Psychopharmaka reduzieren und absetzen – Praxiskonzepte für Fachkräfte, Betroffene, Angehörige«. ISBN 978-3-925931-99-4. Berlin & Lancaster: Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag / Köln: Psychiatrieverlag
Online-Information unter <https://antipsychiatrieverlag.de/lehmann-newnes.htm>

In: Psychosoziale Umschau (Köln), 40. Jg., Nr. 4, S. 47



Peter Lehmann und Craig Newnes (Hrsg.)
Psychopharmaka reduzieren und absetzen:
Praxiskonzepte für Fachkräfte, Betroffene, Angehörige.
Psychiatrie Verlag, Köln und
Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag, Berlin 2024
264 Seiten, 38,00 €
ISBN: 978-3-96605-212-2

Absetzprobleme: die dunkle Seite von Psychopharmaka

Am 15.10.1996 wurde in der RTL-Sendung »Vera am Mittag« über »Depressionen: Die dunkle Macht« diskutiert. Der Oberarzt war verhindert, und so schickte man mich als jungen Assistenzarzt. Nicht ohne Warnung: Da komme auch dieser Lehmann, ein schlimmer Psychiatriegegner, der Horrorgeschichten über Psychopharmaka erzähle. Berechtigterweise, Lehmann holte aus: »Seit Einführung der Antidepressiva haben sich die Depressionen chronifiziert. Diese Behandlung setzt und verfestigt ... erst den Schaden.« Und weiter: »Es gibt Rebound-Effekte beim Absetzen, das heißt, dass die ursprüngliche Störung beim Absetzen verstärkt wiederkommt.«

30 Jahre später gibt Peter Lehmann zusammen mit dem Briten Craig Newnes nun ein ganzes Buch zum Absetzen von Psychopharmaka heraus. 2018 hatte ich Lehmann wiedergesehen, bei einem Vortrag in der von mir geleiteten psychiatrischen Abteilung der Schlosspark-Klinik in Berlin. Ich fragte ihn, welche Unterstützung er für das Absetzen von den psychiatrischen Profis erwarten würde. Diese Frage sei ein Anstoß für das Buch gewesen.

An Lehmanns Warnungen hat sich nichts geändert, und nach Jahrzehnten eigener Beschäftigung mit Antidepressiva stimme ich ihm in vielem zu. Die Antidepressiva-Verschreibungen haben sich inzwischen versechsfacht – auch aufgrund von Schwierigkeiten, hiervon loszukommen? Ein positiver epidemiologischer Effekt des Booms bleibt jedoch aus: Krankenschreibungen und Frühberentungen wegen Depression sind stark angestiegen.

Ein von Lehmann und Newnes in Zusammenarbeit mit dem Antipsychiatrieverlag herausgegebenes Buch kann nicht ausnahmslos neutral und ausgewogen sein. Dennoch gut zu lesen und keinesfalls einseitig, beleuchtet das Buch insbesondere Antidepressiva und Neuroleptika aus vielerlei Perspektiven: wissenschaftliche Grundlagen aus Neurobiologie und klinischen Studien, Strategien zum erfolgreichen Absetzen mit nationalen und internationalen Best-Practice-Beispielen und individuellen Fallberichten, Selbsthilfe und Peerunterstützung. Gemeinsamer Nenner ist ein maximal individuelles Vorgehen. Ein hyperbolisches Ausschleichen wird empfohlen, mit größeren Dosisreduktionen am Anfang und kleinen am Ende, einschließlich hilfreicher Tipps wie Ausschleichstreifen (tapering strips).

Wie bei einem Sammelband unvermeidlich, unterscheiden sich die 19 Kapitel. Manche richten sich eher an Betroffene, andere an Personen mit Vorkenntnissen. Schlier et al. merken bspw. zu ihrer Fragebogenstudie über Prädiktoren erfolgreichen Absetzens wissenschaftlich zutreffend an, dass die Studie nur Zusammenhänge aufdecken, aber keine Wirkrichtung angeben kann. Im Kapitel von Whitaker hingegen werden Studienergebnisse recht selektiv ausgewählt und interpretiert, und Assoziationen kausal gedeutet. Dieses und das Kapitel von Mitherausgeber Newnes, das am Thema Absetzen ein Stück vorbeigeht und die Existenz psychischer Erkrankungen mit doch recht verstaubt wirkenden Theorien aus den 1970er-Jahren bezweifelt, tun dem Buch aber keinen Abbruch.

Nach der Lektüre bleibt festzustellen, dass Lehmann bei »Vera am Mittag« am hellstichtigsten die Risiken von Psychopharmaka aufgezeigt hat. Das Buch muss als Mahnung verstanden werden, nicht vorschnell auszuprobieren, ob ein Psychopharmakon »vielleicht hilft«.

Tom Bschor, Berlin