

# O »VODIČU ZA AVTONOMNO UPORABO ZDRAVIL«

Slišanje glasov, izkušnje videnj in ostale izkušnje, ki jih psihiatrija razume kot simptome psihoze, lahko ali pa ne vodijo do psihiatrične diagnoze in jemanja psihiatričnih zdravil. To besedilo se ukvarja z zanimivim priročnikom, ki si prizadeva k odpiranju dialoga o izkušnji jemanja psihiatričnih zdravil. Kljub temu, da se osredotoča na področje psihiatrije, nam lahko duh Vodiča odpre možnosti širšega razmisleka o avtonomiji in soodločanju oseb v zdravstvenem sistemu. Vodič je dosegel tudi druge dele sveta in najhitreje so ga »posvojili« v Braziliji. Ker sem se pred kratkim srečal z eno izmed oseb, ki je v Braziliji sodelovala in še vedno sodeluje pri dejavnostih, ki jih na podlagi Vodiča vodijo v kontekstu javnega zdravstva, je to besedilo vezano predvsem na brazilsko izkušnjo z omenjenim priročnikom.

Gre za »Vodič za avtonomno uporabo zdravil«. Napisali so ga v kanadskem mestu Quebec leta 1993 uporabniki psihiatrije, da bi bolje razumeli subjektivne izkušnje jemanja zdravil. Čeprav je iniciativa prišla iz uporabniških vrst, so bili v proces nastajanja Vodiča vključeni tudi strokovnjaki na področju duševnega zdravja in različni raziskovalci.

Osrednji namen Vodiča je opolnomočenje ljudi, ki jemljejo psihiatrična zdravila, da izvejo več o učinkih svoje terapije in da lahko skupaj s psihiatrom »soppravljajo« z jemanjem zdravil. Dva glavna principa Vodiča sta: 1) pravica do informacij o zdravilih in pravica o sprejemanju ali nesprejemanju medikamentozne terapije; 2) sodelovanje oseb, ki jemljejo psihiatrična zdravila pri procesih odločanja o svojem zdravljenju. Vodič je napisan na podlagi prepričanja, da ima vsak posameznik svojo lastno izkušnjo jemanja psihiatričnih zdravil in da mora biti slednja upoštevana – to pa se lahko doseže le z vključevanjem osebe v proces odločanja. Le tako lahko zdravnik in uporabnik najbolje vidita, ali zdravila pripomorejo k večji kvaliteti življenja osebe, ali pa bolj kot ne zgolj pripomorejo k še večji stiski. Vodič odpira prostor za refleksijo o vsakodnevem življenju osebe, ki jemlje psihiatrična zdravila; o vplivih zdravil na vsakodnevno življenje osebe; o podpori, ki jo prejema ali ne; njegove/njene pravice; pravice osebe, ki zdravila predpisuje; možnosti drugačnih obravnav in zdravljenj ipd. Brazilija ima močno zgodovino dezinstucionalizacije na področju duševnega zdravja. To še vedno trajajoče gibanje se, podobno kot druga temu podobna gibanja po svetu, zavzema za vzpostavitev psihosocialnih pristopov v duševnem zdravju. Kljub temu prepozna, da je psihiatrična obravnava navadno še vedno osredotočena na predpisovanje zdravil. Protagonisti pisanja brazilskega Vodiča so bili predvsem raziskovalci duševnega zdravja. Večletni proces pisanja je vključeval prevod kanadskega izvirnika in njegovo preizkušanje v različnih skupinah, ki so vključevale uporabnike, njihove bližnje, raziskovalce in strokovnjake duševnega zdravja. Vodič je bila tako tekom procesa nastajanja spremenjen in prilagojen lokalnim potrebam in stanju v duševnem zdravju v Braziliji. Medtem ko kanadski original zagovarja zmanjševanje in prenehanje jemanja zdravil, brazilska verzija zaradi močno razširjene revščine in posledične neenakosti pri dostopu do zdravstvenih storitev poudarja predvsem pomen dostopnosti do zdravil, a se hkrati posveča dialogu in avtonomiji prejemnikov psihiatričnih zdravil.

Osrednja pojma Vodiča sta avtonomija in »soppravljanje« pri odločanju o zdravljenju. Dominantna psihiatrična praksa

predpisovanja zdravil me spomni na skeč angleške skupine Monty Python, ko nosečnica med porodom vpraša zdravnika, kaj naj dela, zdravnik pa odgovori: »Nič, niste dovolj kvalificirani.« Avtonomija ne pomeni, da posameznik sam odloča o jemanju svojih zdravil (in tudi ne, da nosečnica rodi sama). Mnogokrat se namreč zgodi, da primeri opustitve jemanja zdravil brez ustrezne podpore družbenih mrež vodijo v ponovno hospitalizacijo. Vodič misli avtonomijo v družbenem kontekstu, zato je soupravljanje tesno prepleteno z avtonomijo posameznika. Uporabnik skupaj z drugimi aktivno sodeluje – in s tem prevzema svoj del so-odgovornosti – pri odločanju o svojem zdravljenju.

Kaj torej pomeni način delovanja, ki ga spodbuja Vodič, v kontekstu dominantnega načina psihiatrične obravnave? Kot prvo, tematiko psihiatričnih zdravil obravnava kot družbeno prakso, ki vključuje mnogo različnih oseb in želi raziskati vidike vseh udeležencev preko dialoga. Zdravila se torej ne tičejo zgolj osebe, ki jih jemlje – tičejo se tudi osebe, ki jo predpisuje (psihiatra) in drugih oseb, ki nudijo podporo uporabniku. Iz tega spoznanja izhaja potreba po odprtem dialogu o izkušnji jemanja zdravil vseh, ki jih ta izkušnja vključuje.

Ideja odpiranja prostora dialoga za medsebojno deljenje izkušenj je že poznana. Po tem principu delujejo npr. podporne skupine za slišanje glasov in druge samopomočne skupine. Zanimivo prakso so pred približno 25 leti v javnem zdravstvu uvedli tudi na Finskem na področju prve akutne psihoze, pod imenom Odprti dialog. Terapevtska praksa zgolj v slabi tretjini primerov vključuje predpisovanje zdravil, hkrati pa v vseh primerih vključuje skupinske pogovore med psihiatri, terapevti, bolnikom in njegovimi bližnjimi. Našteti primeri, skupaj z omenjenim Vodičem, kažejo na pomen odpiranja prostora dialoga med različnimi akterji v procesu psihiatrične obravnave. Poleg tega spreminjajo pozicije moči odločanja med strokovnjaki in »bolniki«, ko delno razbremenjujejo prve in drugim omogočajo možnost enakovredne participacije.

Na področju duševnega zdravja je v zadnjem času izšlo več različnih priročnikov, delovnih zvezkov in podobnega podpornega materiala za ljudi s prvoosebno izkušnjo. Paul Baker se v svojem vodiču *The voice inside: A practical guide to coping with hearing voices* posveča delu na izkušnji slišanja glasov, prav tako tudi Mike Smith in Ron Coleman v delovnem zvezku *The working with voices II: Victim to Victor*. Icarus projekt v gradivu z naslovom *Madness and Oppression* ponuja okvir za individualno in kolektivno naslavljanje zatiranja. Večina podpornega materiala še vedno ostaja v tujih jezikih. Kralji ulice smo pred kratkim skupaj z drugimi organizacijami na področju duševnega zdravja izdali prevod knjige Willa Halla z naslovom *Vodnik za opuščanje uporabe psihiatričnih zdravil*, ki marsikje odpira podobna vprašanja kot omenjen Vodič. Vse več podobnih prevodov objavljamo tudi na naši spletni strani [www.slisanjeglasov.si](http://www.slisanjeglasov.si), pod razdelkom »Knjižnica«. Več o ozadju zgoraj opisanega projekta najdete v gradivu iz leta 2014 na [https://www.camh.ca/en/education/professionals\\_in\\_training/Surviving-Advising/Documents/Supporting\\_GAM\\_Practices.pdf](https://www.camh.ca/en/education/professionals_in_training/Surviving-Advising/Documents/Supporting_GAM_Practices.pdf).

Juš Škraban