



Spolufinancováno
Evropskou unií



3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova

KRÁTKÉ SHRNUÍ VÝSTUPŮ PROJEKTU

„Destigmatizace terapeutického využití psychedelik v psychiatrii a jejich využití v rámci ČR k reintegraci dlouhodobě práce neschopných lidí zpět do života“

Operační program Zaměstnanost plus: výzva č. 21 „Inkubační fáze vývoje řešení (1)“

3. lékařská fakulta Univerzity Karlovy, zpracoval Mgr. Jan Blahůšek, září 2024

Úvod

Přibližně 10 % Čechů trpí duševními nemocemi, což často vede k pracovním neschopnostem, invalidizaci a sociálnímu vyloučení. Psychedelika jsou revoluční inovací ve světové psychiatrii, ale v ČR také dosud zakázanými látkami. Cílem projektu realizovaného od 1.5. 2023 do 31.7. 2024 bylo destigmatizovat psychedelika v očích duševně nemocných, odborníků a státu, otestovat inovované prvky psychedelické terapie u nemocných, otestovat nové způsoby spolupráce se stakeholdery a inkubovat přípravu systémové změny ve využití psychedelik pro duševně nemocné obyvatele ČR. Klasická psychedelika jako LSD, psilocybin, DMT atd. jsou ale v ČR zakázaná, i když se jedná o látky nenávykové, netoxické a minimálně společensky škodlivé. Proto používáme atypický ketamin, který je aktuálně v ČR jediný legálním léčivem pro psychedelickou terapii. I když je ketaminem asistovaná terapie (KAT) sama o sobě do značné míry (celosvětově) velmi novým postupem, my jsme se rozhodli KAT v podmínkách ČR inovovat ještě dále.

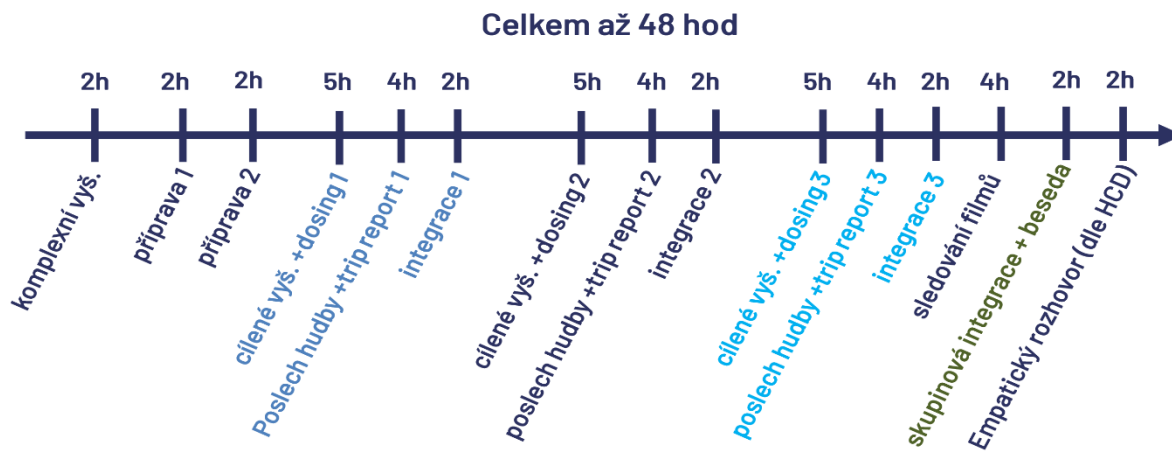
Vyvinutá služba: trojitá ketaminem asistovaná terapie

Běžně KAT zahrnuje jedno sezení klienta s ketaminem a jeho přípravu a integraci s psychoterapeutem. To ale často nestačí k prolomení potíží klientů nebo dosažení dlouhodobějších změn, jak nám ukázala i provedená analýza potřeb klientů. Proto jsme se rozhodli tento postup inovovat. Novost našeho přístupu spočívá především ve trojím opakování KAT za sebou, s postupně se zvyšující dávkou ketaminu. Klient si tak na značně neobvyklý psychedelický prožitek postupně zvyká a může více vytěžit z jeho terapeutického potenciálu. To je umocněno přidáním dalších prvků. Náš finální model KAT obsahuje tyto hlavní prvky:

- ✓ Klinické vyšetření směřující k určení vhodných klientů (bez kontraindikací)
- ✓ 1-2 terapeutické přípravy klientů na sezení s ketaminem
- ✓ 3 x cílené vyšetření + 3 x sezení s ketaminem (á cca 4 hodiny)
- ✓ 3 x domácí poslech terapeutického hudebního setu + sepsání „trip reportu“ klientem
- ✓ 3x integrace psychedelického prožitku po každém sezení s terapeutem
- ✓ Sledování filmů s tématem destigmatizace psychedelik a jejich využití v terapii a seberozvoji
- ✓ Skupinová integrace a socializace s jinými klienty, vč. besedy o shlédnutých filmech
- ✓ *Polostrukturované ex-post rozhovory s klienty a terapeuty – feedback k řešení (nejedná se o součást KAT, jen nástroj jeho testování, komunikace s uživateli)*

Celý proces, návaznost a časovou dotací všech prvků ukazuje graf níže:

Časová osa



Výstupem inkubační fáze projektu je tak komplexnější, účinnější a pro duševně nemocné více „user-friendly“ služba, která byla ověřena dvěma koly testování u našich klientů.

Výsledky testování u klientů

Původním plánem bylo účinnost našeho nového designu KAT ověřit u celkem 6 duševně nemocných. V průběhu projektu se ukázalo, že by naše řešení mohlo pomáhat také klientům se závislostmi. Nakonec jste tedy provedli KAT celkem 6 psychiatrických a 2 adiktologické klienty. Níže jsou shrnuty dosažené výsledky:

- **Nejlepší praxe:** U 2 klientů došlo po aplikaci našeho modelu KAT k úplnému vyléčení deprese a návratu k normálnímu fungování v životě i v práci – po letech/desetiletích potíží a neúspěšnosti běžné léčby (antidepresiva, psychoterapie). Otec pěti dětí s depresemi „na sebevraždu“ a traumatem ze smrti dítěte funguje nyní v životě i v práci na 100 % (nabízeli mu invalidní důchod). U druhého klienta došlo k návratu k plné pracovní výkonnosti (v akutní fázi snížení na 20-30 %) i zlepšení sociálních vztahů.
- **Dobrá praxe:** U dalších 2 klientů, závislých na alkoholu, KAT přinesla vhled, z něhož nyní čerpají v další léčbě, resp. abstinenci: došlo k odhalení a zaléčení deprese jako skryté příčiny pití. U třetí klientky, samoživitelky s depresí se nám opět potvrdila vhodnost inovovaného postupu – až třetí sezení s ketaminem jí přineslo zlepšení a nasměrování další léčby. Dva z těchto klientů se po KAT vrátili z dlouhodobé pracovní neschopnosti (PN) do práce, jeden je ještě v půlroční doléčovací PN, ale cítí se již mnohem lépe a chce zase pracovat.
- **Náročná praxe:** U dalších 3 klientů došlo k psychickému zlepšení – současně se ale u dvou z nich (deprese, úzkost) jednalo o účinky KAT sice markantní (návrat do běžného fungování před invalidizací), ale trvajících vždy pouze jeden až dva týdny. Klient v ID velmi řeší stigma spojené s illegalitou psychedelík (partnerka mu nadává do „feťáků“), ale věří, že díky pokračování s KAT se nakonec uzdraví a vrátí i do práce. U klienta se silnou úzkostí šlo o náročný průběh terapie s dočasným zhoršením duševního stavu – před KAT tento klient opustil práci a nyní již opět začal částečně pracovat.

Abychom k vyvíjenému řešení získali co největší zpětnou vazbu udělali jsme vedle rozhovorů s 8 účastníky testování naší KAT rozhovory ještě s dalšími 18 psychiatrickými a 3 adiktologickými pacienty, kteří prošli jinou formou psychedelické terapie apod. Zjišťovali jsme zkušenosti klientů z jejich léčby, neformálního

užívání psychedelik (rekreace a rituály) a jejich názory na náš nový model KAT. Výsledkem bylo potvrzení, že většina klientů považuje obecně psychedelickou terapii i naši inovaci za přínosnou – i když se klienti někdy liší v názoru na jednotlivé prvky (vhodná výše dávky ketaminu; užitečnost integrace prožitků malováním, skupinovou terapií atd.). Někteří klienti mají stigmatizující zkušenosti s odsuzováním psychedelik jako „fetáctví“ svým okolím. Většina klientů proto doporučila legalizaci všech kontextů užívání psychedelik, menšina byla pouze pro medicínské využívání. Výsledky rozhovorů jsme zahrnuly do dokumentu „Příběhy klientů psychedelické terapie“.

Výsledky destigmatizace psychedelik a podpory změny systému u stakeholderů

Další důležitou částí projektu byly rozhovory se 33 stakeholdery. Pozitivní zpětnou vazbu k naší inovaci nám potvrdili prakticky všichni z oslovených psychoterapeutů, psychologů, psychiatrů, adiktologů a vůdčích osobností psychedelické terapie v ČR. Konzultovali jsme s nimi zkušenosti, doporučení a otázky klientů ohledně této léčby. Dle toho probíhal vývoj inovované KAT. Zjistili jsme, že mnozí klienti i stakeholderi mají převážně pozitivní zkušenosti s psychedeliky také v rituálním nebo rekreačním kontextu. Oslovili jsme proto i odborníky na náboženství, rituály a psychedelický šamanismus. Zjištění jsme šířili ve spolupráci s Filozofickou fakultou UK na semináři o zakázaných psychedelických rituálech a jejich (de)stigmatizaci v ČR.

V další fázi jsme se soustředili na téma drog, závislostí a možností její léčby psychedeliky. Do rozhovorů jsme zařadili adiktology, národního protidrogového koordinátora, představitele Asociace poskytovatelů adiktologických služeb, Unie lidí se zkušeností se závislostí, Rady vlády pro koordinaci politiky v oblasti závislostí, Národní protidrogové centrály atd. Výsledkem bylo potvrzení správnosti rozšíření cílové skupiny o osoby s problémem závislostí – a dalšího zaměření systémové změny na přenos KAT do adiktologických sociálně-terapeutických služeb v ČR, na čemž nyní spolupracujeme se Společností Podané ruce.

Vytvořené výstupy, „Manuál inovované KAT“, „Příběhy klientů“ atd. jsme předali všem zúčastněným stakeholderům. Užitečnost a další záměr využití našich výstupů nám již potvrdili Společnost Podané ruce, Psychiatrická léčebna (závislostí) Červený dvůr, Národní ústav duševního zdraví, Společnost pro návykové nemoci ČLS, Klinika adiktologie 1LF UK a VFN, Nadace pro podporu výzkumu psychedelik Psyres a dvě NNO – Česká psychedelická společnost a Beyond Psychedelics. Výsledky projektu jsme prezentovali také na mezinárodní konferenci „Inovativní postupy v oblasti duševního zdraví a udržitelnost systémů zdravotní péče: Česko jako lídr EU?“, která se konala 29. 5. 2024 v Praze pod záštitou Předsedy vlády, Úřadu vlády, Poslanecké sněmovny, Senátu a První dámy České republiky.