



Spolufinancováno
Evropskou unií



3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova

MANUÁL INOVOVANÉ KETAMINEM ASISTOVANÉ TERAPIE

Výstup vývoje a testování inovovaných prvků KAT u klientů s diagnózou
deprese, úzkosti, PTSD a závislosti v rámci projektu

„Destigmatizace terapeutického využití psychedelik v psychiatrii a jejich využití v rámci ČR
k reintegraci dlouhodobě práce neschopných lidí zpět do života“
(reg. č. CZ.03.03.01/00/22_021/0001981)

realizovaného 3. lékařskou fakultou Univerzity Karlovy v Praze

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

Červenec 2024

Zpracovali MUDr. Tomáš Páleníček, PhD., Mgr. Jan Blahůšek a Mgr. Zuzana Postránecká

Obsah

1. KETAMINEM ASISTOVANÁ TERAPIE	4
1.1. Běžný postup	4
1.2. Inovovaný postup	5
2. ZPĚTNÁ VAZBA – SCÉNÁŘE ROZHOVORŮ	7
2.1. Duševně nemocní s výjimkou závislostí	7
2.2. Závislostní klienti	10
2.3. Psychedelictí terapeuti	10

Úvod

Jedním z hlavních výstupů projektu 3. lékařské fakulty Univerzity Karlovy s názvem „Destigmatizace terapeutického využití psychedelik v psychiatrii a jejich využití v rámci ČR k reintegraci dlouhodobě práce neschopných lidí zpět do života“ je stručný manuál inovované ketaminem asistované terapie (KAT). Manuál byl projektovým týmem postupně vytvářen ve druhé polovině roku 2023 a v první polovině roku 2024, a to na základě dvou fází praktického testování různých inovovaných prvků terapie s využitím ketaminu u účastníků projektu s diagnózou deprese, úzkosti, PTSD a závislosti a následných polostrukturovaných rozhovorů s účastníky testování. Manuál sestává ze dvou částí.

První, hlavní část manuálu popisuje postup inovované KAT a obsahuje porovnání běžné KAT a její inovované verze, která byla vyvinuta v tomto projektu.

Druhá část manuálu obsahuje finální podobu scénářů rozhovorů, pomocí kterých jsme získávali zpětnou vazbu k testování inovované KAT.

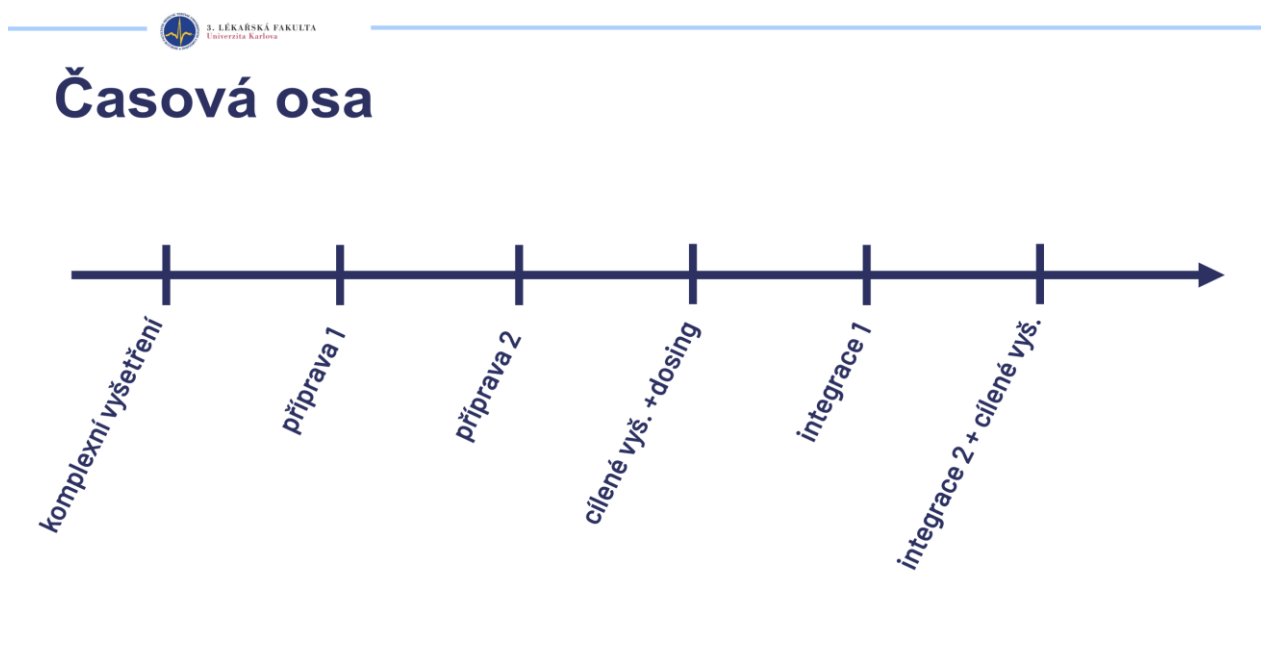
Pro kontext dodáváme, že samostatným výstupem projektu je rovněž dokument se zpracovanými příběhy nejlepší, dobré a náročné praxe klientů, kteří se zúčastnili testování inovované KAT nebo kteří prošli jiným typem psychedelické léčby, neformální psychedelické svépomoci či jiného způsobu užívání psychedelik.

1. KETAMINEM ASISTOVANÁ TERAPIE

Běžně tzv. ketaminem asistovaná terapie (KAT) zahrnuje jedno sezení klienta s ketaminem a jeho přípravu a integraci s terapeutem. To ale často nestačí k prolomení potíží klientů nebo dosažení dlouhodobějších změn v jejich životě, jak nám ukázala analýza potřeb klientů. Proto jsme tento postup inovovali trojím opakováním KAT, s postupně se zvyšující dávkou látky, poměrně rychle po sobě a zařazením dalších terapeutických prvků dle zjištěných potřeb klientů. Níže popisujeme běžný i námi inovovaný model KAT.

1.1. BĚŽNÝ POSTUP

Obrázek níže ukazuje dosavadní běžně v ČR používaný postup ketaminové terapie u duševně nemocných:



Komentář: Graf znázorňuje dosavadní běžný model KAT, který obvykle zahrnuje následující prvky:

- **klinické vyšetření směřující k indikaci a k vyloučení kontraindikovaných pacientů**
- **1-2 přípravy na sezení s terapeutickým týmem (1-2 lékaři či terapeuti)**
 - detailní popis účinků látek
 - detailní popis průběhu sezení
 - jak pracovat se zkušeností v průběhu sezení
 - nastavení pravidel práce s tělem a komunikace během intoxikace
 - terapeutická práce s „očekáváním vs záměr“
- **cílené vyš. + vlastní sezení s látkou (cca 4 hodiny)**
- **následná integrace**
 - 1-2 sezení dle potřeby
 - zasazení do kontextu života pacienta

1.2. INOVOVANÝ POSTUP

Námi navržený a otestovaný **prototyp inovativní ketaminem asistované terapie (KAT)** byl vyvinut na základě:

1. úvodního zjištění reálných potřeb duševně nemocných a jejich analýzy ve spolupráci s klíčovými odbornými partnery z NÚDZ, Psyon, Podané ruce atd. (pomocí empatických rozhovorů)
2. dvou kol testování inovace přímo při terapeutické práci s duševně nemocnými/ závislými klienty
3. rozhovorů s klienty a odborníky s cílem zjištění zpětné vazby k testované inovaci

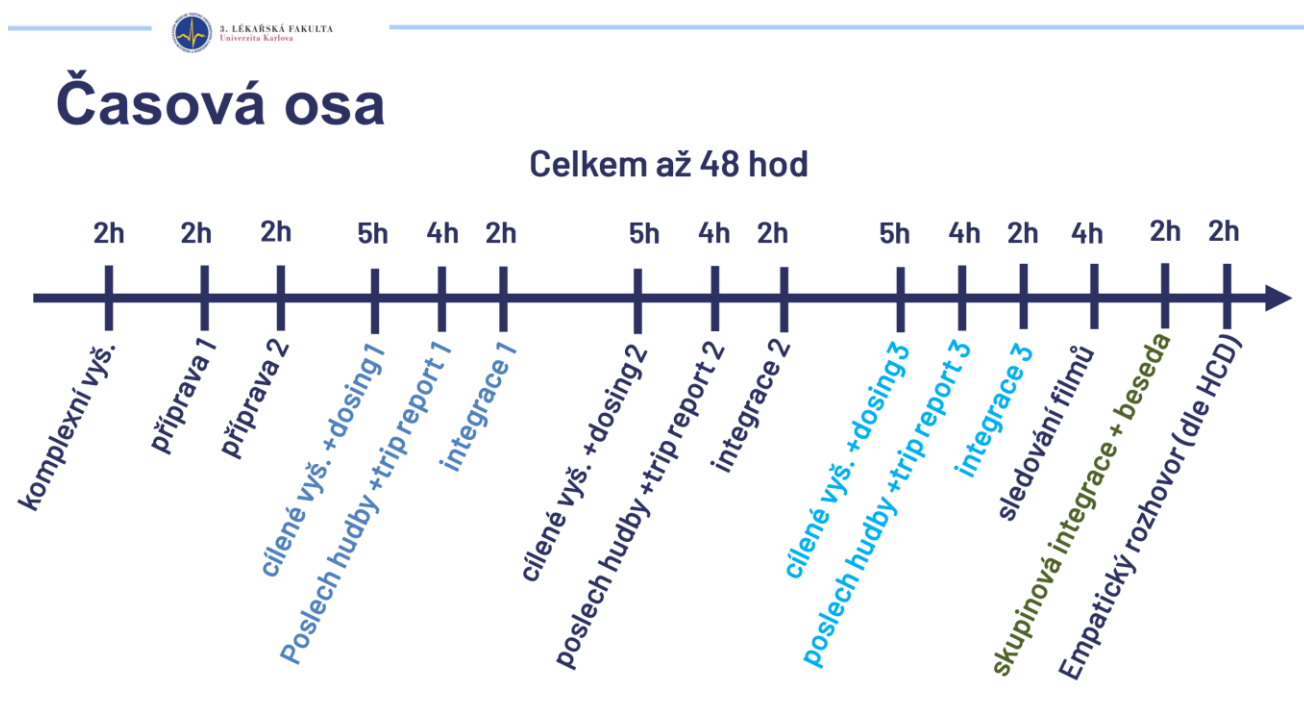
V 1. kole testování byla ověřována vhodnost následujících prvků:

- intenzivnější terapie s trojím podáním ketaminu poměrně rychle za sebou (zvyšující se dávky)
- integrace prožitků s pomocí psaní trip reportů
- integrace prožitků s pomocí domácího poslechu terapeutických playlistů

Ve 2. kole testování byly dále testovány tyto prvky:

- podpora integrace psychedelických zkušeností pomocí sledování tematických filmů
- skupinová integrace terapeutických zkušeností a socializace s jinými klienty
- možnost zařazení prvků arteterapie, konkrétně zachycení prožitků pomocí kreslení mandal (dle individuální potřeby klientů)
- možnost zařazení prvků bodyworku, terapeutické práce s tělem (dle individuální potřeby klientů)

Konečným výsledkem realizace výše popsaných aktivit je prototyp inovované KAT, který popisujeme níže:



Výše uvedený obrázek znázorňuje námi inovovaný prototyp designu KAT, který obsahuje následující prvky:

- **Klinické vyšetření směřující k indikaci a k vyloučení kontraindikovaných klientů**
- **1-2 přípravy na sezení (1-2 lékaři či terapeuti; identické ad běžný design KAT)**
- **3 x cílené vyšetření + vlastní sezení s ketaminem (á cca 4 hodiny)**
 - nejprve nízká dávka (100 mg per os) → poté 2x vyšší dávka (200-350 mg per os dle tolerance)
- **3 x domácí poslech terapeutického hudebního setu + sepsání „trip reportu“ klientem**
- **3x následná integrace psychedelického prožitku po každém sezení s terapeutem**
 - zkušenost individuální práce s trip reportem a hudebním setem
 - zasazení výsledků terapie do kontextu běžného života klienta
- **Sledování filmů s tématem destigmatizace psychedelik a jejich využití v terapii a spiritualitě**
 - *Psychedelia*
Americký dokumentární film, který vyšel v aktualizované verzi v roce 2021 a pojednává o historii psychedelik a jejich schopnosti navozovat mystické prožitky a léčit duši. <https://www.csfd.cz/film/1125842-psychedelia-historie-a-veda-mysticke-zkusenosti/prehled/>
 - *Descending the Mountain*
Švýcarský dokument z roku 2021, který přibližuje unikátní vědecko-spirituální experiment, v němž zenový mistr a psychiatr propojili buddhistickou meditaci a vědeckou studii s užitím psilocybinu zdravými dobrovolníky v prostředí zenového centra. <https://www.csfd.cz/film/1173918-sestoupeni-shury-pribeh-o-houbach-a-meditaci/prehled/>
 - *Fantastická Terapie*
Český dokument z roku 2022, který zachycuje současné využití psychedelik v psychoterapii v rámci České republiky, konkrétně terapii s ketaminem na pražské klinice Psyon. <https://www.csfd.cz/film/1246639-fantasticka-terapie/prehled/>
- **Skupinová integrace ketaminových prožitků a socializace s jinými klienty, vč. besedy o shlédnutých filmech a jejich poselství**
- *(V budoucnu – v případě schválení navazujícího projektu OPZ+) Metodika evaluace reálných dlouhodobých dopadů inovované KAT do života klientů za pomoci kontrafaktuální evaluace dopadů (CIE) s využitím dat z databází ČSSZ, ÚP a ÚZIS (nemocenská, zaměstnanost, pracovní neschopnost, invalidita atd.). Nejedná se přímo o součást KAT, ale o způsob jejího vyhodnocení.*

2. ZPĚTNÁ VAZBA – SCÉNÁŘE ROZHovorŮ

Níže je uveden scénář rozhovorů s účastníky testování inovované KAT. Rozhovory probíhají po skončení KAT a jejich cílem je získat feedback od našich klientů. Rozhovory nejsou přímo součástí terapie, ale jsou důležitým nástrojem komunikace s klienty a zjišťování jejich názorů na tuto formu terapie a její kontext.

2.1. DUŠEVNĚ NEMOCNÍ S VÝJIMKOU ZÁVISLOSTÍ

Rozhovor – skupina klientů (duševní nemoci, vyjma závislostí)

Dotazovaný (KÓD):

Věk:

Profese:

Pracovní status:

Datum rozhovoru:

Tazatel:

Forma (osobně/online):

A. Životní, zdravotní a sociální situace klienta

Aktuální situace

1. Jaké jsou Vaše potíže v oblasti duševního zdraví? Znáte svou diagnózu?
2. Jak se to odráží na vašem pracovním životě? Chodíte do práce? Nebo jste/častěji býváte v pracovní neschopnosti, invaliditě apod.?
3. Zhoršila se vlivem duševní nemoci vaše sociálně-ekonomická situace? Jak konkrétně?
4. Jak byste zhodnotil/a vaše aktuální fungování (včetně práce) na škále 0-100 % (žádný výkon – normální fungování)

Dosavadní způsob léčby (kromě psychedelik)

5. Jakou léčbu (kromě psychedelik, o nichž budeme mluvit později) jste doposud využívali nebo aktuálně využíváte? Pomáhá vám?
6. Využíváte i nějaké jiné způsoby pomoci, např. alternativní metody (akupunktura, homeopatie, meditace apod.), nějaké sociální služby apod.? Jaké a co pro vás znamenají?
7. Jak se k vaší nemoci staví váš partner, rodina, přátelé? Podporují vás nebo spíše naopak?

B. Zkušenosti s psychedelickou terapií

Obecný názor na psychedelika

8. Co Vám říká termín psychedelika, popřípadě halucinogeny? Jaké znáte?

9. Psychedelika jsou v některých zemích využívána k rituálním účelům, ale také k léčbě různých onemocnění i závislostí. Také v ČR probíhají humánní výzkumy medicínského využití klasických i atypických psychedelik (psilocybin, 5-MeO-DMT, MDMA, ketamin) a omezeně se využívají i k terapeutickým účelům (především ketamin). Současně jsou klasická psychedelika v ČR zařazena mezi ilegální návykové látky podobně jako heroin , kokain , pervitin atd. Co si o tom myslíte?
10. Myslíte si, že by psychedelika mohla být široce využitelná v péči o duševní zdraví i v ČR?

Osobní zkušenost s psychedelickou terapií

11. Absolvovali jste někdy Vy sami léčbu pomocí psychedelik? Jakou konkrétně?
12. Šlo o vaši první psychedelickou zkušenost nebo kolikrát už jste prošli psychedelickou terapií?
13. Jak se vaše léčba pomocí psychedelik lišila od vaší předchozí ne-psychedelické léčby (antidepresiva, psychoterapie atd.)? Například rychlostí účinku, způsobem prožívání atd.?
14. Vnímáte při léčbě psychedeliky i nějaká rizika a nebezpečí? Setkali jste se s nimi i osobně a jak jste to řešili? Máte z nich obavy?
15. Co se týče konkrétních látek používaných v psychedelické terapii, vyhovuje Vám osobně ... (látka, kterou dosud dostali) nebo byste uvítali spíše jinou látku? Jakou a proč?

Výsledky psychedelické léčby – primárně inovativní léčby s trojím podáním ketaminu (event. jiné)

16. Jak vnímáte opakované podání psychedelické látky, eventuálně její silnější dávky při terapii s trojím podáním ketaminu?
17. Považujete u sebe tuto léčbu za spíše úspěšnou nebo spíše neúspěšnou? Jak konkrétně ovlivnila vaše duševní zdraví?
18. Jsou u Vás výsledky této terapie trvalé nebo se po nějaké době vytrácejí? A po jaké době?
19. Zažili jste během psychedelické terapie něco, co by se dalo nazvat spirituální či mystickou zkušeností? Pomohlo vám to nějak ve vaší léčbě a jak?
20. V případě, že jste se účastnili více druhů psychedelické léčby (trojí opakování ketaminu vs. jiné postupy či látky), můžete prosím jejich výsledky porovnat?

Vliv psychedelické terapie na pracovní život

21. (U osob pracovně aktivních) Nastaly díky psychedelické terapii nějaké změny ve vaší sociálně-ekonomické situaci, co se týče snížení pracovních neschopností, invalidity apod.?
22. Změnilo se díky psychedelické terapii něco ve vašem přístupu k práci? Pracuje se vám nyní snadněji?
23. (U osob pracovně neaktivních, důchodců, invalidů...) Myslíte si, že by vám psychedelická terapie mohla pomoci navrátit se nějak do pracovního života? Nebo se to už děje a jak?
24. (Pokud mluvili o pozitivních změnách) Jsou efekty psychedelické terapie na váš pracovní život dlouhodobé? Nebo jak dlouho myslíte, že vám vydrží?

Role partnerů, rodiny, komunity

25. Vnímáte díky psychedelické terapii nějaké změny ve vašich vztazích k partnerům, rodině, přátelům, jiné komunitě?
26. Co si myslíte o užitečnosti většího zapojení Vašich blízkých do vaší psychedelické terapie? A jak by to eventuálně mohlo probíhat?
27. Necítíte se kvůli svým psychedelickým prožitkům od rodiny, přátel, komunity odcizení? Jak to řešíte?

Integrace prožitků a návazná podpora

28. Co si myslíte o užitečnosti vizuálního zachycení vašich psychedelických prožitků malováním mandal a podobně?
29. Co si myslíte o užitečnosti práci s tělem (bodywork) během psychedelické terapie?
30. Jak vnímáte skupinovou integraci psychedelických prožitků společně s jinými pacienty, kterým byla podána stejná látka?
31. Co si myslíte o možnosti nějaké návazné, dlouhodobější podpory po absolvování psychedelické terapie? Využili byste ji a proč?
32. Napadá vás ještě nějaká další zpětná vazba k psychedelické terapii, jíž jste prošli? Co by se dle vás dalo udělat ještě lépe?

Výhled do budoucna

33. Jak vnímáte svůj zdravotní stav do budoucna? Věříte v jeho zlepšení nebo alespoň stabilizaci?
34. Jak vidíte do budoucna své pracovní uplatnění a sociální situaci (pracovní neschopnost, invaliditu atd.)?
35. Pokud byste potřebovali a měli možnost pokračovat v léčbě za pomoci psychedelik, šli byste do toho? Nebo proč ne? Co jiného myslíte, že by vám mohlo pomoci?

C. Sociální kontext – rituální, rekreační užívání psychedelik a jeho stigmatizace

36. Mnohé kultury využívají psychedelika po staletí v rituálním, náboženském a šamansko-léčitelenském kontextu. V ČR jsou psychedelické rituály nelegální, ale mají zde přesto mnoho příznivců. Co si myslíte o možnosti legalizace rituálního užívání psychedelik v ČR?
37. Psychedelika jsou v ČR a dalších zemích masově užívána lidmi také v rekreačním kontextu pro odpočinek, seberozvoj, kreativitu nebo zábavu. Výroba, držení a distribuce těchto látek jsou přítom v ČR nelegální. Co si myslíte o možnosti legalizace rekreačního užívání psychedelik v ČR?
38. Setkali jste se někdy s předsudky, mýty a nepravdivými informacemi ohledně psychedelik? Myslíte si, že lidé v ČR mají dostatek kvalitních informací o tomto tématu?
39. Absolvovali jste Vy sami někdy rituální nebo rekreační psychedelickou zkušenost? Co vám přinesla dobrého nebo naopak špatného? Chtěli byste to někdy opakovat?
40. Cítili jste se někdy společensky stigmatizovaní, sociálně vyloučení nebo diskriminovaní kvůli užívání psychedelik (např. i tím, že byste psychedelika užít chtěli, ale kvůli jejich ilegalitě to pro vás není možné nebo bezpečné)?

D. Kvantitativní ověření hlavních hypotéz – souhlasíte nebo nesouhlasíte s následujícími výroky?

Duševní nemoci včetně závislostí mají negativní dopad na sociální situaci pacientů.	ANO	NE
Duševní nemoci včetně závislostí představují zátěž pro okolí pacientů (rodina atd.).	ANO	NE
Psychedelika mohou mít velký potenciál v léčbě duševních nemocí.	ANO	NE
Psychedelika mohou mít velký potenciál v léčbě závislostí.	ANO	NE
Léčba psychedeliky může být v rukou kvalifikovaného odborníka velmi účinná.	ANO	NE
Léčba psychedeliky je v rukou kvalifikovaného odborníka bezpečná.	ANO	NE
Dostupnost léčby psychedeliky v ČR je potřeba zvýšit.	ANO	NE
V ČR by mělo být umožněno užívání psychedelik při duchovních rituálech.	ANO	NE
V ČR by mělo být umožněno rekreační užívání psychedelik pro osobní účely a rekreaci.	ANO	NE

Podání psychedelik mimo zdravotnictví by mělo mít určitá základní pravidla s cílem bezpečnosti uživatelů	ANO	NE
Zodpovědné užívání psychedelik může být prospěšné nejen pro nemocné (v rámci terapie), ale i pro zdravé lidi.	ANO	NE
Užívání psychedelika je v ČR společensky stigmatizováno.	ANO	NE
Stigmatizace psychedelik v ČR spočívá (mimo jiné) ve špatné informovanosti o nich.	ANO	NE
Stigmatizace psychedelik v ČR spočívá (mimo jiné) v jejich kriminalizaci.	ANO	NE
Kriminalizace psychedelik je v ČR nežádoucí.	ANO	NE

2.2. ZÁVISLOSTNÍ KLIENTI

Dále byla na základě vzhledů adiktologů zpracována mírně odlišná verze scénáře pro klienty s problémy v oblasti závislostí na návykových látkách. Tato verze rozhovoru se od scénáře uvedeného v předchozí kapitole liší pouze v několika málo detailech – proto níže uvádíme jen znění otázek, které byly pro závislostní klienty modifikovány:

A. Životní, zdravotní a sociální situace klienta

Aktuální situace

1. Jaké jsou Vaše potíže v oblasti závislostí? Trpíte i nějakými jinými potížemi v oblasti duševního zdraví?

B. Zkušenosti s psychedelickou terapií

Osobní zkušenost s psychedelickou terapií

14. Vnímáte při léčbě psychedeliky i nějaká rizika a nebezpečí? Myslíte si např., že absolvování psychedelické terapie může vést ke vzniku závislosti na psychedelických látkách či k relapsu u pacientů, kteří se léčí se závislostí?

2.3. PSYCHEDELIČTÍ TERAPEUTI

Dalším zásadním zdrojem zpětné vazby k testované inovaci a jejího dalšího zlepšování byly kromě rozhovorů s duševně nemocnými klienty rovněž názory, zkušenosti a připomínky psychedelických (ketaminových atd.) psychoterapeutů, psychiatrů, psychologů, výzkumníků atd. Od nich vzešlo mnoho námětů, které byly zpracovány přímo do struktury rozhovorů s klienty (viz výše). A také naopak rozhovory s klienty přinesly různé otázky či pochyby, které jsme ověřovali v rozhovorech s terapeuty. Níže uvedený scénář rozhovoru s terapeuty – resp. jeho části zaměřené na zpětnou vazbu k inovované KAT – se tak do značné míry překrývá se scénářem rozhovoru s klienty, nicméně v detailech se sebe oba scénáře liší, neboť jsou adresovány odlišným typům dotazovaných (nemocní vs. jejich terapeuti):

2. Zkušenosti s psychedelickou terapií klientů

Celkové zhodnocení sociálních aspektů psychedelické terapie

5. Jaká je obvykle sociální situace klientů vstupujících do psychedelické terapie?
6. Jak byste celkově zhodnotili nejen zdravotní, ale i reálně dosažené sociální přínosy psychedelické terapie u vašich klientů (s ohledem na pracovní neschopnosti, invaliditu klientů apod.)

Vliv na pracovní život

7. (U pracovních aktivních klientů) Myslíte si, že psychedelická terapie má vliv na práci schopnost duševně nemocných (zaměstnanost, nemocnost – pracovní absence, invaliditu) nebo jejich přístup k práci? Jaké konkrétní změny přináší?
8. (U pracovních neaktivních, invalidé, předčasní důchodci...) Myslíte si, že psychedelická terapie může duševně nemocným, kteří jsou pracovní neaktivní pomoci navrátit se nějak i do pracovního života? Děje se to?

Role partnerů, rodiny

9. Někteří klienti zmiňují přání sdílet psychedelickou zkušenost i se svými nejbližšími. Co si o tom myslíte?

Rozdíl mezi jednorázovou a opakovanou psychedelickou terapií

10. Jak vnímáte rozdíl v účinnosti jednorázové a opakované psychedelické terapie? V čem by klientům mohlo pomoci opakované podání látky?
11. V čem by mohlo klientům pomoci eventuální zvyšování nebo střídání různé dávky psychedelické látky? Nebo je to zbytečné a proč?

Ketamin vs. psilocybin atd.

12. Co si myslíte o konkrétních psychedelických látkách, které jsou nebo by mohly být klientům podávány? Myslíte si, že např. ketamin (KAP) plně vyhovuje všem? Může/mohla by být pro některé vhodnější jiná psychedelická látka? Jaká a proč?
13. Proč není tato látka využívána? Nebo za jakých podmínek by využívána být mohla?

Obava z „kostlivců ve skříni“

14. Duševně nemocní, kteří dosud nemají zkušenosti s psychedelickou terapií (a je i pro ně potenciálně vhodná), někdy vyslovují obavy z toho, že i během kvalitně provedené terapie se mohou otevřít obsahy z nevědomí, které mohou psychice spíše uškodit. Co si o tom myslíte?

Psychedelika jako poslední možnost?

15. Slyšel/a jste někdy od klientů názor, že psychedelická léčba je jejich „poslední šance“? Co si o tom myslíte? Jak na to klientům odpovídáte?
16. Setkáváte se s klienty, kteří ani na psychedelickou léčbu nereagují? Jak to řešíte?

Návazná podpora po skončení psychedelické terapie

17. Udržujete kontakt s klienty i poté, co jejich psychedelická terapie formálně skončí? Jakým způsobem a jak dlouho? Nebo proč ne?

18. Jak vnímáte potřebu nějaké návazné, dlouhodobější podpory klientů? Jak nyní běžně vypadá? A jak by podle vás měla ideálně vypadat?
19. Jak vnímáte otázku dostatku kapacit, personálních, finančních atd., pro poskytování dlouhodobější podpory klientům psychedelické terapie? Měli by toto dělat samotní psychedeličtí terapeuti? Nebo by toto mohl dělat už někdo jiný (například jinak zaměřený terapeut, sociální pracovník, nějaká komunitní organizace atd.) a proč?

Role neformálních psychedelických zkušeností

20. Někteří klienti mluví také o svých neformálních zkušenostech s psychedeliky. Jsou tyto zkušenosti nějak významné pro vaši práci s klienty?

Role spirituální/mystické zkušenosti v terapii

21. Psychedelická věda často mluví o trasformativním potenciálu spirituálních či mystických zkušeností vyvolaných užitím psychedelik. Stává se to u vašich klientů?
22. Jak s takovými prožitky pracujete? Cítíte se být kompetentními v této oblasti? Spolupracujete zde nějak s odborníky na náboženství a spiritualitu?
23. V tradičních domorodých kulturách je používání psychedelik zasazeno do podpůrného sociálně-komunitního prostředí. Jak by takové pomocné prostředí mohlo vypadat v ČR?

Závěrečný feedback k psychedelické terapii

24. Napadá vás ještě něco důležitého k psychedelické terapii, jíž procházejí vaši klienti? Co by se dalo dělat ještě lépe?