

3 Ιουλίου 2023

Αντικαταθλιπτικά: Τι θα συμβεί αν τα κόψετε «μαχαίρι» - Ο κατάλληλος τρόπος διακοπής

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



PHOTO: SHUTTERSTOCK

Τα αντικαταθλιπτικά αποτελούν πολύτιμους βοηθούς για την αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας, απαιτείται όμως μεγάλη προσοχή τόσο κατά την έναρξη της λήψης τους όσο και αναφορικά με το χρονοδιάγραμμα της διακοπής τους



PHOTO: SHUTTERSTOCK

Εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο λαμβάνουν αντικαταθλιπτικά, σε μια προσπάθεια να ανακουφίσουν τα συμπτώματα της κατάθλιψης και άλλων ψυχικών νόσων. Ωστόσο, σύμφωνα με ένα πρόσφατο επεισόδιο της εκπομπής Panorama του BBC, πολλοί εξ όσων λαμβάνουν αντικαταθλιπτικά δεν είναι ενημερωμένοι σχετικά με τις πιθανές παρενέργειες αυτών των φαρμάκων, μεταξύ των οποίων και τα συμπτώματα στέρησης που ενδέχεται να παρουσιάσουν όταν η λήψη τους σταματήσει.

Ο δρ Mark Horowitz ψυχίατρος στο University College London σε άρθρο του στο The Conversation επισημαίνει ότι πρόκειται για ένα σοβαρό ζήτημα, καθώς για ορισμένους ανθρώπους τα συμπτώματα αυτά μπορεί να αποδειχθούν σοβαρά και μακροχρόνια.

Τα περισσότερα αντικαταθλιπτικά που διατίθενται σήμερα στη φαρμακευτική αγορά «πλημμυρίζουν» τον εγκέφαλο με ασυνήθιστα υψηλά επίπεδα σεροτονίνης, ενός νευροδιαβιβαστή που μεταφέρει μηνύματα μεταξύ των νευρικών κυττάρων. Η σεροτονίνη συμμετέχει σε πολλές διεργασίες του σώματος, όπως η μάθηση, η μνήμη, ο ύπνος και η σεξουαλική λειτουργία. Μετά από λίγες εβδομάδες χρήσης αντικαταθλιπτικών, οι υποδοχείς σεροτονίνης γίνονται λιγότερο ευαίσθητοι, με αποτέλεσμα να απαιτούνται μεγαλύτερες ποσότητες σεροτονίνης ώστε να εξασφαλίσει κάποιος την ίδια επίδραση. Όταν η χορήγηση αντικαταθλιπτικών μειώνεται ή διακόπτεται, ο οργανισμός στερείται των ποσοτήτων σεροτονίνης που

εξασφάλιζε από τα φάρμακα, με αποτέλεσμα να παρουσιάζει στερητικό σύνδρομο.

Ποια τα συμπτώματα της στέρησης

Δεδομένου ότι τα αντικαταθλιπτικά επηρεάζουν πολλαπλά συστήματα οργάνων, το στερητικό σύνδρομο μπορεί να εκδηλώνεται με ποικίλα συμπτώματα, τόσο σωματικά, όσο και συναισθηματικά.

Τα συναισθηματικά συμπτώματα στέρησης περιλαμβάνουν κακή διάθεση, άγχος, κρίσεις πανικού, ευερεθιστότητα, θυμό αυτοκτονικές τάσεις και άλλα, ενώ τα σωματικά συμπτώματα συνήθως αφορούν, μεταξύ άλλων, σε ζάλη, μυϊκές κράμπες, πονοκεφάλους, αϋπνία, προβλήματα συγκέντρωσης, ναυτία και άλλα.

Ένας ενδεχόμενος κίνδυνος που προκύπτει είναι ότι τα συναισθηματικά συμπτώματα του στερητικού συνδρόμου μοιάζουν με αυτά της ίδιας της κατάθλιψης, επομένως ενδέχεται να θεωρηθεί ότι οφείλονται σε υποτροπή της ψυχικής νόσου και όχι σε στερητικό σύνδρομο. Αυτό, με τη σειρά του, ενδέχεται να οδηγήσει τον επιβλέποντα ιατρό στην απόφαση να επαναχορηγήσει αντικαταθλιπτικά, δημιουργώντας έτσι έναν φαύλο κύκλο.

Οι ειδικοί επισημαίνουν, ωστόσο, ότι υπάρχουν τρόποι να διακρίνετε εάν τα συμπτώματα που παρουσιάζετε οφείλονται σε στερητικό σύνδρομο ή σε υποτροπή της ψυχικής νόσου, με το κυριότερο να είναι ότι τα συμπτώματα στέρησης εμφανίζονται σχετικά άμεσα μετά τη μείωση ή τη διακοπή της λήψης των αντικαταθλιπτικών. Αντίθετα, η υποτροπή εμφανίζεται συνήθως μετά από μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Πόσο διαρκούν τα συμπτώματα στέρησης;

Μέχρι πρότινος, πιστευόταν ότι τα συμπτώματα του στερητικού συνδρόμου διαρκούν μόνο μέχρι το φάρμακο να αποβληθεί εντελώς από τον οργανισμό, δηλαδή για μερικές ημέρες ή εβδομάδες.

Ωστόσο, τα συμπτώματα προκαλούνται ουσιαστικά από μια διαφορά μεταξύ της ποσότητας του φαρμάκου που έχει συνηθίσει ο εγκέφαλος και της ποσότητας που υπάρχει στον οργανισμό. Ως εκ τούτου, μπορούν να διαρκέσουν για όσο χρόνο απαιτεί ο εγκέφαλος για να συνηθίσει εκ νέου σε χαμηλότερα επίπεδα του φαρμάκου. Επομένως, οι αλλαγές που προκαλούνται στον εγκέφαλο από τη χρήση και μετά τη διακοπή των αντικαταθλιπτικών μπορεί να επιμείνουν για χρόνια.

Τα διαθέσιμα επιστημονικά στοιχεία δείχνουν ότι όσο πιο έντονη χρήση αντικαταθλιπτικών κάνει κάποιος, τόσο πιο πιθανό είναι να εμφανίσει συμπτώματα

στέρησης. Μια σχετική έρευνα σε ασθενείς διαπίστωσε ότι:

Μόνο μια μικρή μειοψηφία παρουσίασε στέρηση μετά τη λήψη του φαρμάκου για μερικούς μήνες

Περισσότεροι από τους μισούς που έπαιρναν αντικαταθλιπτικά για περισσότερο από τρία χρόνια παρουσίασαν στέρηση, εκ των οποίων οι μισοί ανέφεραν μέτρια ή σοβαρά συμπτώματα.

Πώς να σταματήσετε τα αντικαταθλιπτικά μειώνοντας τις πιθανότητες στερητικών συμπτωμάτων

Οι επίσημες συστάσεις προτείνουν τη χρήση αντικαταθλιπτικών για 4 εβδομάδες. Συνήθως, ο θεράπων ιατρός μειώνει τη δόση κατά το ήμισυ κάθε δύο εβδομάδες, μέχρι την πλήρη διακοπή της χρήσης. Υπάρχει, ωστόσο, το ενδεχόμενο ορισμένοι ασθενείς να παρουσιάσουν έντονα συμπτώματα, που καθιστούν αδύνατη τη διακοπή των φαρμάκων. Σε αυτές τις περιπτώσεις, προτείνεται η πιο σταδιακή μείωση της δοσολογίας, σε ένα εύρος χρόνου μηνών ή ακόμη και ετών, ανάλογα με τον εκάστοτε ασθενή και τα συμπτώματα που παρουσιάζει.

Πηγή: ygeiamou.gr