

PSYCHEXIT – Kompetente Hilfe beim Absetzen von Antidepressiva und Neuroleptika

Einladung zur fünften Expertenrunde

Thema 2020

Niederschwellige ambulante, teilstationäre und stationäre Hilfen für Menschen, die beim Absetzen ihrer Psychopharmaka in eine Krise geraten

Bisher sind ärztliche Angebote zur Absetzbegleitung spärlich, dabei dringend erforderlich und von einer Vielzahl von Betroffenen und Angehörigen erwünscht. Drei psychiatrisch Tätige werden daher über ihre Erkenntnisse und Erfahrung bei der Begleitung von Reduktions- und Absetzprozessen berichten.

Termin: 11.12.2020, 14.00 Uhr - 17.45 Uhr

Ort: **Ortsunabhängig als digitale Veranstaltung (Videokonferenz mit der Software Zoom).** Wenn Sie anonym bleiben wollen, können Sie einen anderen Namen nutzen und die Kamera und den Ton ausschalten. In Berlin bietet der Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen Berlin e.V. eine gemeinsame Zuschauerrunde in der Geschäftsstelle Mannheimer Str. 32, 10713 Berlin an, pandemiebedingt mit begrenzter Teilnehmeranzahl (7) unter Einhaltung der Hygienevorschriften.

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir, die Arbeitsgruppe Psychexit (siehe Seite 5), veranstalten erstmalig zusammen mit dem Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen Berlin e.V. (ApK Berlin) als Partner die fünfte Expertenrunde Psychexit – „Kompetente Hilfe beim Absetzen von Antidepressiva und Neuroleptika“.

Pandemiebedingt wird die Expertenrunde als Videokonferenz stattfinden. Als Unterstützer in technischen Angelegenheiten kam der Kellerkinder e.V. hinzu.

Dokumentationen der bisherigen Tagungen stehen im Internet unter <http://bit.do/psychexit-1>, <http://bit.do/psychexit-2>, <http://bit.do/psychexit-3> und <http://bit.do/psychexit-4>.

Die maximale Zahl von Teilnehmer*innen wird bei 100 Personen liegen, davon 50 Plätze für im psychiatrisch/psychosozialen Bereich Tätige und 50 Plätze für Betroffene, Angehörige und sonstige Interessierte. Neben den bisherigen Teilnehmer*innen der letzten vier Veranstaltungen können noch weitere Interessierte aus Deutschland, Österreich, der Schweiz, letztendlich aus allen Ländern dieser Erde teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Die Vorträge werden aufgezeichnet und im Nachgang zum Fachtag dauerhaft ins Internet zum freien Download eingestellt – zur Information für Ratsuchende und als mutmachende Anregung für professionell Tätige.

Programm am 11.12.2020

- | | |
|-----------------|---|
| 13.45 Uhr | Einloggen der Teilnehmenden in die „virtuelle Expertenrunde“, Beseitigung technischer Probleme |
| 14.00 Uhr | Beginn und Begrüßung |
| 14.10 Uhr | Eingangsstatement einer Erfahrungsexpertin, Julia Lippert |
| 14.20 Uhr | Eingangsstatement einer Angehörigen, Yvonne Mahling |
| 14.30-15.30 Uhr | Vortrag 1 (ca. 20 Minuten) plus Diskussion
Reduktion und Absetzen von Psychopharmaka aus Sicht der Psychiatrischen Institutsambulanz: Chancen und Risiken. Dr. Volker Edelmann |
| 15.30-15.45 Uhr | Pause |
| 15.45-16.35 Uhr | Vortrag 2 (ca. 20 Minuten) plus Diskussion
Hilfen beim Absetzen von Psychopharmaka – Wunsch und Realität. Dr. Dr. Stefan Weinmann |
| 16.35-17.25 Uhr | Vortrag 3 (ca. 20 Minuten) plus Diskussion
Wir unterstützen unsere Patienten beim Reduzieren oder Absetzen von Neuroleptika. Dr. Martin Zinkler |
| 17.25-17.35 Uhr | Abschlussdiskussion |
| 17.35-17.45 Uhr | Schlussworte seitens des ApK Berlin und der Psychexit-AG |

Informationen zur Teilnahme

Wenn Sie an der Videokonferenz teilnehmen wollen, senden Sie bitte eine E-Mail unter Angabe Ihres Namens und Ihrer Einordnung (im psychiatrischen Bereich Tätige*r oder Betroffene*r/Angehörige*r) **bis zum 16.11.2020** an psychexit@web.de. Wenn Sie an der Zuschauerrunde des ApK Berlin teilnehmen wollen, vermerken Sie dies bitte zusätzlich. Die Teilnahmebestätigung folgt anschließend per E-Mail.

Ca. eine Woche vor der Veranstaltung erhalten Sie per E-Mail die Zugangsdaten zur Konferenz. Am 11.12.2020 können Sie sich ab 13:45 Uhr zur Videokonferenz einloggen. Teilnehmer*innen der Zuschauerrunde des ApK Berlin erhalten weitere Informationen ebenfalls per E-Mail.

Abstracts zu den Referaten und Kurzbiografien der Referenten

Dr. med. Volker Edlmann: Reduktion und Absetzen von Psychopharmaka aus Sicht der Psychiatrischen Institutsambulanz: Chancen und Risiken

Es sollen anhand von theoretischen Hintergrundinformationen und Fallbeispielen die Abwägungsprozesse aufgezeigt werden, die bei der Begleitung einer gewünschten Medikamentenreduktion eine Rolle spielen. Grundvoraussetzung für ein gutes Gelingen ist aus meiner Sicht eine tragfähige und vertrauensvolle therapeutische Beziehung. Wichtig ist mir dabei die gute Information der Patientinnen und Patienten unter Kenntnis der persönlichen Vorgeschichte und Vorerfahrungen, das Erkunden der Beweggründe, das Vermeiden von Nebenwirkungen einerseits und von Krankheitsrückfällen andererseits mit dem Ziel einer Verbesserung der Lebensqualität. Dabei sollte nicht die Medikamentenfreiheit die höchste Priorität haben sondern das Erreichen eines Gesundheitszustandes, der es erlaubt, am sozialen Leben teilzuhaben, Selbstvertrauen und Eigenverantwortung aufzubauen, auch eigene Grenzen zu akzeptieren. Neben ambulanter Psychotherapie sind auch Beratung zur gesunden Ernährung und Bewegung von besonderer Bedeutung.

Dr. med. Volker Edlmann. Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde, seit August 2013 im Vivantes Wenckebach Klinikum Berlin als Facharzt in der Psychiatrischen Institutsambulanz tätig. Schwerpunkt: Behandlung von schweren psychischen Erkrankungen vornehmlich aus dem schizophrenen Formenkreis und affektiven Störungen, Suchterkrankungen und Persönlichkeitsstörungen. Langjährige klinische Erfahrung in der offenen und geschützten stationären Behandlung und Krisenintervention.

Dr. Dr. Stefan Weinmann: Hilfen beim Absetzen von Psychopharmaka – Wunsch und Realität

Der Bedarf an kompetenten Hilfen für Menschen, die ihre Psychopharmaka reduzieren oder absetzen wollen, ist groß. Viele Menschen finden niemanden, der sie berät oder begleitet – nicht zuletzt, da die bisherigen Leitlinien davon abraten. Dies führt zu selbstständigem Absetzen mit dem Risiko von Absetzproblemen und manchmal auch erheblichen Krisen, die zu Krankenhausaufenthalten führen. Eine Umfrage bei niedergelassenen Ärzten ergab den Befund, dass die Bereitschaft, Reduktionen bei Antidepressiva zu begleiten, größer ist als bei Antipsychotika. Viele Ärzte begleiten ihre Patienten nicht, sind aber auch oft der Ansicht, ausreichend Kenntnisse zur Medikamentenreduktion zu besitzen. Damit bleiben Spezialpraxen mit erfahrenerm Personal und mutige Ärzte übrig, die damit rechnen müssen, dass bei einem eventuell notwendigen stationären Aufenthalt die Dosis wieder erheblich heraufgesetzt wird und vorn vorne angefangen werden muss. Die stationsäquivalente Behandlung (StäB) bietet theoretisch eine aufsuchende Intensivbetreuung auch bei Absetz- oder Reduktionsproblemen, wird aber bisher noch zu oft als „klinische Behandlung zuhause“ genutzt. Die Erfahrung zeigt, dass die Medikation im StäB durchaus behutsamer erfolgt und die Bereitschaft zu Dosisreduktionen größer ist als in der Klinik.

Dr. Dr. Stefan Weinmann. Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Gesundheitswissenschaftler. Seit 1.10.2020 Chefarzt der Psychiatrischen Klinik des Rudolf-Sophien-Stiftes in Stuttgart. Er war von 2017 bis 2020 Oberarzt an der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik am Vivantes Klinikum Am Urban Berlin und hatte dort die oberärztliche Leitung einer geschützten allgemeinspsychiatrischen Station, des FlexiTeams (Modellvorhaben nach § 64b SGB V) und des Teams der stationsäquivalenten Behandlung (StäB, nach § 155 SGB V), welches er seit 2018 aufgebaut hatte. Autor von „Erfolgsmythos Psychopharmaka. Warum wir Medikamente in der Psychiatrie neu bewerten müssen“ und „Die Vermessung der Psychiatrie“.

Dr. Martin Zinkler: Wir unterstützen unsere Patienten beim Reduzieren oder Absetzen von Neuroleptika

Unterstützung beim Reduzieren und Absetzen von Neuroleptika soll sich an den Wünschen und Präferenzen der Betroffenen orientieren. Für Ärzte und Therapeuten in der Psychiatrie ist es eine gute Gelegenheit, selbstbestimmte Entscheidungen zu unterstützen. Individuelle Ziele können dabei unterschiedlich gewichtet werden: ob es primär um Symptomfreiheit, körperliche Gesundheit,

Lebensqualität oder darum geht, psychische Krisen ohne medikamentöse Behandlung zu bewältigen, wird individuell bestimmt. Besonders geeignet erscheint uns dafür eine mittelfristige ambulante Begleitung. Betroffene und Ärzte lernen dabei viel über gesundheitsförderliches Verhalten und Bewältigungsfähigkeiten in Krisen.

Dr. Martin Zinkler. Seit 2009 Chefarzt an der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik im Klinikum Heidenheim. Redaktionsmitglied der Zeitschrift *Recht & Psychiatrie*. Herausgeber von „Selbstbestimmung und Solidarität. Unterstützte Entscheidungsfindung in der psychiatrischen Praxis“.

Beteiligte an der Planung der Expertenrunde

Iris Heffmann, (Pseudonym), Team-Mitglied im Online-Forum ADFD, einer virtuellen Selbsthilfegruppe zum Austausch über das Reduzieren und Absetzen von Psychopharmaka (adfd.org), lebt in Berlin.

Peter Lehmann, Dipl.-Pädagoge. Autor und Verleger in Berlin. 2010 Verleihung der Ehrendoktorwürde in Anerkennung des »außerordentlichen wissenschaftlichen und humanitären Beitrags für die Durchsetzung der Rechte Psychiatriebetroffener« durch die Aristoteles-Universität Thessaloniki. Bis 2010 langjähriges Vorstandsmitglied des Europäischen Netzwerks von Psychiatriebetroffenen. Buchveröffentlichungen u.a.: „Psychopharmaka absetzen – Erfolgreiches Absetzen von Neuroleptika, Antidepressiva, Phasenprophylaktika, Ritalin und Tranquilizern“ (Hg.). „Neue Antidepressiva, atypische Neuroleptika – Risiken, Placebo-Effekte, Niedrigdosierung und Alternativen“ (2017, gemeinsam mit Volkmar Aderhold, Marc Rufer & Josef Zehentbauer). Mehr unter peter-lehmann.de

Andreas Liebke, Mitglied von BOP&P e.V., Berlin

Julia Lippert. Erfahrungsexpertin, Langzeitstudentin der Soziologie und Projektkoordination des partizipativen Landschaftstrialogs (landschaftstrialog.de), Aktivistin im Kellerkinder e.V., lebt in Berlin.

Gaby Sohl, Journalistin, taz, die tageszeitung und freie Autorin, lebt in Berlin. Studium der Philosophie und Sozialarbeit. Ehemalige Krisenberaterin für suizidgefährdete Menschen. Autorin von „Professionelle Logik, Psychopharmaka und das hoh(l)e Lied der Sachzwänge“. Mehr unter <http://bit.do/sohl>

Gudrun Weißenborn, Dipl. Rehabilitationspädagogin, Projektleitung ApK Berlin, Projektleitung Qualifizierung Angehörige*r zu Peer-Berater*innen und Recoveryseminar für Angehörige, Beiratsmitglied in verschiedenen Gremien psychiatrischer Versorgung in Berlin, Referentin in der Fachweiterbildung Psychiatrie zu den Themen „Angehörige im Dialog“, Sozialpsychiatrie, Psychiatrisches Versorgungssystem

Reinhard Wojke, Vater von zwei Söhnen. Seit 1992 Erwerbsunfähigkeitsrentner. Mitglied von BOP&P e.V. Mitglied im Landespsychiatriebeirat Berlin sowie im Beirat der Krisenpension Berlin.

Wir freuen uns über Ihr Interesse und Ihre Anmeldung zu unserer Veranstaltung.

Beste Grüße

Iris Heffmann im Namen der Psychexit Arbeitsgruppe & Gudrun Weißenborn
(ApK Berlin)