



Psykiatrin öppnar upp för psykedelia

Använda magiska svampar mot depression? Ja, psykisk ohälsa kanske behandlas så i framtiden. Från att psykedelia har setts som flum går nu skattemedel till en psykiatrisk studie med sådana substanser. Men alla ser inte utvecklingen som positiv.

- Det magiska pillret existerar inte, säger Per Sternbeck, på föreningen Equal Stockholm.

Text: Anna Langseth



Nu forskas det om i fall psilocybin, som kan utvin-
nas till piller ur så kallade magiska svampar, kan
motverka depression.

Foto: Peter Dejong/AP/TT



Psilocybin är en form av psykedelia, som framställts syntetiskt, men som finns naturligt i så kallade magiska svampar. Vissa studier visar att en enda dos av psilocybin kan ge antidepressiva effekter i månader, kanske år. På bilden psilocybinsvampar som säljs på cannabismarknad i Los Angeles, USA.

Foto: Richard Vogel/AP/TT

”När jag provade psilocybin förstod jag att det var läkande”

”Det händer så mycket globalt inom psykedelisk vetenskap att det är svårt att ge en överblick.”



Måns Bergkvist, ordförande i organisationen Nätverket för psykedelisk vetenskap.

Foto: Martin Kiessling

Han upplevde ingen psykisk ohälsa. Peter, som egentligen heter något annat, testade mest alkohol och andra droger för att han var nyfiken på livet och intresserad av att ”vända ut och in på sig själv.”

- Men första gången jag provade psilocybin (det aktiva ämnet i ”magiska svampar”, reds. anm) förstod jag att det var läkande. Det var det mest läkande jag någonsin hade varit med om, säger han.

Peter hade testat cannabis och MDMA tidigare. Men aldrig psykedelia, som till exempel psilocybin. Han förberedde sig noggrant och var dessutom sedan en lång tid tillbaka nykter, rökfri och vegan. Nu låg han på sin säng för att uppleva psilocybinet. En nära vän befann sig i lägenheten för att se till att allt skulle gå bra.

När psykedelian började verka fick han en upplevelse som kom att förändra livet.

- Jag minns min födelse. Inte exakt hur det var, men hur jag pressas ut och tar mitt första andetag. Senare förstod jag att det var kopplat till en mardröm som jag hade haft i hela mitt liv, där jag sitter fast under en stol. Drömmen försvann efter den psilocybinupplevelsen, säger Peter.

”Meningen med mitt liv”

Under tillståndet upplever han hur han följer livets träd. Han rör sig längs en trädstam och kommer i kontakt med alla de tillfällen då han upplevt riktig kärlek, men också de händelser i livet som varit traumatiserande. Han minns och ser dem, men fastnar inte i något av minnena utan passerar bara som en mjuk varm vind som sveper förbi.

- När jag vaknade fylldes jag av en djup, djup känsla av att vara tillfreds med mig själv. En djup acceptans och även en insikt om meningen med mitt liv. Att den handlar om

att förvalta den kärlek jag känt och förvandla de svåra upplevelserna till kärlek. Jag förstod att det skulle ta tid. Det kommer ta hela mitt liv, men det är ett värdigt liv, säger Peter, som nu jobbar inom vården eftersom han ser det som sitt livskall att hjälpa människor med läkning.

Och Peter är inte ensam om att uppleva att psilocybin kan förbättra ens psykiska hälsa. I en studie som publicerades 2006 - och som många beskriver som startskottet för den moderna psykedeliska forskningen - beskriver deltagarna intaget av psilocybin som en av de mest meningsfulla upplevelser de varit med om i livet. De likställer den som lika stark, eller nästan lika stark, som deras första barns födelse eller en förälders död. Deltagarna mår också bättre och förändrar sina beteenden på positiva sätt, vilket bekräftas av familj och vänner, enligt boken Psykedelisk renässans. Andra studier visar också att personer som testar psyke-

delia förändrar sin personlighet till att bli mer öppensinnade och börjar bry sig mer om naturen. Vissa beskriver också att de känner sig som en del av universum. Dessutom tyder flera studier på att psykedelia hjälpa mot depression.

Tabubelagd

Sedan 1960-talet har forskning med psykedelia varit nästintill tabubelagd, men under de senaste åren har det skett ett uppsving. Resultaten är ofta slående. Bland annat har en studie mot tobaksberoende visat att 80 procent blev rökfria efter att ha fått psilocybin.

Flera forskningscentrum med fokus på psykedelisk forskning har startats upp i världen, bland annat i USA och i Storbritannien. Finansieringen har tidigare främst skett genom donationer, men i oktober gav den amerikanska hälsomyndigheten hela 4 miljoner dollar till John Hopkins universitetet för att forska på psilocybin. Det är första gången på 50 år som psykedelisk forskning i USA får statlig stöd, enligt John Hopkins universitetet.

”Det händer så mycket globalt inom psykedelisk vetenskap att det är svårt att ge en överblick”, skriver Måns Bergkvist, ordförande i organisationen Nätverket för psykedelisk vetenskap, i ett mejl till Syre.

Mest forskning går ut på att behandla beroende och psykiatriska diagnoser, men det har även tagits initiativ till forskning om ifall psykedelia kan hjälpa mot alzheimers eller hjärnskador från olyckor eller misshandel. Dessutom används forskningen om psykedelia för att förstå hjärnans olika mekanismer.

Staten satsar miljoner

Till och med i Sverige - ett av de minst drogliberala länderna i världen - har intresset för psykedelia börjat spira. Förra året startade Karolinska institutet en studie för att undersöka om psilocybin kan hjälpa mot depression. När studien började bestod finansieringen av privata donationer, från stiftelsen Osmond foundation och Norrsken foundation. Men nu är det klart att även svenska staten ger sig in i leken. I slutet på oktober tilldelades forskningsprojektet 3,6 miljoner kronor av myndigheten Vetenskapsrådet, för att kunna fortsätta med forskningen ytterligare några år till. Det innebär att svenska skat-

Det här är psykedelia

Psykedeliska effekter kan uppnås på olika sätt. Men substanser som anses vara renodlad psykedelia stimulerar en av hjärnans serotoninreceptorer direkt. Det handlar till exempel om LSD och psilocybin. Andra substanser som MDMA och ketamin kan också ge psykedeliska effekter, men påverkar hjärnan annorlunda. Under ruset kan psykedelian också medverka till ökad interaktion mellan hjärnans olika delar, enligt vissa forskare. Men det är oklart om den ökade interaktionen hjälper mot psykisk ohälsa.

● Psilocybin

är ett syntetiskt framställt medel som finns naturligt i så kallade magiska svampar. I Sverige finns ämnet i exempelvis toppslätskivling och grönföthätting. Vissa studier visar att en enda dos av psilocybin kan ge antidepressiva effekter i månader, kanske år. Experiment på djur har visat tecken på att det bildas nya synapser i hjärnan av psykedelian, enligt Johan Lundberg.

● LSD

har dubbelt så lång halveringstid som psilocybin, vilket gör substansen mer komplicerad att ha med vid kliniska experiment eftersom den kräver längre tids tillsyn.

● Ayahuasca

är en typ av psykedelia som används traditionellt av ursprungsbefolkningar i Amazonas. Ayahuasca är en blandning av olika växter, som kan skilja sig åt beroende på vilken kultur som gör den, men den främsta psykoaktiva ingrediensen är DMT, som också kan framställas syntetiskt. Ayahuasca höjer serotoninnivån men påverkar också fler delar av hjärnan än psilocybin och LSD. Exakt vad som händer är inte klarlagt.

● Meskalin

finns bland annat i peyote och i andra kaktusar i Syd- och Nordamerika. Substansen finns också kemiskt. Meskalin påverkar serotoninreceptorn precis som psilocybin och LSD, men har en spretigare effekt och slår bredare i hjärnan.

● Ibogain

tas fram ur växter i Västafrika. Små kliniska studier visar att ibogaine har positiv effekt mot bland annat opioidberoende.

● Cannabis

räknas också av vissa som en psykedelisk drog.

● Ketamin

kan ge hallucinogena effekter vid höga doser, men ketamin skiljer sig från andra psykedelia på flera sätt. Den stimulerar inte serotoninreceptorn direkt, utan indirekt via glutamatsystemet, och påverkar fler receptorer i hjärnan än psilocybin och LSD. Den antidepressiva effekten är kortare än vad den tros vara hos psilocybin, bara någon vecka. Det finns tecken på att ketamin, till skillnad från psykedelia, riskerar vara beroendeframkallande. Esketamin - en låg dos ketamin som nässprej - har godkänts som läkemedel mot depression för patienter som inte blir hjälpta av andra behandlingar. Den ges endast under övervakning på vårdinrättningar.

● MDMA

är en ingrediens i drogen ecstasy. MDMA är inte en renodlad psykedelia, men har effekten att personen blir mer öppen och får ökad medkänsla. Studier tyder på att personer som har posttraumatiskt stressyndrom, PTSD, eller är komplext traumatiserade, kan få bättre hjälp av psykoterapi om de tar MDMA. En orsak tros vara att drogen gör det lättare att prata om svåra händelser och du får ökat förtroende för terapeuten.

● Annan psykedelia

Det finns all möjlig psykedelia i djur- och växtriket, bland annat profetsalvia och hallucinogent slem från en groda, som har fått namnet 5-MeO-DMT. Dessutom finns andra psykedeliska droger som tagits fram syntetiskt, till exempel 2-CB.



Foto: Joe Hemmosa/AP/TT

”Är vi inte försiktiga finns det risk att forskningen trycks tillbaka”

tepengar går till forskning om psykodelia.

”Jag ser ett anslag från Vetenskapsrådet som en bekräftelse på att det vi gör anses värdefullt för samhället”, skriver Johan Lundberg, docent vid institutionen för klinisk neurovetenskap och ansvarig forskare för studien på Karolinska institutet, i ett mejl till Syre.

Psilocybin eller placebo

Syftet med studien är att ta reda på om psilocybin kan vara effektivt mot depression. 30 personer med pågående depression deltar. Varje person får först träffa två psykologer som förbereder hen på vad som kan hända. Därefter ger en sjuksköterska antingen ett piller med psilocybin eller placebo. Ingen av dem vet om pill-

ret är psykedeliskt eller ej. Sedan går deltagaren in i samma rum där hen pratade med psykologerna tidigare, och de följer med som sällskap under hela sessionen. Belysningen kan dämpas. Deltagaren har möjlighet att lägga sig ned, sätta på sig en ögonbindel och lyssna på lugn musik. Dosen är så pass hög, 25 milligram, att den kan ge hallucinatoriska och psykedeliska effekter som håller i sig i maximalt sex timmar. Dagen efter träffar deltagaren psykologerna för att bearbeta och prata om sina upplevelser. Hen erbjuds även två till terapisessioner inom de kommande veckorna. Dessutom samlar forskarna in biologiskt material både före och efter behandlingen. Det handlar om bilder på hjärnan och provtagningar från blodet och ryggmärgsvätskan. Syftet med det är bland annat att försö-

ka ta reda på vilka patienter psilocybin passar bäst för, samt ta reda på om eventuella biverkningar kan motverkas.

”Minska lidandet”

Flera tidigare mindre studier tyder på att psilocybin skulle kunna vara effektivt mot depression, men kvaliteten på dessa studier är inte den bästa. Dessutom är det okänt hur psilocybin påverkar hjärnan vid depression. Även om Johan Lundberg är öppen för att det kanske visar sig att psilocybin fungerar dåligt, skulle han bli glad om det hjälpte mot depression.

- Om psilocybin visar sig vara både effektivt och säkert så skulle behandlingen kunna bidra till att minska lidandet. De depressionsbehandling-

”De depressionsbehandlingar vi har i dag lämnar väldigt många människor utan hjälp och depression är ett stort samhällsproblem.”



På Imperial college i London forskar man om psilocybinassisterad terapi kan hjälpa mot depression.

Foto: Thomas Angus, Imperial College London, CC BY-SA 4.0



David Nutt, professor i neuropsykofarmakologi, har en ganska positiv inställning till legalisering av psykedelia, visade det sig under en föreläsning på Stockholms universitet. Till vänster står Per Carlbring, professor i klinisk psykologi, som är desto mer skeptisk.

Foto: Måns Bergkvist

ar vi har i dag lämnar väldigt många människor utan hjälp och depression är ett stort samhällsproblem. Enligt WHO är det den åkomma som skapar mest år med ohälsa i världen, säger Johan Lundberg.

Psykedelians effekter

En annan som har också har förhoppningar om psykedelians effekter är David Nutt, en brittisk professor i neuropsykofarmakologi, som orsakat en del uppståndelse. Bland annat har han sagt att ecstasy inte skulle vara farligare än hästridning.

I förra veckan föreläste han om sin forskning för en förväntansfull publik på Stockholms universitet. Flera bilder på hur hjärnan blev mer aktiv under psilocybinrus och diagram över påverkan på depression fladdrar förbi tillsammans med ett citat av pionjären bakom forskningen av psykedeliska droger, Stanislav Grof.

”Psykedelia, om det används ansvarsfullt och med riktig varsamhet, skulle kunna vara för psykiatrien vad mikroskopet är för studier i biologi och medicinen eller teleskopet för astronomi”, står det på engelska.

När det blir möjligt att ställa frågor framkommer att publiken består av allmänt intresserade, forskare - var-

av många är från Nätverket för psykedelisk vetenskap - och personer som provat psykedelia själva. En kille med rufsigt hår och slängiga nervösa rörelser frågar vilken dos David Nutt har använt sig av i experimenten. En man i 55-årsåldern påpekar att det är lätt att känna sig väldigt ensam efter en psykedelisk upplevelse, och undrar hur deltagarna i studierna blev omhändertagna. En kvinna som parkerat sig på främsta raden undrar om psilocybin kan få en att minnas bortträngda minnen, och om drogen verkligen är till för alla.

Ja, svarar David Nutt på frågan om bortträngda minnen, men att det också gäller att vara försiktig kring hur psykedeliska upplevelser tolkas. Till exempel hade en patient under ett rus fått för sig att han hade blivit strypt som barn, men när terapeuten, som var kunnig i psykedelia, pratade mer med honom kom det fram att det snarare handlade om att han inte hade tillåtit prata om känslor i familjen.

På hennes fråga om psykedelia var till för alla svarar han:

- Vi måste vara väldigt försiktiga. Det finns exempel på trippar som vänt till att bli en psykos, säger David Nutt.

Av den anledningen utesluts i stu-

dierna personer som själva haft psykos eller har nära släktingar med psykos eller schizofrenidiagnoser. Även personer med anlag för bipolaritet utesluts eftersom det finns exempel på att psilocybin har utlöst maniska skov.

- Är vi inte försiktiga finns det risk att forskningen trycks tillbaka, så att det blir som efter 1960-talet, säger David Nutt.

En annan frågar varför det inte forskas mer på så kallad ”set” och ”setting”. Det innebär det tillstånd som personen befinner sig i när hen intar drogen och hur omgivningen är runt hen - faktorer som innebär att effekten av psykedelia kan bli helt olika.

Snedtände på LSD

David Nutt menar att det skulle vara oetiskt och är svårt att få finansiering för den typen av forskning. Dessutom finns redan resultat av en dålig setting från när CIA gjorde olagliga experiment med psykedelia på 1960-talet, se tidslinje. Samtidigt erkänner han att en deltagare i deras experiment mådde uselt av LSD när han låg i deras hjärnscanner.

När Syre undrar om det finns biverkningar av psykedelia, till exem-

”Psykedelia, om det används ansvarsfullt och med riktig varsamhet, skulle kunna vara för psykiatrien vad mikroskopet är för studier i biologi och medicinen eller teleskopet för astronomi.”



Under David Nutts föreläsning nämner han att det finns ett enormt kommersiellt intresse för psykedelia. En startup har till exempel fått in 80 miljoner för att ta fram en medicin som kan ge samma effekter i hjärnan som psykedelia, men utan att patienten upplever de psykedeliska effekterna som hallucinationer. Här MDMA.

”Det här är jakten på det magiska pillret som ska lösa problemen”

pel försämrat arbetsminne eller sämre strategisk förmåga, svarar David Nutt att de inte har sett några sådana negativa effekter, utan att precisera om de verkligen letat efter detta.

Legalisering?

En kille frågar om legalisering av psykedelia.

- Det måste förändras! Åtminstone så att patienter kan få tillgång till psykedelian, säger David Nutt och förklarar att samma personer som testar psykedelia inte får delta i fler experiment.

- Hur många liv har räddats för att LSD förbjöds? Inga! Eller okej, låt oss säga 1000. Och hur många alkoholister har dött under tiden? Kanske en miljon. Det är den största vetenskapliga censuren i världshistorien! säger David Nutt och tillägger:

- Psilocybin är väldigt säkert.

Men det är inte alla som är lika entusiastiska över utvecklingen. På föreningen Equal Stockholm möter man många medlemmar med psykisk ohälsa, varav en del även har beroendeproblematik - inte sällan av psykiatriska läkemedel. Per Sternbeck, föreningssekreterare, fnysar över påståendet att psilocybin inte skulle påverka hjärnan negativt.

- Alla substanser som har en påverkan på psyket har också oönskade biverkningar, säger han.

Bensodiazepiner och antidepressiva lanserades också som helt ofarliga när de kom, enligt honom. Men det är det inte. Han är också skeptisk till påståendet om att psykedelia inte skulle vara beroendeframkallande. Likadant säger psykiatrin om antidepressiva, eftersom medicinen inte stämmer in på psykiatris definition av beroende - att du ska vilja höja dosen, ha stark önskan att ta substan-

sen och prioritera drogen framför andra aktiviteter.

-Ändå har folk extremt svårt att sluta med antidepressiva, säger Per Sternbeck.

Samtidigt är föreningen inte ”kategoriska motståndare” till läkemedel. Om det visar sig att psykoterapi underlättas med hjälp av psykedelia eller MDMA kanske det kan vara bra för en del patienter, menar Per Sternbeck.

- Men hittills har alla psykoaktiva substanser som getts tillsammans med psykoterapi blivit reducerade till att behandlingen bara blir piller. Det finns jättestor risk att det blir så även i det här fallet, säger han.

”Börja i rätt ände”

Per Sternbeck vill i stället slå ett slag för samtalet, som är totalt nedprioriterat i dag - trots det är vetenskapligt

”Alla substanser som har en påverkan på psyket har också oönskade biverkningar.”



Foto: Fernando Vergara/AP/TT

bevisat att flera terapiformer har effekt.

- När de funnit en patientgrupp som genomgått alla former av samtalsbehandlingar utan att det gett effekt då kanske det kan vara rätt att testa detta, men börja för fan i rätt ände. Allt är totalt inriktat på biokemi i psykiatri, säger han, och tillägger:

- Det här är jakten på det magiska pillret som ska lösa problemen, men det existerar inte.

Kommersiellt intresse

Och att en sådan jakt pågår tycks stämma. Under David Nutts föreläsning nämner han att det finns ett enormt kommersiellt intresse för psykedelia. En startup har till exempel fått in 80 miljoner för att ta fram en medicin som kan ge samma effekter i hjärnan som psykedelia, men utan att patienten upplever de psykedeliska effekterna som hallucinationer. Ett extra intressant ämne är sekretet 5-MeO-DMT som utsöndras från en groda, och som ger extremt starka hallucinationer, men bara under 7-15 minuter. Det skulle kunna leda till en behandling som var min-

dre kostsam än om personal måste närvara i timmar. Det finns även företag som satsar på att ta patent på den terapiform som är bra att använda i samband med psilocybinbehandling, uppger Johan Lundberg på Karolinska institutet.

En annan som, liksom Per Sternbeck, är fundersam över hur det skulle bli om dagens psykiatri börjar använda psykedelia, är Peter - han som upplevde det drömlika tillståndet av att förflytta sig längs livsträdet.

- Erfarenheterna från psykedelia kan vara mycket kraftfulla och de har stor potential, men utan den rätta förståelsen finns en risk att det är som att ge en laddad pistol till ett barn, säger han.

Han tvivlar på att psykiatri har förmågan att avgöra vem som skulle bli hjälpt av den psykedeliska upplevelsen. Dessutom anser han att vården saknar flexibilitet. Att ge tre terapiesamtal, som Karolinska institutet gör i sitt försök med psilocybin, kanske inte alls räcker för en person som till exempel stöter på ett förträngt trauma, menar han.

- Kontroll är inte bara dåligt. Det är en fantastisk mekanism som kan hålla undan gamla trauman för att

inte gå under. Vissa personer som haft svåra liv kanske behöver stöd av människor dygnet runt i dagar efter att de tagit psilocybin, säger Peter.

Precis som Per Sternbeck är han skeptisk till att forskningen tycks ha så stort fokus på själva substansen och hur den påverkar hjärnan. Snarare anser Peter att det är själva insikterna som kan bidra till läkning.

- Psykedelian kan öppna dörrar och visa saker som man kanske inte vågar komma i kontakt med, men det gäller att arbeta vidare och integrera de erfarenheterna i livet efteråt. Det finns en anledning till varför man är deprimerad. Handlar forskningen bara om att dämpa symptom kan man lika gärna ge folk ett lyckopiller, säger han.

Kulturernas synsätt

Peter ställer sig också frågande till att substanser som använts i ceremonier under hundratals eller tusentals år plockas upp av västvärlden, utan att förståelsen för kulturernas synsätt följer med. Inom dessa traditioner anses växten och allt i universum ha ett medvetande, som man ska visa respekt. Han ifrågasätter också att

”Om psilocybin visar sig vara både effektivt och säkert så skulle behandlingen kunna bidra till att minska lidandet.”



Johan Lundberg, docent vid institutionen för klinisk neurovetenskap och ansvarig forskare för studien på Karolinska institutet.

Foto: Martin Stenmark

”Det skulle vara omöjligt att operera folk utan opiater”

”Det finns mycket sjukvård som bedrivs med substanser som är olagliga i samhället, men som är livsnödvändiga.”

psykiatri kan ge den miljö som ger en optimal upplevelse av psilocybin. Känner sig patienten otrygg kan psykedelia i värsta fall förvärra.

De som tar psykedelia behöver även ett sammanhang för att kunna tolka sina upplevelser och få stöd, anser han. Själv hade han vänner omkring sig med erfarenhet av psykedelia, vilket underlättade. Men en bekant, som hade en traumatisk uppväxt, mådde sämre.

- Hade han haft ett gäng kloka gubbar och gummor runt sig hade de kanske rått honom att inte ta mer, utan sitta med dem i en hydda och bli omhändertagen tills han mådde bättre, säger Peter.

Terapi och psykedelia

Vad gäller legalisering är det inte heller alla forskare inom psykedelisk vetenskap som är lika positivt inställda som David Nutt. Per Carl-

bring, professor i klinisk psykologi vid Stockholms universitet, skulle vilja undersöka om i fall terapi kombinerat med psykedelia kan hjälpa personer med social fobi. Det är extra krångligt att forska om psykedelia just för att substansen är olaglig, men han förespråkar ändå inte legalisering.

- Själva användningen av psilocybin behöver hanteras på ett speciellt sätt för att fungera optimalt, ett sätt som det kanske inte skulle skötas om psilocybin gick att köpa på Ica, säger han.

Johan Lundberg på Karolinska institutet ser inte heller sin forskning som ett led i att fler skulle börja använda psykedelia.

- Det finns mycket sjukvård som bedrivs med substanser som är olagliga i samhället, men som är livsnödvändiga. Det skulle till exempel vara omöjligt att operera folk utan opiater, men för den sakens skull är det

få som förespråkar att de skulle bli lagliga utanför en sjukhusmiljö, säger han.

Men om nu psykedelia skulle bli legaliserat – eller åtminstone användas av fler – skulle det inte kunna leda till en bättre värld med tanke på att psykedelia tycks göra människor mer öppensinnade och förankrade i naturen?

Syre ställer frågan till Alexander Lebedev, forskarassistent på Karolinska institutet, och som tidigare gjort en studie som visar att LSD ger öppnare personlighetsdrag.

- Det är en intressant tanke. I västvärlden förknippas psykedelia ofta med hippierörelsen, men historiskt användes magiska svampar av aztekerna, som ju ägnade sig åt människooffer och är en av de mest våldsamma kulturerna i världen. Jag tror inte man ska dra för stora växlar på den forskningen, säger han.

Anna Langseth

