

Psihoterapija i lekovi (psihoterapija i psihijatrija)



Mnogi ljudi koji potraže ili nameravaju da potraže psihoterapijsku ili psihijatrijsku pomoć imaju nedoumca oko sledećih pitanja : **Da li psihoterapija podrazumeva ili isključuje upotrebu lekova?** Da li će njihov psihoterapeut od njih zahtevati da uzimaju psihoaktivne lekove, da li će im prepisati lekove, ili će možda insistirati da prestanu sa uzimanjem lekova (ako ih već uzimaju)? Da li lekovi koje prepisuje psihijatar stvaraju zavisnost? Najzad, kakav je uošte odnos između psihijatrijskog i psihoterapijskog lečenja, ko su psihoterapeuti, a ko psihijatri?

Važno je znati da **psihoterapijski proces niti podrazumeva, niti isključuje upotrebu psihoaktivnih lekova.** Psihoterapija se, dakle, najčešće može odvijati bez upotrebe lekova, ali je takođe moguće pružiti joj medikamentoznu podršku. Odluku o tome da li psihoterapijski proces podržati lekovima donose klijent i terapeut zajedno, dogovorom, na osnovu procene stanja u kome se klijent nalazi i teškoća koje donosi. Ukoliko se klijent nalazi u teškom stanju, ako su njegove patnje vrlo izražene, ako je naglašeno depresivan, ako je sklon suicidu, ili ako pokazuje psihotične simptome (mešaju mu se realnost i fantazija, čuje glasove...) i tome slično, nije etički odgovorno uvesti ga u psihoterapijski proces bez podrške lekova. Upotrebom lekova u ovakvim situacijama smanjuju se klijentove patnje i povećava se njegova bezbednost, čime se dobija na vremenu i stižu se uslovi da se psihoterapijski proces razvije i da rezultate. Odluka o uključivanju lekova, dakle, zasnovana je na proceni najboljeg klijentovog interesa u datoj situaciji. Ovu odluku uvek mora doneti psihijatar a ne psiholog. U privatnoj psihoterapijskoj praksi slučajevi uvođenja lekova nisu naročito česti.

S druge strane, psihijatrijskim pacijentima potrebno je i psihoterapijsko lečenje, jer se time šanse za oporavak povećavaju, a šanse za recidiv (povratak bolesti) smanjuju, te život postaje kvalitetniji i bolji. Lečenje samo lekovima moglo bi biti preporučljivo samo u početku kod vrlo teških duševnih stanja gde psihoterapija jednostavno nije moguća. Trajno lečenje samo lekovima (koje je nažalost u našoj zemlji još uvek često) smatra se zastarelim i prevaziđenim i obično se vezuje za najsiromašnije društvene slojeve koji ne mogu sebi da priušte psihoterapiju.

Suštinski, dubinska psihoterapija je proces negovanja duše kroz introspektivnu samospoznaju i duboko povezivanje sa sobom i drugima, dubljeg razumavanja fenomena života i otkrivanja životnog smisla. Na ovakav proces negovanja duše na sebi svojstven način pozvano je svako ljudsko biće i on se ne može zameniti uzimanjem lekova.



Ko može izvoditi psihoterapiju, a ko prepisivati lekove?

Lekove može prepisati samo lekar, specijasta psihijatrije (psihijatar). Lekove, dakle, ne može prepisati psiholog, defektolog, pedagog, andragog... S druge strane, za izvođenje psihoterapije potrebna je psihoterapijska edukacija. Nju mogu steći psihijatri, psiholozi, pedagogi, defektolozi, sociolozi i dugi, prolazeći kroz dugogodišnji akreditovani trening (psihoterapijsku specijalizaciju). U većini psihoterapijskih škola psihoterapijsku praksu je moguće izvoditi nakon dve do tri godine edukacije, a kompletna edukacija obično traje četiri i više godina (ne računajući tu akademske studije psihologije, medicne ili nečeg trećeg, koje se podrazumevaju kao uslov za ulazak u psihoterapijsku edukaciju). Psihijatar, kao ni ma ko drugi, ne može izvoditi psihoterapiju ako nema psihoterapijsku edukaciju.

Ako je vaš psihoterapeut psihijatar (koji je završio i psihoterapijsku edukaciju) on pored izvođenja psihoterapije može prepisivati i lekove. Ako je vaš psihoterapeut psiholog (koji je završio psihoterapijsku edukaciju), on ne može prepisivati lekove, već će, ako se ispostavi da je to potrebno, to uraditi njegov kolega psihijatar.

Da li lekovi koje prepisuju psihijatri stvaraju zavisnost?

Kod nekih lekova koji se koriste u psihijatriji postoji opasnost od razvijanja zavisnosti. Upravo zato je važno da se ovi lekovi uzimaju pod kontrolom lekara a nikao ne na svoju ruku. Ukoliko se klijent na adekvatan način uvede i izvede iz medikamentoznog tretmana i ukoliko se pridržava prepisanih doza, rizik od stvaranja zavisnosti se svodi na minimum. O tome da li lek koji vam se prepisuje spada u gupu onih koji potencijalno stvaraju zavisnost možete se obavestiti kod svog psihijatra. Tom prilikom on je dužan da vam pruži sva potrebna objašnjenja.

Članak preuzet sa sajta:

<http://www.psihoterapeut.rs/psihoterapija/psihoterapija-i-lekovi/189-psihoterapija-i-lekovi-psihoterapija-i-psihijatirja.html>