

SEVRAGE DES MÉDICAMENTS PSYCHIATRIQUES

par le psychiatre Peter Brigglin

https://breggin.com/article-detail/post_detail/a-guide-for-prescribers-therapists-patients-and-their-families

POINTS CLÉS -- POINTS CLÉS (p 5 en dessous dans la page)

19 octobre 2015 Administrateur

Un guide pour les prescripteurs, les thérapeutes, les patients et leurs familles

Par Peter Breggin, MD - Springer Publishing Co.

Les-schizonaut.es.fr

Rien dans le domaine de la santé mentale ne fera plus de bien et ne réduira plus de mal que d'encourager le sevrage des médicaments psychiatriques. Le temps est révolu où la santé mentale se concentrait sur les médicaments à prendre pour quels troubles. Nous devons maintenant nous concentrer sur la façon d'arrêter de prendre des médicaments psychiatriques et de les remplacer par des approches empathiques plus centrées sur la personne. L'objectif n'est plus le maintien et la stagnation des médicaments ; l'objectif est la récupération et le bien-être.

Mon nouveau livre, *Psychiatric Drug Withdrawal: A Guide for Prescribers, Therapists, Patients and Families*, répond à une rébellion citoyenne qui demande : « Aidez-nous à arrêter ces médicaments ! Cela encourage également une révolution professionnelle parmi les thérapeutes concernés qui veulent rejeter l'idée d'imposer «l'observance du patient».

Il est temps que les thérapeutes - psychologues, infirmières, travailleurs sociaux, thérapeutes familiaux et conseillers - cessent de pousser leurs clients et patients à prendre des médicaments psychiatriques qui causent des lésions cérébrales, nuisent au corps et raccourcissent la vie de leurs patients. Dans *Psychiatric Drug Withdrawal*, les thérapeutes découvriront les médicaments psychiatriques pour participer activement

avec les patients et les familles au processus de prise de décision concernant les médicaments.

Le livre fournit une nouvelle feuille de route aux prescripteurs, aux thérapeutes, aux patients et à leurs familles qui permettra aux patients de réduire progressivement leurs médicaments et d'atteindre une récupération et un bien-être émotionnels et physiques. En même temps, il fournit une approche de traitement améliorée pour tous les patients, qu'ils prennent ou non des médicaments psychiatriques.

Les prescripteurs de médicaments psychiatriques devraient accueillir une plus grande participation des thérapeutes, des patients et de leurs familles dans la prise de décision concernant les médicaments psychiatriques. Ce nouvel accent mis sur le partenariat et le bien-être des patients augmentera considérablement la sensibilisation aux effets indésirables des médicaments psychiatriques et facilitera le retrait des patients avant que le préjudice ne devienne irréparable. Cela améliorera la satisfaction globale du prescripteur et son efficacité en tant que prestataire de services.

Les-schizonaut.es.fr

Certains thérapeutes m'ont dit qu'ils avaient peur d'être poursuivis s'ils émettaient des opinions ou participaient à la prise de décision concernant les médicaments psychiatriques. Dans ma vaste expérience médico-légale, cela n'arrive presque jamais, et je ne connais aucune poursuite aussi réussie contre un thérapeute. Au lieu de cela, le plus haut niveau d'éthique professionnelle exige que le thérapeute affronte les risques et les dangers associés aux médicaments psychiatriques de ses patients.

Il y a maintenant tellement de preuves scientifiques prouvant que les médicaments psychiatriques endommagent le cerveau et la santé globale et la durée de vie, que la principale préoccupation devrait être « Comment arrêter de prendre des médicaments psychiatriques ». Il peut être dangereux et même angoissant d'arrêter, et les gens doivent prendre en charge le processus et ne plus laisser les prescripteurs comme les psychiatres, les médecins généralistes et les pédiatres leur dicter combien de temps eux-mêmes ou leurs enfants doivent rester sous traitement.

Jusqu'à présent, les professionnels, lorsqu'ils acceptaient de retirer les patients des médicaments, les ont retirés à leur propre rythme prédéterminé et souvent beaucoup trop brutalement. Ce livre explique et illustre un partenariat de collaboration centré sur la personne qui se concentre sur les sentiments et les besoins du patient tout au long du processus de sevrage.

Les thérapeutes sont souvent les premiers à se rendre compte que leurs patients sont trop ou inutilement médicamentés, mais ils ont été découragés d'exprimer leurs opinions ou d'en discuter avec leurs clients ou leurs patients. Ils ont également été découragés de participer à la prise de décision sur les médicaments et ont été invités ou mandatés à faire respecter la conformité aux médicaments. Ce livre offre une nouvelle voie aux thérapeutes pour participer à un partenariat actif entre le patient et la famille, aux côtés du prescripteur. Il commence par un examen des dangers associés aux médicaments psychiatriques, puis décrit et illustre le processus de sevrage centré sur la personne et de rétablissement de la santé mentale, souvent avec la collaboration du thérapeute et de la famille.

Les-schizonaut.es.fr

Les patients viennent souvent me voir en souhaitant se retirer des médicaments psychiatriques mais sont terrifiés parce que leurs prescripteurs précédents, s'ils acceptaient le sevrage des médicaments, les ont retirés beaucoup trop rapidement et sans tenir compte de leur souffrance dans le processus. Rien n'est plus important que le sentiment de contrôle du patient sur le processus et le moment du sevrage.

À une époque où la recherche scientifique démontre les méfaits de l'exposition à long terme aux médicaments, le nouveau Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-V) proposé fera pression pour une prescription de médicaments de plus en plus répandue. *Le domaine de la santé mentale doit s'inverser en mettant considérablement l'accent sur le sevrage des médicaments psychiatriques et le rétablissement sans médicaments.*

Ce modèle d'approche d'équipe collaborative centrée sur le patient transforme non seulement le sevrage des médicaments, mais le traitement de la santé mentale en général en **mettant davantage l'accent sur le partenariat et le bien-être du patient**. Son approche transforme le traitement de tous les clients et patients en santé mentale. Le livre est particulièrement vital pour le traitement des enfants et des adultes dépendants, des personnes aux prises avec des crises émotionnelles et de graves troubles mentaux, des personnes âgées et de toute personne ayant un jugement et des capacités cognitives compromis.

L'approche de partenariat de collaboration centrée sur la personne inaugure une nouvelle ère de traitement centré sur le patient et la famille. Il offre un tout nouveau niveau de récupération sans médicaments et de bien-être amélioré. **L'objectif n'est plus un schéma d'attente induit par les médicaments, mais une véritable récupération et croissance physique et psychologique.**

Les prescripteurs, thérapeutes et autres professionnels de la santé, ainsi que les patients et leurs familles, reçoivent le cadre théorique qui sous-tend cette approche ainsi que des informations scientifiques détaillées, des conseils pratiques et des études de cas illustratifs qui leur permettront de : Les-schizonaut.es.fr

Établir une approche d'équipe collaborative, confiante et empathique pour le sevrage des médicaments psychiatriques

Reconnaître les effets indésirables courants, graves et parfois négligés des médicaments qui peuvent nécessiter le retrait du médicament

Traiter les urgences pendant la pharmacothérapie et pendant le sevrage

Identifier les réactions de sevrage courantes pour chaque type de médicament psychiatrique

Déterminer les premiers médicaments à retirer pendant la poly chimiothérapie

Faire la distinction entre les réactions de sevrage, les nouveaux problèmes émotionnels et la récurrence des problèmes antérieurs à la médication

Estimer la durée du sevrage

Prescrire de très petites doses de médicaments si nécessaire

Comprendre comment le « médicament envoûtant » (intoxication anosognosie) rend les patients inconscients des effets mentaux et émotionnels indésirables de leurs médicaments pendant le traitement et le sevrage

Identifier et gérer la déficience cérébrale chronique (CBI) induite par les médicaments - un besoin courant mais facilement manqué pour le sevrage des médicaments psychiatriques

Modifier le programme de sevrage pour les enfants, les personnes âgées et les patients gravement perturbés émotionnellement

Décider quand et comment fournir une thérapie individuelle, de couple ou familiale adaptée aux étapes spécifiques du sevrage des médicaments - Avenants de pré-publication pour le retrait de médicaments psychiatriques -

Les-schizonautes.fr

POINTS CLÉS POINTS CLÉS POINTS CLÉS POINTS CLÉS

page 48 du fichier PDF

- L'empathie, une communication honnête et la responsabilisation du patient sont au cœur de l'approche centrée sur la personne.
- La peur et l'anxiété du patient sont une cause majeure d'échec pendant le sevrage des médicaments.
- L'individu doit se sentir responsable de la décision de commencer le sevrage et ensuite de poursuivre le processus.
- L'individu doit se sentir maître du rythme ou du moment du sevrage.

À moins d'être confronté à un effet indésirable très grave, comme une dyskinésie tardive ou une manie, le rythme du sevrage doit rester dans la zone de confort du patient. Si un sevrage plus rapide est nécessaire et encouragé, il doit se faire de manière centrée sur la personne et dans un esprit de collaboration.

- Lorsque les prescripteurs sont trop occupés ou incapables d'assurer une surveillance, une psychothérapie ou un conseil suffisants pendant le processus de sevrage, le

prescripteur doit travailler en étroite collaboration avec un thérapeute ou un conseiller informé. Les thérapeutes et autres cliniciens doivent profiter de l'occasion pour tendre la main aux prescripteurs afin de les aider dans le suivi et la compréhension du patient.

■ Même de petites réductions de dose (moins de 10 %) peuvent parfois provoquer des graves réactions de sevrage.

■ Il est important de fournir des informations détaillées au patient sur le processus de sevrage, puis de mener le processus de manière collaborative qui met l'accent sur la prise de décision et le contrôle du patient sur le processus. Cela peut contribuer à inverser la "déresponsabilisation médicale".

■ Étant donné que les personnes en sevrage de médicaments psychiatriques ont besoin d'un soutien émotionnel et sont souvent incapables de reconnaître quand elles ont une réaction de sevrage, comme des impulsions suicidaires ou violentes, un réseau de soutien composé d'amis et de membres de la famille peut être très utile, et parfois sauver la vie, dans le processus de collaboration. Il est préférable, et parfois nécessaire, que le patient permette à ses amis ou à sa famille de contacter le prescripteur ou le thérapeute s'ils sont inquiets.

Dans les cas difficiles, une personne proche du patient devrait directement être impliquée dans le processus de sevrage par des visites au bureau et des contacts téléphoniques.

■ Dans l'approche centrée sur la personne, la réponse du patient à chaque étape de la réduction de la drogue déterminera le taux de réduction. Par conséquent, il n'est pas possible de déterminer à l'avance le temps que prendra la durée de la réduction de la médication et du sevrage .

■ À tout moment, le prescripteur et le thérapeute doivent offrir espoir et d'encouragement. Peu de choses sont plus importantes pour la réussite des sevrages que *les attitudes positives des prestataires de soins.*

Les-schizonaut.es.fr

■ L'approche collaborative centrée sur la personne n'est pas exclusivement destinée au sevrage des médicaments psychiatriques. C'est la meilleure approche chaque fois que la

personne a besoin d'un soutien, d'une surveillance ou d'une orientation supplémentaires, notamment les enfants, les adultes dépendants, les adultes souffrant de troubles émotionnels et cognitifs, et les personnes âgées.

Le Dr Peter Breggin a écrit une référence inestimable pour les professionnels de la santé mentale et les profanes qui cherchent un moyen de sortir de la dépendance aux médicaments psychiatriques. Il décrit les nombreux dangers des médicaments psychiatriques en termes directs fondés sur la recherche et contextuellement nuancés. Très utilement, il articule une méthode de psychothérapie empathique et centrée sur la personne comme une alternative à l'approche centrée sur la drogue, désengagée sur le plan émotionnel et systémique. Dans ce livre, le Dr Breggin décrit systématiquement comment retirer en toute sécurité un patient de la médication psychiatrique avec de riches exemples de cas dessinés avec le détail et la sensibilité aux différences individuelles et situationnelles qui révèlent non seulement sa vaste expérience clinique, mais sa claire, bien informée et compatissante vision d'une forme de traitement plus humaine.

Dans ce tome, Dr. Peter Breggin a une fois de plus démontré qu'il est un modèle de ce que la psychiatrie peut et doit être. Il s'agit d'un texte indispensable pour les stagiaires en santé mentale et les praticiens expérimentés à la recherche d'une alternative pratique au paradigme dominant centré sur le médicament.

Gerald Porter, Ph.D. Vice-président des affaires académiques École de psychologie professionnelle Forest Institute Springfield, MO

Aujourd'hui, de nombreux psychologues, infirmières, travailleurs sociaux et conseillers se demandent comment aider les adultes et les parents d'enfants qui prennent trop de médicaments ou qui souhaitent réduire ou arrêter de prendre leurs médicaments psychiatriques. Le livre du Dr Breggin montre aux professionnels non prescripteurs,

ainsi qu'aux prescripteurs, comment répondre aux besoins de leurs patients de manière éclairée, éthique et responsabilisante.

Les-schizonaut.es.fr

Sarton Weinraub, PhD

Psychologue clinicien et directeur du New York Person-Centered Resource Center, NYC

Je ne connais nulle part ailleurs pour obtenir ces informations, du moins pas compilées de cette manière facile à comprendre. Ce livre est l'aboutissement de la vie de travail du Dr Breggin, et il regorge de faits, de recommandations pratiques et de sagesse tirée de son expérience de travail avec des enfants et des adultes. Son approche centrée sur la personne est une bouffée d'air printanier pour ces dizaines de millions de personnes qui ont essayé le « traitement habituel » et n'ont pas été aidées, et se demandent quoi faire maintenant. Chaque jour, des personnes viennent à mon cabinet après avoir essayé des pilules, d'autres pilules, des pilules plus récentes, des pilules différentes et des combinaisons de pilules, sans véritable soulagement, ou les choses ont empiré. Maintenant, ils prennent des médicaments et ils ne peuvent pas s'en sortir, ou ils ont peur d'essayer. Ces gens ont besoin de réponses. Breggin a des réponses.

Douglas C. Smith, MD, psychiatre -- Ancien directeur de clinique, Juneau, Alaska

Peter Breggin a écrit un livre unique, brillant et complet que tout professionnel de la santé mentale devrait lire et « prescrire » à ses patients et à sa famille ! *Le Dr Breggin est un véritable pionnier dans l'identification des dangers des médicaments psychiatriques, étant le premier à nous avertir il y a des décennies que le traitement des malades mentaux serait dévolu au statut honteux qu'il révèle aujourd'hui.* Partout dans le monde, les populations professionnelles et laïques en sont venues à reconnaître que nous sommes une société dangereusement sur-médicamentée, qui a un besoin urgent d'une solution, et le nouveau livre du Dr Breggin propose un moyen intelligent de sortir de ce borborygme.

Fred Ernst, Ph.D. Professeur de psychologie - Université du Texas - Panaméricaine

Dans ce livre exceptionnel, facile à lire, très informatif et stimulant, le Dr Breggin continue d'être la conscience de la psychiatrie et un expert de premier plan dans le domaine du sevrage des médicaments psychiatriques. Ce travail révolutionnaire responsabilisera les patients, les membres de leur famille et les professionnels de la santé mentale. C'est un must pour tous ceux qui veulent les informations les plus précises et les plus à jour concernant le sevrage collaboratif, empathique, efficace et sûr des médicaments psychiatriques.

Wendy West Pidkaminy, LCSW-R Professeur adjoint de travail social, Université de Syracuse

Notre culture a de plus en plus besoin d'un nouveau langage pour contrecarrer et clarifier le rôle ascendant des médicaments psychotropes dans notre société. Peter Breggin nous a fourni ce langage. Dans *Psychiatric Drug Withdrawal*, il a créé un guide vraiment concis et éminemment pratique pour évaluer les effets des médicaments psychotropes et trouver des moyens de s'en sevrer. C'est un superbe résumé des connaissances qu'il a accumulées tout au long de sa vie. Il s'agit de connaissances inestimables pour les clients de tous âges qui sont devenus dépendants de ces médicaments. Les directives contenues dans ce livre peuvent conduire à la récupération de leur vie.

Tony Stanton, M.D. Cabinet privé de psychiatre pour adultes et enfants-, Poulsbo, WA

Ce livre et guide indispensable sur le sevrage des médicaments psychiatriques est clairement écrit et facile à comprendre. Au fur et à mesure que les gens deviennent plus autonomes et capables de s'informer sur les effets des produits pharmaceutiques, les praticiens seront appelés à sevrer leurs patients des médicaments nocifs. Ce livre fournira cette orientation. *Merci, Dr Breggin, d'avoir eu le courage de s'opposer à la pensée psychiatrique conventionnelle* et de s'occuper d'améliorer la qualité de vie des personnes qui sont prêtes à faire l'expérience de leur propre guérison innée au lieu de prendre une pilule pour masquer les symptômes.

Mélanie Sears, inf., MBA-Auteur, Humaniser les soins de santé et Choisissez vos mots

Le Dr Peter Breggin a écrit une référence inestimable pour les professionnels de la santé mentale et les profanes qui cherchent un moyen de sortir de la dépendance aux médicaments psychiatriques. Il décrit les nombreux dangers des médicaments psychiatriques en termes directs fondés sur la recherche et contextuellement nuancés. Très utilement, il articule une méthode de psychothérapie empathique et centrée sur la personne comme une alternative à l'approche centrée sur la drogue, désengagée sur le plan émotionnel et systémique. *Dans ce livre, le Dr Breggin décrit systématiquement comment retirer en toute sécurité un patient de la médication psychiatrique avec de riches exemples* de cas dessinés avec le détail et la sensibilité aux différences individuelles et situationnelles qui révèlent non seulement sa vaste expérience clinique, mais sa claire, bien informée et compatissante vision d'une forme de traitement plus humaine. Dans ce tome, Dr. Peter Breggin a une fois de plus démontré qu'il est un modèle de ce que la psychiatrie peut et doit être. Il s'agit d'un texte indispensable pour les stagiaires en santé mentale et les praticiens expérimentés à la recherche d'une alternative pratique au paradigme dominant centré sur la drogue.

Gérald Porter, PhD Vice-président des affaires académiques-École de psychologie professionnelle au Forest Institute-Springfield, MO

Le domaine du counseling en santé mentale est enraciné dans des principes et des pratiques informés par l'empathie et l'autonomisation du client. En utilisant ces éléments fondamentaux de la formation des conseillers comme principes directeurs, le Dr Breggin remet en question le statu quo de la pratique psychiatrique et offre aux praticiens une vision alternative qui soulève à la fois la controverse et la conscience. Ce livre souligne l'impératif éthique du conseiller d'être des professionnels informés et critiques en ce qui concerne les traitements psychiatriques « fondés sur des preuves ». Au milieu de la vague de résistance du public à l'utilisation croissante des psychotropes, le travail audacieux du Dr Breggin renforce la capacité des conseillers à contribuer au discours professionnel qui entoure les décisions complexes que prennent les clients concernant leur cheminement vers la guérison et le bien-être.

Kathryn Douthit, PhD, LMHC-Président et professeur agrégé, Conseil et développement humain -Warner Graduate School of Education & Human Development University of Rochester, Rochester, NY

Le Dr Breggin a de nouveau créé une ressource inestimable pour les prestataires de traitement et les bénéficiaires du traitement. Sa connaissance faisant autorité de ces questions crée une position de confiance pour les cliniciens, tout en responsabilisant les personnes et les familles qui reçoivent des soins. Le style d'écriture est super. Il offre des « blocs » d'informations – clairs, concis, et vous n'avez pas besoin de lire tout le chapitre pour obtenir des informations précieuses, ce qui en fait une référence pratique. Cette contribution importante dans le domaine créera un puissant effet d'entraînement, visant à améliorer en fin de compte les résultats du traitement pour ceux qui ont besoin d'un traitement compatissant et efficace.

Robert Foltz, docteur en psychologie Professeur adjoint, Département de psychologie clinique Chicago School of Professional Psychology Chicago, IL

Une pilule est un piètre substitut à la connectivité humaine et à la compassion, et le nouveau livre du Dr Breggin est la première étape vers la compréhension de la nature insidieuse de renoncer à l'appel à se reconforter en période de difficultés. Certaines souffrances ne peuvent pas être réparées avec une baguette magique, un mantra magique ou une pilule magique. **J'exhorte tout le monde à lire ce livre, lentement et consciencieusement.** Il n'y a peut-être pas de message plus important pour ceux qui souhaitent aider à guérir et ceux qui recherchent désespérément une telle guérison.

Parce qu'une pilule est un piètre substitut à la connectivité humaine et à la compassion, ce livre fournit des informations et des conseils pour responsabiliser les thérapeutes qui sont prêts à jouer un rôle beaucoup plus important en aidant leurs patients à prendre des décisions sur la prise ou non de médicaments psychiatriques, sans crainte qu'ils doivent faire respecter la « conformité aux médicaments ».

Joanne Cacciatore, PhD, LMSW, FT Professeur adjoint spécialiste des traumatismes liés au deuil

, Arizona State University Directeur clinique et fondateur, MISS Foundation

Ceci est un avertissement. Vos médicaments psychiatriques sont dangereux. De plus, le sevrage des médicaments peut entraîner des conséquences horribles, des symptômes psychiatriques supplémentaires et même la mort. Dans *Psychiatric Drug Withdrawal: A Guide for Prescribers, Therapists, Patients & their Families*, le Dr Peter Breggin aborde des questions très importantes concernant l'utilisation de médicaments psychiatriques et l'arrêt de ces médicaments. Les conseillers, les travailleurs sociaux, les psychologues et les psychothérapeutes trouveront le matériel du Dr Breggin utile pour comprendre les effets indésirables des médicaments, se sentir habilités à aider les patients adultes et les parents d'enfants patients à prendre des décisions concernant les médicaments, à surveiller l'expérience de la drogue de leur patient et à aider familles concernant les problèmes de sevrage médicamenteux des patients.

Douglas W. Bower, inf., LPC, Ph.D. Athènes, Géorgie

Les problèmes psychodynamiques et médicaux essentiels à l'arrêt des médicaments psychiatriques sont expliqués. Le Dr Breggin propose un plan directeur novateur et complet permettant aux médecins prescripteurs, aux thérapeutes et aux patients de se joindre à un effort de collaboration pour arrêter de prendre des médicaments psychiatriques. C'est un livre que les patients, les thérapeutes et les médecins voudront tous lire.

Stuart Shipko, MD. Psychiatre en Pratique Privée Pasadena, Californie

C'est un livre tellement important. Décrire en détail le problème du sevrage des médicaments psychiatriques et fournir des conseils clairs sur la façon de traiter ce problème, comme Peter l'a si bien fait dans ce livre, est attendu depuis longtemps. Pendant des

décennies, le système de croyance qu'est la psychiatrie traditionnelle a nié l'existence de problèmes de sevrage des substances qu'ils prescrivent si largement. En réalité, les problèmes de sevrage des médicaments psychiatriques sont monnaie courante. En raison du déni téméraire de la psychiatrie de ce problème réel et commun, des millions de personnes dans le monde n'ont pas reçu le soutien et les soins dont elles ont désespérément besoin lorsqu'elles tentent d'arrêter les médicaments psychiatriques, souvent informées à tort que ces problèmes sont la confirmation de l'existence de leur supposée origine. soi-disant « maladie psychiatrique ». Dr Breggin'

Terry Lynch, médecin et psychothérapeute, Limerick, Irlande, auteur de Beyond Prozac: Healing Mental Suffering Without Drugs and Selfhood: A Key to the Recovering of Emotional Well Being, Mental Health Prevention of Mental Health Problems

En tant que médecin spécialisé dans la médecine de la toxicomanie et le sevrage des drogues et ayant beaucoup écrit sur ces sujets, je recommande le livre du Dr Breggin à tous les professionnels de la santé qui traitent avec toute personne prenant des médicaments psychiatriques. Il donne des informations très utiles et des raisons pour les arrêter ou les éviter. C'est une excellente source unique d'information sur les effets des médicaments psychiatriques et le sevrage. Les prescripteurs, les thérapeutes, les patients et les familles bénéficieront de ce guide.

C'est un livre nécessaire. Des cliniciens réfléchis, y compris des psychiatres, d'autres médecins prescripteurs, des psychologues cliniciens, des travailleurs sociaux et d'autres thérapeutes, pensent souvent que leurs patients devraient être retirés de la médication psychiatrique, mais ils n'en sont pas sûrs. De plus, ils ne connaissent pas la meilleure façon d'aider le patient à se retirer en toute sécurité des médicaments psychiatriques.

Ils ont souvent peur de la désapprobation de leurs collègues professionnels. Les thérapeutes non médicaux peuvent penser qu'ils n'ont pas le droit de remettre en question le jugement de leurs collègues médecins sur les médicaments. Les médecins non psychiatres peuvent penser qu'ils ne doivent pas interrompre le traitement à moins que cela ne soit demandé par le prescripteur d'origine, généralement un psychiatre. Les psychiatres peuvent avoir l'impression que s'ils retirent leurs patients de la médication psychiatrique, ils seront ressentis par des collègues qui ne retirent presque jamais leurs propres patients. Les médicaments psychiatriques sont souvent utiles à court terme, mais s'ils sont poursuivis, ils deviennent un problème et éventuellement un désastre. Pour quelques patients, cela devient tout de suite un désastre.

La première partie du livre est une description minutieuse et relativement complète des raisons pour lesquelles on devrait envisager le sevrage des médicaments psychiatriques ou la réduction de la dose et quand. Sont inclus des discussions détaillées sur les antipsychotiques (neuroleptiques), les antidépresseurs, les stimulants, les benzodiazépines et autres sédatifs et opiacés, ainsi que le lithium et autres stabilisateurs de l'humeur.

La deuxième partie du livre est une description détaillée de la meilleure façon de se sevrer des médicaments psychiatriques, en tenant compte du médicament spécifique ou des médicaments multiples, de la durée d'utilisation et des caractéristiques de chaque patient. Des histoires de cas sont présentées de cas simples et complexes de sevrage. Ce sont des informations qui n'étaient disponibles nulle part auparavant.

Le sevrage est mieux géré par le prescripteur, le thérapeute, le patient et un ou plusieurs membres de la famille, travaillant en équipe. Les prescripteurs voient rarement les patients assez souvent et assez longtemps pour avoir une connaissance détaillée des effets du sevrage sans information des autres. *Les thérapeutes sont plus susceptibles de connaître les effets indésirables des médicaments, y compris les effets de sevrage*, surtout s'ils les recherchent. Les patients sont susceptibles de signaler des symptômes s'ils pensent que leur thérapeute et leur prescripteur veulent le savoir.

Cependant, un effet secondaire courant et un effet de sevrage des médicaments psychiatriques est un manque de conscience des symptômes ("médicament envoûtant" ou anosognosie par intoxication). C'est pourquoi un membre de la famille peut être utile pour signaler et décrire des symptômes évidents dont le patient semble ignorer.

Le chapitre le plus encourageant concerne les enfants et les adolescents. La plupart des enfants et des adolescents peuvent être retirés avec une relative facilité et sécurité, si leurs parents coopèrent. Le sevrage des stimulants est facilement accompli avec les enfants et les adolescents diagnostiqués avec le TDAH si une thérapie familiale sensée et une éventuelle consultation avec les enseignants de l'enfant sont fournies. Non seulement ils ne prendront plus de médicaments, mais leurs symptômes inquiétants auront également disparu. Bien sûr, il aurait été préférable d'offrir une thérapie familiale sans médicament dès le début.

Les enfants et les adolescents diagnostiqués avec des troubles bipolaires répondent également facilement à la thérapie familiale et au retrait des médicaments. Les symptômes « maniaques » chez les enfants et les adolescents sont presque toujours un effet secondaire des antidépresseurs ou des stimulants. Les enfants diagnostiqués autistes ont besoin d'aide pour établir des relations et les médicaments nuisent à leur apprentissage des relations. Ils sont capables de répondre aux efforts des parents et d'autres personnes pour communiquer avec eux une fois qu'ils ont cessé de prendre des médicaments. Les enfants et les adolescents, quel que soit leur diagnostic, même après une exposition prolongée à plusieurs médicaments, répondent à la thérapie familiale et à une approche d'équipe et peuvent généralement se retirer facilement s'ils ont une famille stable.

Bertram Karon, PhD Professeur de psychologie, Michigan State University

Ancien président de la division de psychanalyse de l'American Psychological Association

Auteur, *The Psychotherapy of Schizophrenia*

Dans son nouveau livre, *Psychiatric Drug Withdrawal: A Guide for Prescribers, Therapists, Patients and their Families*, le Dr Breggin aborde un sujet et une pratique qui suscitent à la fois l'anxiété et l'espoir de toutes les parties : se sevrer de la médication psychiatrique dans le but d'éviter les troubles cérébraux chroniques induits par les médicaments. Ses principes centrés sur la personne de respect, de préoccupation, d'autonomisation du choix individuel, offrant autant de confort que possible pendant le sevrage, encourageant un environnement favorable et une harmonisation attentive avec le suivi clinique, fournissent les conditions nécessaires pour que le parcours de sevrage soit une expérience de transformation personnelle. Dans le même temps, la longue carrière du Dr Breggin dans ce domaine atténue le romantisme naïf et pollyannaïen de ce processus. Il aborde explicitement, et régulièrement, la dangerosité d'un sevrage soudain et non surveillé, et à la place, encourage une approche collaborative centrée sur le plus grand respect du choix et du rythme du patient dans ce cheminement, tout en discernant et en pondérant avec beaucoup de sensibilité les dommages qui pourraient être causés sans sevrage par rapport à l'inconfort du sevrage. Le Dr Breggin égalise l'autorité de toutes les parties dans ce processus, détrônant ainsi la dictature du prescripteur, mais ne l'excluant pas. J'attendais un texte comme celui-ci à recommander à de nombreuses familles qui viennent me voir en détresse et vulnérables aux voix autoritaires qui les enferment dans le faux dilemme de prendre des médicaments qui ont de graves effets secondaires pour eux-mêmes ou pour leurs enfants, ou être étiqueté comme médicalement non conforme et/ou négligent. Le Dr Breggin devrait porter un grand "B" sur sa poitrine et une cape car ce texte est un texte de lutte contre le crime qui contribuera certainement à élargir les options pour d'innombrables personnes cherchant à se libérer de la violence chimiquement induite.

Ce qui est également très important ici, c'est que l'approche centrée sur la personne du Dr Breggin n'est pas un exécutant militant du retrait, qui ne ferait qu'ajuster les chaises sur le même navire qui coule. Au contraire, il souligne que l'harmonisation avec le patient signifie encourager l'autonomie, la responsabilité, la prise de décision et le rythme sont essentiels à une expérience de sevrage réussie, une position assez

différente de ce qui a généralement été le cas jusqu'à présent. Encore une fois, ce n'est pas un argument de polarisation des patients contre les prescripteurs, mais une invitation à une collaboration de pouvoir partagé dans un dialogue mutuel sur la façon de gérer la souffrance dans la vie.

Plus important encore, le Dr Breggin note que "la meilleure façon d'éviter les médicaments psychiatriques est d'aller de l'avant en créant une vie merveilleuse". Nous le faisons grâce au pouvoir de l'intimité et de l'amour, qui peut modifier plus que la chimie du cerveau ; cela peut modifier la façon dont nous sommes les uns avec les autres dans le monde de manière plus communautaire, annulant ainsi le besoin de médicaments pour orchestrer nos vies. Dans le livre du Dr Breggin, la possibilité de la libération est venue.

POINTS CLÉS POINTS CLÉS POINTS CLÉS POINTS CLÉS

page 48 du fichier PDF

■ L'empathie, une communication honnête et la responsabilisation du patient sont au cœur de l'approche centrée sur la personne.

■ La peur et l'anxiété du patient sont une cause majeure d'échec pendant le sevrage des médicaments.

■ L'individu doit se sentir responsable de la décision de commencer le sevrage et ensuite de poursuivre le processus.

■ L'individu doit se sentir maître du rythme ou du moment du sevrage.

À moins d'être confronté à un effet indésirable très grave, comme une dyskinésie tardive ou une manie, le rythme du sevrage doit rester dans la Les-schizonautes.fr

zone de confort du patient. Si un sevrage plus rapide est nécessaire et encouragé, il doit se faire de manière centrée sur la personne et dans un esprit de collaboration.

■ Lorsque les prescripteurs sont trop occupés ou incapables d'assurer une surveillance, une psychothérapie ou un conseil suffisants pendant le processus de sevrage, le prescripteur doit travailler en étroite collaboration avec un thérapeute ou un conseiller

informé. Les thérapeutes et autres cliniciens doivent profiter de l'occasion pour tendre la main aux prescripteurs afin de les aider dans le suivi et la compréhension du patient.

- Même de petites réductions de dose (moins de 10 %) peuvent parfois provoquer des graves réactions de sevrage.

- Il est important de fournir des informations détaillées au patient sur le processus de sevrage, puis de mener le processus de manière collaborative qui met l'accent sur la prise de décision et le contrôle du patient sur le processus. Cela peut contribuer à inverser la "déresponsabilisation médicale".

- Étant donné que les personnes en sevrage de médicaments psychiatriques ont besoin d'un soutien émotionnel et sont souvent incapables de reconnaître quand elles ont une réaction de sevrage, comme des impulsions suicidaires ou violentes, un réseau de soutien composé d'amis et de membres de la famille peut être très utile, et parfois sauver la vie, dans le processus de collaboration. Il est préférable, et parfois nécessaire, que le patient permette à ses amis ou à sa famille de contacter le prescripteur ou le thérapeute s'ils sont inquiets.

Dans les cas difficiles, une personne proche du patient devrait directement être impliquée dans le processus de sevrage par des visites au bureau et des contacts téléphoniques.

- Dans l'approche centrée sur la personne, la réponse du patient à chaque étape de la réduction de la drogue déterminera le taux de réduction. Par conséquent, il n'est pas possible de déterminer à l'avance que la durée de la réduction de la médication et du sevrage prendra.

- À tout moment, le prescripteur et le thérapeute doivent offrir espoir et d'encouragement. Peu de choses sont plus importantes pour la réussite des sevrages que les attitudes positives des prestataires de soins.

- L'approche collaborative centrée sur la personne n'est pas exclusivement destinée au sevrage des médicaments psychiatriques. C'est la meilleure approche chaque fois que la

personne a besoin d'un soutien, d'une surveillance ou d'une orientation supplémentaires, notamment les enfants, les adultes dépendants, les adultes souffrant de troubles émotionnels et et cognitifs, et les personnes âgées.

Traduit avec www.DeepL.com/Translator (version gratuite)