

ANTIDEPRESSIVA

Deze tekst is uitgesproken door de ambassadeurs van 'belemmerende medicatie op vrij sterven' op het composium 'de rol van vaccinatie en medicatie op vrij leven en sterven' van 12 oktober 2013 in Arnhem.

Inleiding

Dit document is onderdeel van '**medicatie met belemmerende werking op vrij sterven**'. Voor meer informatie: www.devrijemare.nl -> thema mens zijn -> sterven, vraagstukken rondom sterven -> medicatie met belemmerende werking op vrij sterven-basisstuk.

Bij belemmerende medicatie gaat het om medicijnen die nadelige bijwerkingen hebben op natuurlijk sterven.

In de uitwisseling met de artsen heeft Marieke de Vrij op inspiratieniveau naar verschillende medicijn groepen gekeken.

Gebruik van antidepressiva

Antidepressiva, medicijnen tegen depressie, worden niet specifiek ingezet tijdens de laatste levensfase. Maar bij langdurig gebruik tijdens het leven kunnen antidepressiva een belemmerend effect op natuurlijk sterven veroorzaken.

Algemeen

Het kan tijdelijk noodzakelijk zijn om iemand gedurende het leven via antidepressiva weer een opbeurend gevoel te geven.

Als een depressie opkomt en aan het groeien is en men gaat voelen dat de somberheid alleen maar toeneemt, dan kan het hele zelfbeeld wel erg zwaar en donker worden.

Antidepressiva kunnen er dan voor zorgen dat er weer een gevoel van zelfrespect ervaren wordt, de zelfwaarneming wordt weer positiever. En door de medicatie kan men weer gaan voelen hoe men feitelijk kan zijn.

Vervolgens is het belangrijk, als die zelfwaarneming een aantal weken of een aantal maanden heeft geduurd, om dan aan de afbouw te beginnen en daar begeleiding op te geven. Hoelang, dat is van de persoon afhankelijk en hoe diep de depressie is, bijvoorbeeld 'hoe kijkt iemand tegen zichzelf aan? Heeft hij een positieve blik op zichzelf gericht? Is hij in staat zichzelf zo positief te waarderen dat hij natuurlijke steun aan zichzelf weet te geven, als er mogelijk weer depressieve gevoelens komen?'.
1

Bijvoorbeeld een middel als Seroxat is bij veel mensen een geschikt middel gebleken om hun zelfbeeld weer terug te krijgen en op een prettiger manier te ervaren.

Vervolgens is het belangrijk dat men de herinnering aan dat zelfbeeld activeert en men het zelfrespect en de zelfwaarneming steeds positieve aandacht blijft geven.

Menselijke begeleiding in de vorm van psychotherapie, en ook lichaamsgerichte therapie kunnen helpend zijn. Belangrijk is dat er gewerkt wordt vanuit de intentie de persoon zijn eigen zelfbeeld niet te laten verbleken en niet te laten wegglijpen, maar dit juist te versterken. En hem te helpen zijn waarneming over zichzelf als een uniek wezen, met een eigen karakter met mogelijkheden en onmogelijkheden te gaan zien, te ervaren en er naar te handelen.

Zo kan een antidepressivum een 'ophaalmiddel' zijn van de herinnering dat hij ook een leuk én een waardevol mens is.

Een antidepressivum zou niet meer dan een hulpmiddel mogen zijn om moed te hervatten en zichzelf waar te nemen binnen het leven waarin hij staat.

Belangrijk is om deze medicijnen tijdig en kortdurend te gebruiken.

Antidepressiva worden ook door veel mensen aanvaard om zich aan te passen binnen situaties die negatief zijn voor hen zelf en om deze toch vol te houden. De reden waarom men depressief is wordt niet onder ogen gezien en in stand gehouden.

Voorbeelden hiervan zijn: je durft je niet fier uit te spreken over wat er in je omgaat. Of je past je ontzettend aan in je relatie en je durft niet meer echt jezelf te zijn hierin.

Als men bij herhaling weigert om dit aan te gaan of dat de moed hiertoe ontbreekt, dan kan dit medicijn de innerlijke ontwikkeling stagneren en zo gaan afdekken dat men zijn gevoelens en gevoeligheden niet meer zo duidelijk ervaart. Uiteindelijk kan dit er toe leiden dat men zichzelf niet goed meer herkent. Alles wordt minder sensitief beleefd, oppervlakkiger en de diepere lagen raken afgesloten.

In bepaalde gevallen is de depressie zoveel vragend voor een persoon die daar echt aan lijdt, dat het een zegen is dat er medicatie is die angsten doet verbleken.

Als iemand noodgedwongen medicatie moet blijven gebruiken om een haalbaar leven te leiden, dan kan hij met behulp van medicatie, zoals Seroxat, zo geholpen worden dat er ook positieve ruimte in hem opent, waarmee hij de wereld en zichzelf weer kan bekijken. De medicatie blijft een belemmering voor een open bewustzijn én tegelijkertijd geeft het ook vrije ruimte.

De intentie is essentieel: wat er ook gebeurt in je leven, als je de intentie hebt om bewuster van je proces te worden, groei je, ook als je medicatie gebruikt.

Als de vrije wil in de persoon gericht is op bijvoorbeeld de wens minder medicatie te kunnen gebruiken of uiteindelijk misschien zonder medicatie te

kunnen, dan geeft die gerichtheid een steun om wellicht meer te bereiken dan zonder die intentie.

Antidepressiva en belemmerende werking in de laatste levensfase

Hoe staat het met de belemmerende werking van antidepressiva op het proces van natuurlijk sterven?

Antidepressiva kunnen verduisterend werken naar de eigen persoonlijkheid toe.

Ze verbleken het gevoel van wie men is en hoe men zichzelf waarneemt; de gevoelens worden meer afgevlakt beleefd. Doordat men zichzelf in het dagelijks leven niet meer echt verbindt met alle gevoelens die er in zichzelf zijn, voelt men zich vaak meer een buitenstaander dan echt betrokken te zijn. En in het stervensproces durft men zich daarom ook niet zomaar over te geven aan de geestelijke wereld.

Er dient heel secuur gekeken te worden naar wat de mogelijkheid van de ziel steunt om zich te verbinden met wie men in wezen is.