

Slår hål på myten om kemisk obalans

Den andra internationella konferensen om nedtrappning av psykofarmaka hade fokus på den forskningsstudie som kom 2022 och som slår hål på myten att depression orsakas av en kemisk obalans i hjärnan.

I juli förra året publicerades en brittisk studie som tar död på den seglivade myten att depression orsakas av låga serotoninhalter i hjärnan. Faktum är att det aldrig presenterats någon forskning som styrker sådana samband, ändå lever dessa teorier kvar i psykiatrin i stora delar av världen. Inte minst i Sverige är det vanliga att "kemisk obalans-teorin" används för att motivera människor att ta antidepressiva läkemedel och annan psykofarmaka. Detta även då orsakerna snarare finns i svåra livsomständigheter eller andra psykosociala faktorer.

Joanna Moncrieff, psykiater och professor i socialpsykiatri i Storbritannien, betonade att det inte alls behöver vara fel att behandla en depression med antidepressiva läkemedel. Däremot är det viktigt att ha klart för sig vad det gör med hjärnan och att det finns problem med långvarigt användande.

– Psykofarmaka förändrar kroppens och hjärnans normala funktioner, och det märks i ett förändrat känsloliv, ändrat beteende och ändrade fysiska funktioner. Läkemedel kan användas för att tillfälligt lindra stress och psykisk ohälsa, men de orsakar också beroende och har såväl förutsägbara som oförutsägbara biverkningar.

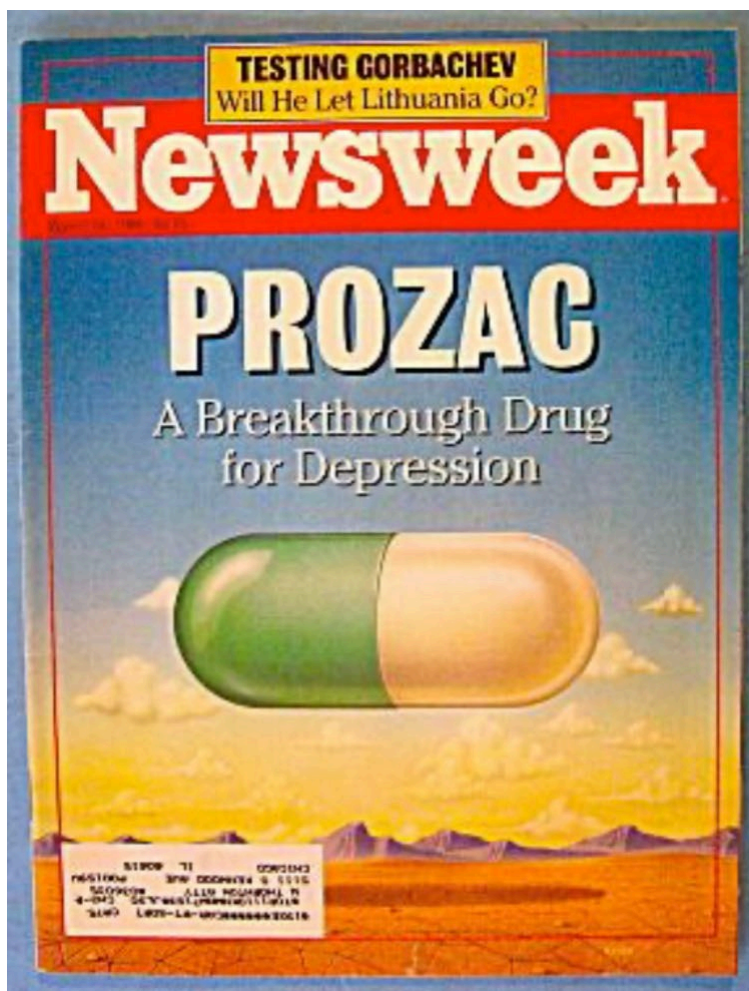
Hon gjorde en historisk tillbakablick och berättade att "kemisk obalans-teorin" uppstod på 1960-talet. Men det var främst under 1980-talet som forskare gjorde ett antal försök att ta reda på om hypotesen stämde, det vill säga om det var

så att depression faktiskt orsakades av låga serotoninhalter alternativt brist på noradrenalin.

– Men ingen studie har funnit något sådant samband! säger Joanna Moncrieff.

Ändå var det denna teori som fördes fram av läkemedelsindustrin när de så kallade lyckopillren, som Prozac, lanserades 1987. Bensodiazepiner hade vid det laget blivit "osäljbara" efter insikterna om hur beroendeframkallande dessa var. Nu gällde det att bryta ner människors naturliga motstånd mot psykofarmaka. *"Depression – a flaw in chemistry not character"* – *Depression – en kemisk brist inte en karaktärsbrist*, blev företaget Eli Lillys slogan.

De
n
st
ud
ie
so
m
Jo
an
na
Mo
nc
ri
ef
f
oc
h
Ma
rk
Ho
ro



Prozac lanserades 1987

wi
tz
,
ps
yk
ia
tr
if
or
sk
ar
e,
me
d
fl
er
a
pr
es
en
te
ra
de
i
ju
li
fö
rr
a
år
et
[pu](#)
[bl](#)
[ic](#)
[er](#)
[ad](#)
[es](#)

i
de
n
ve
te
ns
ka
pl
ig
a
ti
ds
kr
if
te
n
Mo
le
cu
la
r
Ps
yc
hi
at
ry
oc
h
ha
r
ka
ll
at
s
en
"g
am

e
ch
an
ge
r”
i
St
or
br
it
an
ni
en
.

Mark Horowitz beskrev reaktionerna från psykiatrin på studien: å ena sidan finns de som bemöter den med en gäspning: *”Det har varit känt i minst ett par decennier att depression inte orsakas av låga serotoninivåer och studien har inget nytt att komma med, det här är bara sista spiken i kistan”*.

Å andra sidan finns de som tvärtom menar att det är för tidigt att ge upp tanken om ett orsakssamband, det behövs bara ännu mer forskning så kanske det går att leda i bevis. Också en tredje ståndpunkt togs upp, som Horowitz jämförde med ett känt citat av Groucho Marx:

”Det här är mina principer! Om du inte gillar dem har jag andra”,

det vill säga en del av reaktionerna var att lägga fram helt andra förklaringar, som att depression orsakas av inflammation.

Liksom under den första konferensen, som hölls i maj 2022, [och som Socialpolitik rapporterade från](#), vittnade flera personer om hur de ordinerats mängder av psykofarmaka under många år utan att få någon information om biverkningar eller risken för att bli beroende.

Mark Sanderson växte upp i Zimbabwe och flyttade till England som 19-åring för att arbeta som kock, men drabbades av psykos och blev under fem år tungt medicinerad med antipsykotiska, stämningsstabiliserande och antidepressiva läkemedel. Under hans åttonde sjukhusvistelse i psykiatrin fick han kännedom om [Intervoice](#), som är en internationell rörelse för personer som hör röster och/eller ser syner, där fokus är mer på att hantera rösterna än att försöka få bort dem. Från sjukvården fick han ingen hjälp alls att trappa ner eller sluta med läkemedlen. Det har han fått klara på egen hand. Idag är han medicinfri, nybliven pappa och har tagit en högskoleexamen i återhämtning och social inkludering.

– Jag hör fortfarande röster, men jag är på en mycket bättre plats i dag, säger han.

Sandra Jayacodi fick förlossningsdepression när hon födde sitt första barn och det ledde vidare till en rad diagnoser som ptsd, adhd, psykos, bipolaritet och att hon hörde röster. Med det följde medicinering med en rad olika läkemedel. Vid ett tillfälle var hon inlagd på sjukhus under fyra månader utan att en enda gång bli informerad om biverkningar med de läkemedel som skrevs ut åt henne. Att hon blivit utsatt för övergrepp när hon själv var barn pratade hon inte med någon om förrän i vuxen ålder och det var inget som sattes i samband med förlossningsdepressionen. Sandra Jayacodi säger att hon från början hyste en sådan tilltro till läkarvetenskapen att det tog många år innan hon vågade ifrågasätta den tunga medicineringen.

Både Sandra Jayacodi och Mark Sanderson säger sig ha stort stöd av Intervoice idag.

Konferensen arrangerades av [IIDPW som står för International Institute for Psychiatric Drug Withdrawal](#) och har som ändamål att utveckla forskning och praktikbaserad kunskap för att främja säker nedtrappning och utsättning av psykofarmaka.

Text: Elin Engström