

## På pasientenes side mot psykiatrien



Iver Mysterud

Dr.philos. i biologi fra Universitetet i Oslo og faglitterær forfatter og fagredaktør for Helsemagasinet vitenskap og fornuft

Den danske legen Peter C. Gøtzsche har skrevet en knusende kritikk av psykiatrien i en bok som bør leses av alle med interesse for psykisk helse og dagens behandling av dem som sliter.



Peter C. Gøtzsche

*Dødelig psykiatri og organisert fornektelse*, Abstrakt forlag 2015, 378 sider

*Dødelig psykiatri og organisert fornektelse* er en videreføring av Gøtzsches kritikk av farmasøytisk industri i *Dødelig medisin og organisert kriminalitet*, som fikk den prestisjetunge bokprisen fra Den britiske legeföreningen (BMA) i 2014 under kategorien «Basis of medicine». I den nye boka står imidlertid ikke bare farmasøytisk industri i fokus, men også faget psykiatri, som er en spesialitet innenfor medisinen.

Gøtzsche har ikke mye godt å si om psykiatrien og dens behandling av pasienter, og han maner til revolusjon i dette faget. Kritikken går på psykiatrien som system, slik det styres av toneangivende psykiatere i tett kontakt med farmasøytisk industri. At psykiatri er et slags stebarn i medisinen, har lenge vært klart for meg, men at situasjonen er så ille som Gøtzsche møysommelig dokumenterer, er overraskende. Han er selvsagt ikke kritisk til enhver psykiater eller person som arbeider i psykiatrien, og trekker fram en rekke unntak det varmer å lese om. Problemet er hele tankegangen bak bruk av

syntetiske medikamenter for å «normalisere» det som antas å være «kjemiske ubalanser» i hjernen. Ifølge Gøtzsche er denne forestillingen grunnleggende gal, og resultatene av en terapi som skal «gjenopprette» ikke-eksisterende ubalanser, kan følgelig bli katastrofale.



## Evidensbasert medisin

Som leder av det nordiske Cochrane-senteret er Gøtzsche opptatt av evidensbasert medisin og dokumenterer at bruken av psykofarmaka (psykiatriske medikamenter) gjør langt større skade enn nytte. Han har beregnet at psykofarmaka er ansvarlig for over en halv million dødsfall hvert år i USA og Europa blant personer over 65 år. Dette gjør psykofarmaka til den tredje hyppigste dødsårsaken etter hjertesykdommer og kreft. Gøtzsche hevder at dagens forbruk av psykofarmaka kan reduseres med 98 prosent, samtidig som pasientenes mentale og fysiske helse – og overlevelse – blir bedre. Nedtrapping av medikamenter bør imidlertid skje langsomt fordi abstinenssymptomene kan være alvorlige, langvarige og farlige.

*Boka er skrevet som en håndsrekning til pasientene, særlig de som desperat forsøker å bli kvitt sine medikamenter*

Gøtzsche presenterer i boka en rekke myter og misforståelser som han analyserer og tilbakeviser. Noen av de feilaktige oppfatningene som opprører ham mest, er blant andre:

- Mennesker med psykiske lidelser har en kjemisk ubalanse i hjernen, og psykiatere kan rette opp denne ubalansen med medikamenter, på linje med at indremedisinere foreskriver insulin mot diabetes.
- Langtidsbehandling med psykofarmaka er nyttig fordi det forebygger tilbakefall av sykdommen.
- Behandling med antidepressiva fører ikke til avhengighet.
- Behandling av barn og unge med antidepressiva beskytter mot selvmord.

Etter å ha lest *Dødelig psykiatri og organisert fornektelse* tviler jeg ikke på at disse og flere påstander er feilaktige. Det korrekte ifølge Gøtzsche ville være å endre disse påstandene til det motsatte. Dette viser han gjennom analyse av forskningslitteratur.

## Oppbygging av argumenter

Boka består av 18 kapitler og et stikkordregister. Hvert kapittel avsluttes av en sluttnoteliste med siterte kilder. En liten innvending til kildehenvisningene er at han en del steder henviser til sin første bok i stedet for å oppgi originallitteratur, slik at man må gå til hans bok for å finne originalkildene.

I kapittel 1 presenterer forfatteren de temaene boka handler om, og i neste kapittel fokuserer han på hva det vil si å være psykisk syk. De neste seks kapitlene handler om depresjon (3), angst (4), AD/HD (5), schizofreni (6), bipolar lidelse (7), demens (8) og elektrosjokk (9).

I kapittel 10 beskriver han to tiltak som han er sterk tilhenger av når det gjelder å hjelpe folk med psykiske problemer: ulike typer psykoterapi og mosjon. I de neste kapitlene tar forfatteren opp om hva som skjer i hjernen når man bruker psykofarmaka (11), og nedtrapping av psykofarmaka (12). I kapittel 13 retter Gøtzsche skytset mot psykiatrien som fag og dets nære forbindelser til farmasøytisk industri. Han konkluderer med at psykofarmaka gjør langt mer skade enn gagn, og i kapittel 14

går han gjennom hvor lite medikamenter som egentlig trengs i psykiatrien. Kapittel 15 handler om tvangsbehandling og tvangsinnleggelse. Gøtzsche mener at både elektroshokk, tvangsbehandling og tvangsinnleggelse bør forbys.

Boka avsluttes med to korte kapitler med råd om hva psykiatriske pasienter kan gjøre for å bedre sin situasjon (16), og hva leger kan bidra med for å skape en bedre og mer human psykiatri (17). Til slutt gis en oversikt over nyttige hjemmesider (18).

## Språk

Boka er ført i et klart og tydelig språk. Siden deler av den handler om å presentere eller kritisere vitenskapelig litteratur, omtaler forfatteren en del statistiske analyser, noe som er viktig når han henvender seg til vitenskapelig skolerte lesere. Mye av hans kritikk av psykiatrien er basert på publiserte studier, og da må nødvendigvis resultatene med. Gøtzsche er imidlertid også nøye med å forklare hva resultatene betyr, på en slik måte at lekfolk kan følge resonnementene.

Ingenting i teksten pakkes inn, Gøtzsche skriver rett fra levra. Skal man bidra til å revolusjonere faget psykiatri, kan man ikke ta i folk med verbale silkehansker! Jeg opplever dette både som påkrevd og befriende, mens en del som er mer skeptiske til Gøtzsches budskap, nok vil irritere seg over denne typen språk.

## Målgruppe

Boka er skrevet som en håndsrekning til pasientene, særlig de som desperat forsøker å bli kvitt sine medikamenter, men som er blitt møtt med fiendtlige og arrogante reaksjoner fra sine leger. Gøtzsche har også skrevet boka for unge psykiatere under utdanning, i håp om at den kan inspirere dem til å revolusjonere faget sitt, hvilket han mener det er stort behov for.

Jeg mener alle helsebevisste mennesker vil ha utbytte av denne boka, særlig de som er opptatt av psykisk helse og hvordan folk med slike lidelser behandles. Ikke minst vil boka være viktig for dem som er opptatt av samfunnsøkonomi og hvordan vi som samfunn bruker penger for å hjelpe folk som sliter psykisk. Gøtzsche kommer med forslag og råd som vil kunne redusere samfunnets utgifter til behandling av psykisk helse, samtidig som pasientene ville få det mye bedre, dersom de ble tatt på alvor.

## Troverdige kritiker

Gøtzsche er ikke den første som omtaler omfattende problemer i psykiatrien. En rekke modige fagfolk og journalister har tidligere talt det «psykiatriske Roma» midt imot, og Gøtzsche har lest det de har skrevet, og siterer dem hyppig. En rekke tradisjonelle psykiatere har forsøkt å avvise denne kritikken som feilaktig, men Gøtzsche presenterer alle de vanlige innvendingene, for så å knuse dem gjennom skarpe analyser. Han er ingen lettvekter som kan avfeies med et pennestrøk. Tvert imot er han en anerkjent fagmann og mangeårig kritiker av farmasøytisk industri.

Gøtzsche er på faglig hjemmebane når han på vitenskapelig grunnlag kritiserer de omfattende problemene som er forbundet med klinisk forskning på psykofarmaka. Hans etiske føringer med utgangspunkt i menneskerettigheter og pasientenes ståsted er både ønskelige og kloke. Det er lett å mislike alt snusket den farmasøytiske industrien *beviselig* driver med, og det maktpolitiske spillet den organiserte psykiatrien har drevet i altfor lang tid. At vi i liten grad har bruk for psykofarmaka, er lett



å bli enige om, også at ulike former for psykoterapi og mosjon kan være til nytte for mennesker som sliter psykisk.

Imidlertid mangler to temaer for å gjøre perspektivet i boka komplett: Det *ene* er alle de andre faktorene enn de psykososiale som kan forårsake eller bidra til at folk sliter psykisk. Jeg tenker her på kosthold mange ikke er godt tilpasset eller tåler, infeksjoner og ulike kjemiske og fysiske faktorer mange eksponeres for. Det *andre* er de behandlingstradisjonene som tar konsekvensen av disse årsaksfaktorene, for eksempel ved å endre kostholdet, gi spesifikke tilskudd (ortomolekylær medisin) og forsøke å fjerne eller redusere eksponeringen for de miljøfaktorene som påvirker folk på negativ måte. Ja, det trengs mer forskning på alle disse temaene, men det finnes allerede både forskning og klinisk erfaring med at de kan være virksomme. Hvis Gøtzsche på noen få sider hadde utvidet perspektivet med det jeg her savner, ville boka vært mer komplett. Uavhengig av slike innsigelser er boka forbilledlig god når det gjelder å analysere og kritisere det som er forfatterens hovedmål, nemlig å belyse problemer forbundet med faget psykiatri og forskningen på psykofarmaka.

