



# 10 МИТА В МОДЕРНАТА ПСИХИАТРИЯ

**От края на 19 век психиатрията е приета за медицинска специалност. Като подчертават, че психичните разстройства са „болест като всяка друга“, психиатрите твърдят, че те не трябва да се разглеждат по-различно от останалите заболявания като сърдечната недостатъчност или левкемията например. Има обаче недостиг на доказателства за това сериозно твърдение. Изброени по-долу, без определен ред, са 10-те най-големи мита на съвременната психиатрия.**

## 1. ШИЗОФРЕНИЯТА Е РЕЗУЛТАТ ОТ ДЕФЕКТИ В МОЗЪКА

Повечето психиатри смятат, че основната причина за психичните заболявания е мозъчен дефицит. Болните с диагноза шизофрения например показват мозъчни деформации. Използвайки най-новите изобразяващи технологии, виждаме различни снимки на шизофренични мозъци, показващи необичайни неравности и празни полета. Скорошни изследвания сочат, че антипсихотиците, използвани за лечение на това заболяване също могат да причинят човешки мозъчни дефекти. Доказано е също, че антипсихотичните лекарства, давани на маймуни, намаляват обема на мозъка им с около 20%. Освен това е известно, че насилието в детството (основен рисков фактор за шизофрения и други разстройства) променя мозъчната структура, което предполага, че ранната травма може да допринесе за структурни промени в мозъка на възрастни с проблеми с психичното здраве. По този начин изглежда възможно да се заключи, че мозъчните дефекти при страдащите от шизофрения вероятно са резултат от това, което животът и психиатрията в частност им причиняват.

1



## 2. ТЕЖКИТЕ ПСИХИЧНИ РАЗСТРОЙСТВА СА ГЕНЕТИЧНИ

Повечето психиатри свързват риска от шизофрения с генетична предиспозиция. В подкрепа на този аргумент те посочват проучвания на еднояични близнаци, които изглежда дават сведения, че ако единият близък е с диагноза за шизофрения, съществува много голям шанс и другият да прояви подобна симптоматика. Преди почти 70 години, един от най-известните изследователи на близнаците, Франц Калман, обяви 86-процентна степен на съгласуваност за шизофренични близнаци, което предполага огромно генетично влияние. Въпреки че тези твърдения се смекчават през последните няколко десетилетия, психиатрията на 21-ви век продължава да смята, че шизофренията е предимно генетична по произход. Освен проучвания за близнаци, психиатрите цитират изследване сред осиновени. То демонстрира предразположението на деца на майка с

2



шизофрения, които са изложени на по-голям риск да отключат болестта въпреки ранното си осиновяване и различната екзогенна среда. Проучванията за осиновяване често се считат за най-убедителното доказателство за генетична основа на състоянието. Въпреки това десетилетия изследвания не успяха да идентифицират генетичния маркер, който предполагаемо стои в основата на шизофренията. Междувременно психиатри като Джей Джоузеф се опитват да демонстрират, че гореспоменатите проучвания са изпълнени с пристрастия, вариращи от явно погрешно отчитане на данните до фини статистически трикове. По-скорошни проучвания оценяват степента на заболяемостта от шизофренията сред еднородни и двуяйчни близнаци съответно на 22 и 5%, което е показателно за реален, но скромен генетичен принос. Изглежда, че житейските преживявания са много по-мощна причина за симптомите, обозначени като шизофрения, отколкото генетичната предиспозиция.

### 3. ПСИХИАТРИЧНИТЕ ДИАГНОЗИ МОГАТ ДА СЕ ДОКАЖАТ

Медицинските експерти диагностицират заболяванията чрез представени симптоми и проведени изследвания. Те заключват наличието на посочен болестен процес, който обяснява причината на оплакванията на пациента. Ако проблемите с психичното здраве не са основно резултат от биологични дефекти (или „променен мозък“), психиатрията е изправена пред проблем, който е невъзможен за решаване. И така, как психиатрите преодоляват тази основна пречка? В САЩ е съставен списък с психиатрични болести от Американската психиатрична асоциация и е озаглавен Диагностично и статистическо ръководство за психични разстройства (накратко DSM). Правилната диагноза трябва да посочи основна патология, която може да обясни симптомите, да предостави насоки за подходящо лечение и да покаже високи нива на надеждност (така че двама или повече психиатри, оценяващи едно и също лице, обикновено стигат до същото заключение). DSM-5 (заедно със своите предшественици) се проваля и на трите фронта. Дори ключова фигура в по-ранните издания на DSM критикува последното предложение като „дълбоко погрешно“ за неправилно етикетиране на нормалните емоции като психично заболяване.

### 4. БРОЯТ НА ПСИХИЧНО БОЛНИТЕ РАСТЕ

Психиатрията непрекъснато дава сведения за огромния брой „психично болни“, повечето от които никога не са получавали професионална помощ и много дори не осъзнават, че имат проблем. Едно скорошно проучване твърди, че почти половината от всички американци ще страдат от психично заболяване в някакъв етап от живота си. Основната причина за този непрекъснато нарастващ брой е, че психиатрията разширява набора си от психични заболявания с всяка изминала година. Според DSM-5, ако останете тъжни две седмици след смъртта на любим човек, вие страдате от „депресивно разстройство“. Дете, което проявява истерия, рискува да получи етикета на „разрушително нарушение на регулацията на настроението“. А умерена степен на забрава в по-късните години означава, че страдате от „леко неврокогнитивно разстройство“.



3



4

## 5



## 5. ПРОДЪЛЖИТЕЛНАТА УПОТРЕБА НА АНТИПСИХОТИЦИ Е ДОБРОКАЧЕСТВЕНА

Психиатрите в много по-висок процент от всеки друг клиницист са поставени пред тежката задача да преценят полза-риск от лечението на своите пациенти. Дългосрочната употреба, особено на по-старите (типични) антипсихотици, уврежда около 30% от пациентите с неконтролируеми потрепвания и спазми на езика, устните, лицето, ръцете и краката. По-новите (атипични) антипсихотици са с по-добри показания в това отношение, макар и не до степен да елиминират проблема напълно. В допълнение дългосрочно употребяващите антипсихотици пациенти могат да бъдат изложени на по-голям риск от лекарство-индуцирани сърдечни заболявания, диабет и затлъстяване. Както вече обсъдихме и може би най-тревожното от всичко, има все повече доказателства, че антипсихотиците могат директно да причинят свиване на мозъка.

## 6



## 6. ЕФЕКТИВНОТО ЛЕЧЕНИЕ НА ПСИХИЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ Е ОТ СЪЩЕСТВЕНО ЗНАЧЕНИЕ ЗА ОБЩЕСТВЕНАТА БЕЗОПАСНОСТ

Въпреки че може да има редки случаи, когато параноята на дадено лице да доведе до акт на насилие, холандско проучване изчисли, че само 0.07% от всички престъпления са пряко свързани с проблеми с психичното здраве. Проучване в Обединеното кралство установи пък, че само 5% от всички убийства са извършени от хора, които са получили диагноза шизофрения в някакъв момент от живота си, цифра, която е по-ниска от злоупотребата с алкохол и наркотици, които допринасят за над 60% от подобни случаи. Шансовете да бъдем убити от психичноболен непознат са около един на 10 млн., наравно с това да бъдем ударени от мълния. А хората, страдащи от психични разстройства, са много по-склонни да бъдат жертви на престъпление. Едно проучване установи, че тези с диагноза шизофрения са 14 пъти по-склонни да бъдат обект на насилствено престъпление, отколкото да извършат такова.

## 7



## 7. МНОГО ХОРА С ПСИХИЧНИ ПРОБЛЕМИ НЯМАТ ПОТЕНЦИАЛ ЗА ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ

Подобен песимизъм не е изненадващ, като се има предвид, че много психиатри смятат, че психичното заболяване е причинено от мозъчни дефекти и е доживотно състояние, подобно на диабет или сърдечно заболяване. Както се илюстрира с често използваните термини „тежко и трайно психично заболяване“ и „хронична шизофрения“. И все пак реалността е много различна. Очакването е, че около 80% от страдащите от психично разстройство с времето ще постигнат значително подобрене. Възстановяването от проблеми с психичното здраве не е задължително да значи премахване на всички симптоми. В този смисъл, за да се премине към възстановяване, е необходим преход от патология, болест и симптоми към по-голям фокус върху здравето, силните страни и благосъстоянието. Освободено от оковите (и самоизпълващия се песимизъм) на психиатричната догма, смисленото възстановяване е реалистична цел за всички.

## 8. АНТИПСИХОТИЦИТЕ СА МНОГО ЕФЕКТИВНИ

Само в САЩ на 3.1 млн. души са били предписани антипсихотици през 2011 г. на обща цена от 18.2 млрд. долара. Тези лекарства продължават да бъдат основното лечение за хора, страдащи от шизофрения и практическите насоки от цял свят ги препоръчват като първа линия лечение. През същата година зашеметяващите 18.5 млн. американци (около 1 на 14 от младото и възрастното население) са приемали антидепресанти. Сегашното мнение на Кралския колеж по психиатрия в Обединеното кралство е, че три месеца лечение с антидепресанти ще „подобрят“ 50-60% от пациентите. Но ефективността както на антипсихотиците, така и на антидепресантите е сериозно оспорена. Неотдавнашен преглед на 38 клинични проучвания на атипични антипсихотици (най-често предписваните по-нови видове) заключи, че те са постигнали само умерени ползи в сравнение с плацебо и „има много за по-ефективни съединения“. Авторите също така откриха доказателства за пристрастяване. *„Антидепресантите трябва да се запазят като последна мярка и ако човек не се повлияе от лечението в рамките на няколко седмици, то трябва да бъде преустановено.“* Препоръчват се физически упражнения и когнитивна поведенческа психотерапия, за които е доказано, че имат положителен ефект върху страдащите от депресия.



8

## 9. ПОДХОДЪТ „БОЛЕСТ КАТО ВСЯКА ДРУГА“ НАМАЛЯВА СТИГМАТА

Напротив, опитът да се убеди общото население, че шизофренията и депресията са заболявания като кожите например, вероятно ще изостри негативното отношение към хората с психични проблеми. Неотдавнашен преглед на литературата установи, че в 11 от 12 изследвани проучвания биологичните обяснения на психичните разстройства водят до по-негативно отношение към страдащите, отколкото обясненията, базирани на житейския опит на човек. По-специално, обясненията за „болест като всяка друга“ насърчават социалното изключване и завишават възприетията за опасност.



9

## 10. ПСИХИАТРИЯТА Е ПОСТИГНАЛА ОГРОМЕН НАПРЕДЪК ПРЕЗ ПОСЛЕДНИТЕ 100 ГОДИНИ

Много медицински специалности могат да се похвалят с впечатляващ напредък през последните около 100 години. Ваксините срещу полиомиелит и менингит например спасиха милиони животи, откриването на пеницилина революционизира борбата срещу инфекциите, Прогнозата на онкоболните и тези със ССЗ непрекъснато се подобрява. Но какво е спечелило обществото от повече от век професионална психиатрия? Изненадващо малко. Едуард Шортър, в предговора към книгата си „История на психиатрията“ изтъква, че: *„Ако има една централна интелектуална реалност в края на двадесети век, това е, че биологичният подход към психиатрията – третиране на психичното заболяване като генетично повлияно разстройство на мозъчната биохимия, имаше смайващ успех.“* Неотдавнашен научен преглед на 50 изследователски проучвания заключи, че: *„Въпреки големите промени във възможностите за лечение през последните десетилетия, делът на възстановените лица не се е увеличил.“* ■



10