

Helbredt med Ecstasy

Efter syv år med posttraumatisk stress syndrom gik krigsveteranen Jonas i hemmelig Ecstasy-terapi. I dag er Jonas rask, og han appellerer til politikerne om at løsne op for lovgivningen på stof-området.

Peter Skjødt Mygind
pesmy@jfm.dk

AFGHANISTAN, 2010: Det var et grimt år for de danske soldater i Helmand-provinsen: Ni dræbte og mange flere sårede. Midt i det hele stod den unge Jonas, der var udstationeret som sygehjælper i en kampenhed.

- Jeg så mange ting, som jeg ikke behøver at gå i detaljer med, fortæller Jonas.

Jonas har ikke lyst til at snakke om Afghanistan. Både fordi han ikke ønsker at afsløre detaljer, der kan bruges til at identificere ham, men også fordi det stadig er en ubehagelig tid at tænke tilbage på.

- Det var surrealistisk. Det var jo Forsvaret! Det var danskere! Men vi var meget langt væk fra fredelige Danmark. Det her var krig. Rigtig krig.

Krigen ændrede på noget inde i Jonas - det kunne han mærke, allerede mens han var udstationeret. Men det var først, da han vendte hjem til Danmark, at det for alvor slog ham: Afghanistan havde skadet ham. Permanent.

Psykisk skadet

DANMARK, 2010-2016: I årene efter udstationeringen fik Jonas det gradvist værre. Han kunne ikke sove om natten, fordi han havde mareridt om fortrængte minder fra krigen. Han udviklede social angst og isolerede sig mere og mere fra andre mennesker. Han var konstant i højeste alarmberedskab; evigt opmærksom på potentielle trusler, som i hans optik var alle vegne. Familien tænkte ikke videre over det. Han var nok bare en forvokset teenager.

- Når han satte sig ved morgenbordet efter en hård nat, så sagde han bare, at han havde hovedpine, fortæller Jonas' mor.

- Det var ikke på min radar, at han kunne være psykisk skadet fra krigen. Det faldt mig simpelthen ikke ind.

På en selvmedicinering

ringscocktail af alkohol og cannabis klarede Jonas sig igennem en gymnasial uddannelse, men da han flyttede til København for at læse på universitetet, ramlede korthuset sammen. Symptomerne tog til, og det samme gjorde alkoholmisbruget. Så meget, at familien til sidst greb ind.

- Vi havde set alle de der tv-programmer med misbrugere, hvor man skriver et brev og siger: Det her er et ultimatum. Enten tager du på afvæning, eller også må du stå på egne ben. Men da var det, at Jonas sagde til os, at det ikke var alkoholen, der var problemet, siger Jonas' mor.

Da Jonas senere blev diagnosticeret, var konklusionen ikke til at tage fejl af: PTSD i allersværeste grad.

Ecstasy som nødløsning

FORÅRET 2016: Jonas flyttede hjem til familien og blev indrullet i Forsvarets sikkerhedsnet. Han blev hjulpet ud af sit misbrug, kom i psykologbehandling og forbrugte et mindre apotek af lykkepiller og antipsykotisk medicin. Men lindring fik han ikke. Tværtimod gjorde medicinen ham bare tykkere og trættede, almindens tanker om selvmord trængte sig på.

Det var på dette tidspunkt - lavpunktet i sin tilværelse - at han stødte på en artikel fra organisationen MAPS, der finansierer forskning i ulovlige rusmidlers medicinske potentiale. I artiklen læste han om amerikanske forsøg, hvor PTSD-patienter var blevet behandlet med MDMA-medieret psykoterapi. Altså, psykoterapi hvor patienten er under indflydelse af rusmidlet MDMA, også kaldet Ecstasy. Resultaterne var overvældende positive.

- Da jeg først læste om det, var jeg meget skeptisk. Jeg tænkte: Ecstasy, det er noget med nogle techno-tosser, der står i en kælder og tramper til musik, jeg ikke gider høre. Men omvendt var jeg så desperat, at jeg var villig til

at prøve hvad som helst, siger Jonas, der brugte de efterfølgende uger på at læse op på MDMA-terapi.

Jo mere han læste, desto mere håbefuldt blev han. Måske kunne dette rent faktisk hjælpe ham. Han forhørte forsigtigt sin psykiater, om denne ville være åben for at afprøve behandlingen, hvis Jonas selv skaffede stoffet. Det, mente psykiateren dog ikke, var en god idé. Han ringede rundt til 10-15 psykoterapeuter og gik bevidst efter de mere alternative af slagsen. Men ingen ville røre MDMA-terapi med en ildtang.

Det var først, da han beklagede sin nød på et online-forum for stofbrug, at han fik en henvendelse fra en selverklæret psykedelisk terapeut, der gerne ville hjælpe.

Heksedoktor og Dark Web

- Da jeg læste Jonas' indlæg, så tænkte jeg, at det kunne jeg godt klare, for jeg havde meget erfaring med at lave terapi med psykedeliske stoffer, siger Fanny Brandt, den føromtalt psykedeliske terapeut.

- Jeg havde ikke arbejdet med MDMA-terapi før og heller ikke PTSD-behandling, men jeg følte, at jeg havde redskaberne til at hjælpe Jonas, siger Fanny Brandt, som er uddannet biolog.

Fanny Brandt var en ubekendt faktor for Jonas. En total fremmed person uden nogen form for psykologisk baggrund, kun sin egen selv-lærte erfaring. Ud fra hendes hjemmeside kunne man endda læse, at hun tidligere havde været både stripdanser og medlem af en heksekult.

Det var en stor mundfuld for en veteransoldat, der allerede havde svært ved at nære tillid til andre mennesker på grund af sin sygdom. Men omvendt kunne hans helbred umuligt blive værre, end det allerede var, så de to aftalte at mødes. - Jeg var meget nervøs, men jeg fandt

hurtigt ud af, at jeg havde tiltro til Fanny. Jeg var ledsaget af min mor, der var afklaret med, at jeg ville prøve MDMA-terapi, og da vi kørte hjem fra mødet, kiggede jeg på hende og sagde: Mor, det er hende her, der skal hjælpe mig, siger Jonas.

Da behandleren var på plads, manglede der kun én ting: Selve stoffet. Jonas og hans mor begyndte at krybe ud i de mørkeste kroge af internettet og fandt en tysk sælger på det såkaldte *Dark Web*; et slags hemmeligt internet, som man skal have en særlig internetbrowser for at tilgå. Derefter gik der ikke mange dage, før en pakke fra Tyskland ankom til hjemmet. - Det var en syret oplevelse. At stå der sammen med min mor, der altid har været meget imod enhver form for stoffer, og hive den der lille pose med MDMA op af pakken. Det var pludselig meget virkeligt, det hele, siger Jonas.

Den første gang

29. SEPTEMBER 2016: Jonas lå på en madras i Fanny Brandts lejlighed i København. Kort forinden havde han taget 150 milligram MDMA. Hjerteret bankede i dobbelttempo, mens han ventede på, at virkningen skulle sætte ind. Og så pludselig, som ud af ingenting, væltede det ind over ham. En bølge af eufori, der skyllede al angst væk.

- Det var meget overvældende, da det ramte, og det stod i stærk kontrast til, hvordan jeg havde det til daglig. Jeg kunne nærmest ikke rumme det, husker Jonas.

Da virkningen var slået ind, begyndte selve terapien. Fanny Brandt spurgte ind til de fortrængte, ubehagelige minder fra tiden i Afghanistan, og han fortalte.

For første gang kunne han huske tilbage uden at føle altoverskyggende ubehag. Faktisk helt modsat: Han ønskede at tale om det.

- Hver eneste gang jeg havde forsøgt at snakke om de



FAKTA

POSTTRAUMATISK STRESSLIDELSE (PTSD)

En relativt langvarig og ikke sjælden kronisk tilstand.

Den kan opstå efter alvorlige eller langvarige psykiske traumer, som ulykker, krig, katastrofer, overgreb (voldtægt, incest) og andre situationer, hvor personen føler sig i livsfare.

Lidelsen kendetegnes ved:

1. Stadig genoplevelse af den skræmmende hændelse både i vågen tilstand og under søvn.
2. Undgåelse af handlinger eller situationer som minder om hændelsen.
3. Irritabilitet, tendens til sammenføren, søvnproblemer, koncentrationsbesvær og humørsvingninger.
4. En følelse af personlighedsforandring.

Kilde: sundhed.dk

FAKTA

MDMA-TERAPI

MDMA, eller Ecstasy, er et ulovligt rusmiddel, der har en række kemiske effekter på hjernen, blandt andet udløsning af lykestoffer, dæmpet angstfølelse og en øget følelse af tilknytning til andre mennesker.

I MDMA-medieret psykoterapi bruges stoffet til at give patienten mulighed for at tilgå ubehagelige minder, som vedkommende ellers ikke ville være i stand til at tale om uden at opleve voldsom angst. Derudover kan stoffet skabe et tæt tillidsbånd mellem patient og behandler. Dette er særligt effektivt mod netop PTSD.

MDMA-terapi vil oftest bestå af to MDMA-medierede terapisesioner suppleret af en række samtaler, hvor patienten ikke er påvirket.



Fynsk lægestuderende opfordrer til mere forskning i Ecstasy

En lægestuderende på SDU har skrevet speciale om såkaldt MDMA-terapi til behandling af PTSD. Ifølge ham er resultaterne så gode, at politikerne bør investere i ny forskning.

Peter Skjødt Mygind
pesmy@jfmiedier.dk

Oliver Hovmand er lægestuderende ved Syddansk Universitet, og han har for nyligt skrevet speciale om MDMA-medieret PTSD-behandling. I læmands termer er det psykoterapi, hvor PTSD-patienten er under indflydelse af det ulovlige rusmiddel Ecstasy.

- Jeg har lavet det, der hedder et litteraturstudie. Det vil sige, at jeg har gennemgået de forskningsresultater, der foreligger på området, siger Oliver Hovmand, der på baggrund af sit studie har konkluderet, at der er god grund til at fortsætte forskningen.

- Resultaterne er meget lovende. Man ser en mærkbar nedgang i PTSD-symptomer hos forsøgspersonerne, og i mange tilfælde er nedgangen så markant, at de ikke længere opfylder kriterierne for PTSD, siger Oliver Hovmand, der opfordrer de danske politikere til at investere i ny forskning på området.

Kæmpede imod forbud

Selvom stoffet MDMA i dag er anset som et ulovligt feststof, så har den en fortid i psykiatrien. Gennem 70'erne og 80'erne var det således meget udbredt i især den amerikanske psykoterapi. Det fik dog en ende, da man gjorde stoffet ulovligt i 1985.

- Da man forbød MDMA, kæmpede psykiatrien imod, for man var meget glade for at have stoffet i det medicinske arsenal. I USA alene blev der givet over en halv million doser MDMA i klinisk praksis, inden det blev forbudt. Men den politiske vilje til et totalforbud var simpelthen for stærk, siger Oliver Hovmand, der tilføjer, at resten af verden hurtigt fulgte trop, da USA forbød stoffet.

Inden for de senere år har forskningen på området fundet nyt momentum. Man har således udført nye fase 2 for-

søg, der skal teste effekten af stoffet på en begrænset patientgruppe.

På baggrund af disse resultater har myndighederne i USA godkendt fase 3 forsøg - den sidste fase, inden MDMA kan relanceres som lægemiddel.

- Den nye forskning er i høj grad koordineret af en organisation, der hedder MAPS. Det er en interesseorganisation, der arbejder for reintroduktion af rusmidler i medicinsk regi, siger Oliver Hovmand.

Patienter bør screenes

MAPS' forskningsresultater har også fundet vej til undergrundsmiljøer i Danmark.

Et eksempel på dette er krigsveteranen Jonas, der gik i hemmelig MDMA-terapi efter at have læst en artikel fra MAPS. Jonas blev PTSD-fri som følge af behandlingen, og ifølge Oliver Hovmand er han et skoleeksempel på det, som den hidtige forskning viser.

- Umiddelbart passer han profilen: Mangeårig PTSD-patient, der ikke oplever bedring af konventionelle behandlingsmetoder. Han bliver symptomfri som følge af to MDMA-sessioner og nogle supplerende samtaler, hvilket til forveksling ligner det, man ser i forskningen, siger Oliver Hovmand, der dog har sine betænkeligheder ved terapeuten i Jonas' tilfælde.

- Rent lægevidenskabeligt screener man folk for svær psykisk sygdom, foruden PTSD'en, inden man lader dem indgå i disse forsøg. Så det lyder ikke hensigtsmæssigt, at behandlingen i dette tilfælde ikke har haft en lægefaglig baggrund, siger Oliver Hovmand.

her ting med min psykolog, var jeg endt med at ligge i hjørnet, helt lammet af angst, og græde. Det var der intet af her. Jeg følte virkelig, jeg lavede et kvantespring i min bedring på ganske få minutter, siger Jonas.

Da Jonas' mor senere den aften hentede sin søn, var han som forandret: Rank, energisk, smilende. Den nat sov han for første gang i syv år en hel nat uden at blive vækket af mareridt. Der gik dog ikke mere end et par dage, før symptomerne vendte tilbage. Men ikke helt på samme måde.

Anden gang er lykkens gang

9. NOVEMBER, 2016: Jonas var tilbage på madrassen hos Fanny Brandt. MDMA'en pumpede i kroppen, men det var knap så overvældende som første gang. Denne gang var det mere målrettet, mere terapeutisk, og dosen var betydeligt højere. Denne gang overnattede Jonas hos Fanny Brandt, og da han dagen efter blev hentet af sin mor, var han ikke helt lige så glad som sidst.

- Vi snakkede ikke ret meget på køreturen hjem. Jeg havde brug for at fordøje alle de indtryk, jeg havde oplevet under sessionen. Da vi kom hjem, gik jeg direkte i seng og sov hele dagen, men da

jeg vågnede morgenen efter, havde jeg en glæde og en tilfredsstillelse, som ikke var til at tage fejl af. Den morgen gik jeg ud til min mor og sagde: Jeg tror ikke, jeg har PTSD længere, siger Jonas.

Jonas greb bilnøglerne og kørte en tur ind til den nærmeste, større by, hvor han parkerede foran det lokale storcenter. For godt en måned siden havde de mange mennesker, der vrimlede omkring ham, fået Jonas' PTSD til at eksplodere, men denne morgen følte han ingenting.

- Der brød jeg faktisk sammen af glæde. Jeg satte mig ind i bilen, fuldstændig grædefærdig. Jeg kunne ikke forstå det; stoffet var helt ude af kroppen, men opturen fortsatte bare, siger Jonas.

Som at lære at gå igen

SEPTEMBER, 2017: Det er snart et år siden, at Jonas fik sin anden og sidste MDMA-session. Han har ikke haft PTSD-symptomer siden. At han har fået det bedre, kan man se ved bare at kigge på ham: Fra at være en overvægtig, sammenkrøllet mand, er han i dag en relativt slank herre med en rank ryg og sund livsstil. Han går stadig til psykolog, for selv om PTSD'en er væk, har han stadig brug for hjælp.

- Det sidste år har været

som at lære at gå igen. Jeg har skullet lære, hvordan man er social og omgås andre mennesker. Det har været hårdt, for selvom jeg har haft min psykolog, så har jeg ikke kunnet fortælle ham eller nogen andre om det, jeg har gjort. Jeg har stået meget på egne ben, siger Jonas, der ville ønske, at hans behandler, Fanny Brandt, havde haft de psykologiske redskaber til at hjælpe ham.

Dette kan Fanny Brandt godt forstå. Men hun mener alligevel ikke, at hun har gjort noget forkert ved at behandle Jonas på trods af sin manglende psykologiske baggrund.

- Da Jonas kom til mig, havde han allerede været igennem det konventionelle system, og jeg var ligesom hans sidste chance. Desuden virkede han som en stærk person, som jeg havde tillid til kunne klare et intenst psykisk trip som dette, siger Fanny Brandt.

Selvom Fanny Brandts baggrund måske ikke er optimal, så vil hun for altid være kvinden, der gjorde Jonas rask. Og spørger man Jonas' mor, så ligger det egentlige problem et helt andet sted.

- Jeg har lyst til at skribe ud til verden: Hvorfor fanden er det her ikke lovligt? Hvorfor sidder der psykiatere rundt omkring og propper PTSD-

Jonas gik med PTSD i syv år, men efter to MDMA-sessioner var han rask. Foto: Peter Skjødt Mygind

patienter med medicin, når der er et alternativ som MDMA-terapi? Stakkels de forældre, der gennemgår alle de ting, som vi er gået igennem med Jonas, men som aldrig får den slutning, som vi har fået, siger Jonas' mor og fortsætter:

- Det, vi har oplevet, er et mirakel. Jeg er stadig dybt modstander af at bruge stoffer til fester og den slags, men når det kommer til medicinsk behandling, så kan det kun gå for langsomt med at få det lovliggjort.

Hun bakkedes op af sin søn: - Det er synd, at der så mange, som kunne have glæde af det her, som aldrig bliver introduceret til det. Og det kunne være endnu bedre, hvis man kunne få professionel hjælp til det, siger Jonas.

"Jonas" ønsker ikke at stå frem med sit rigtige navn, da han håber at vende tilbage til studie- og arbejdslivet i en nær fremtid, og han ønsker ikke, at en fremtidig arbejdsgiver skal kende til hans tidligere brug af MDMA-terapi. Fyens Stiftstidende er bekendt med hans identitet.