



Paddo's als medicijn tegen angst en depressie

Jenny Vellhuys - 02/12/16, 18:32



© anp.

THERAPIE Paddo's blijken een goed middel om mensen met kanker te helpen bij angst- en depressieklachten. Dat blijkt uit twee Amerikaanse studies die gisteren zijn gepubliceerd. Na een paddotrip zag een hoog percentage van deze mensen - zo'n 40 procent van de mensen met kanker leidt aan angst- en depressieklachten - opnieuw de zin in van het leven, zelfs als ze niet beter zouden worden.

In 2012, een paar jaar nadat Carol Vincent was gediagnosticeerd met non-Hodgkin, was ze aan het wachten of haar kanker zich voldoende zou ontwikkelen om chemotherapie of bestraling nodig te hebben. De ziekte had er al voor gezorgd dat de lymfeklieren op haar kin, sleutelbeenderen en liezen waren opgezet. Ze vocht tegen de symptomen terwijl ze ondertussen haar eigen marketingbedrijf runde. Daarnaast ging ze ook nog eens door de menopauze. "Het leven is een aanschakeling van zinloze zorgen, en dan ga je dood," was haar gedachte, zo vertelde ze aan tijdschrift [The Atlantic](#).

Op een gegeven moment vroeg ze zich af of het niet beter zou zijn als ze gewoon door een auto aangereden werd. Dan was het allemaal afgelopen. Toen realiseerde ze zich dat haar psychische gezondheid inmiddels net zo slecht was als haar lichamelijke. Vlak daarna stuurde haar 27-jarige zoon haar een link met een uitnodiging van de John Hopkins universiteit. Kankerpatienten met angst- en depressieklachten werden uitgenodigd zich aan te melden om mee te doen aan een onderzoek naar de effecten van psilocybin, de werkzame stof in paddo's. Ze besloot mee te doen.

Persoonlijkheidsverandering

Mensen met kanker ontwikkelen vaker depressie- en angstklachten. Bijna 40 procent van alle kankerpatienten heeft klachten die zo ernstig zijn dat ze voldoen aan de criteria voor een stemmingsstoornis.

Antidepressiva helpen vaak niet omdat de oorzaak existentieel is, psychologische begeleiding belooft al iets betere resultaten. Maar die lijken niet zo significant als het effect van psychotherapie in combinatie met hallucinerende middelen.

Het is niet de eerste keer dat de effecten van paddo's op psychische klachten van kankerpatienten zijn onderzocht. Hallucinerende middelen als LSD en paddo's veroorzaken een verandering in je gedachtepatronen en emoties. In de jaren vijftig en zestig suggereerden verschillende onderzoeken dat deze stoffen effectief zouden kunnen zijn bij het bestrijden van psychische stress bij kankerpatienten.

Daarna hield het onderzoek op vanwege het grootschalige recreatieve gebruik van deze middelen in de jaren zestig en de risico's daarvan. LSD en paddo's kregen een slechte naam. Dat lijkt de laatste jaren echter te veranderen. Sinds 2000 worden de stoffen opnieuw onderzocht.

Veelbelovend

Het begon met studies naar kleine groepen van bijvoorbeeld twaalf deelnemers. De uitkomsten waren positief. Aan de twee laatste onderzoeken, uitgevoerd door de universiteit van New York en de John Hopkins universiteit, deden tachtig patienten met (ongeneeselijke) kanker en stemmingsklachten mee. De resultaten werden gepubliceerd in *The Journal of Psychopharmacology*. En die zijn veelbelovend.

Het had een groot eng monster kunnen zijn dat op het punt stond me te verscheuren. Maar dat was het niet.

Deelnemer onderzoek

Er is nog steeds humor in het leven, nog steeds schoonheid.

deelnemer onderzoek

Verwant nieuws

Experimenteel vaccin tegen huidkanker te krijgen - 27/11/16

Geke's wanhopige gang door de psychiatrie - 27/11/16

(566 woorden) Een open godsbeeld is veel aantrekkelijker - 29/11/16

Nuttige links

[Blog Bionische Vrouw](#)

Nationale Wetenschapsquiz

Meer over

[Drugs](#) | [Wetenschap](#) | [Kanker](#) | [Gezondheid](#)

Blok berispt 'gierige woningcorporaties die stuivers poetsen'

Respect voor de leraar is belangrijker dan een veertiende maand

CBS: kans op duurzaam huwelijk steeds kleiner

Gemeenten maken werk van integratie

Polderpeil

Moeten psychiaters meedenken over de vraag of iemands leven voltooid is?

Ja, zij kunnen goed vaststellen waarom iemand een doodswens heeft
569 (15%)

Nee, psychiaters zijn er niet om waardeoordelen te geven
3239 (85%)

Totaal **3808**

Lees ook: [Psychiaters vrezen rol bij voltooid leven](#) - 21/10/16

Puzzel mee op Trouw

vandaag

- 17:19 [Straks geen gas meer thuis. Wat dan?](#)
- 09:12 [Een veilige werkplek in rood licht](#)
- 15:35 [Begrijpend lezen is een achterhaald vak](#)
- 15:32 [Bierfiets nog niet verbannen uit centrum Amsterdam](#)
- 15:26 [Verantwoord beleggen? Het kan de particulier ...](#)
- 12:33 [Nederlands onderwijs is slechter geworden](#)
- 11:41 [De harde kern van het gezin is bij ma](#)
- 15:16 [Meisje \(7\) uit Aleppo valt stil op Twitter](#)
- 10:26 [Niet realistisch: de files oplossen met 1200 ...](#)
- 10:12 [Onderzoek: ADHD-medicatie onschadelijk op lange ...](#)
- 19:03 [Naorlogse woonwijken niet meer van deze tijd](#)
- 15:12 [De revolutionaire kracht van eergevoel](#)
- 23:15 [Elkaar elke ochtend even bellen](#)

[Volledig overzicht](#)

5 meest gelezen

1. [Koreaanse wiskundige smult van kroketten en taal](#)
2. [GeenPeil begrijpt niets van het uitgangspunt van de democratie](#)
3. [Begrijpend lezen is een achterhaald vak](#)
4. [Staatscommissie: Kind moet vier ouders kunnen krijgen](#)
5. [De opkomst van de partijloze burgemeester](#)



Mevrouw Vincent nam deel aan het onderzoek van de John Hopkins Universiteit. Aan The Atlantic vertelde ze hoe ze in een laboratorium met een huiskamerachtige sfeer haar trip onderging. Ze kreeg een oogmasker om visuele prikkels tegen te gaan en een koptelefoon met instrumentale muziek. Ze zag een zee van groen en paars, een 'diep-ruimtelijke leegte', Egyptische schepen, Russische poppen. En toen plopte ineens een klein wit krabje uit haar lichaam. "Het is kanker de krab," dacht ze.

"Het had een groot eng monster kunnen zijn dat op het punt stond me te verscheuren. Maar dat was het niet, en dat besef bracht een soort komische opluchting. Er is nog steeds humor in het leven, nog steeds schoonheid," tekent The Atlantic op uit haar mond.

Wetenschappelijke consensus

Joost Brekkeema (34) is afgestudeerd filosoof en voorzitter van stichting OPEN, een Nederlandse interdisciplinaire organisatie die wetenschappelijk onderzoek naar psychedelica stimuleert.

Het enige wat we tot nu toe op de resultaten kunnen aanmerken, is dat het om relatief kleine groepen mensen gaat.

"Afgelopen zomer organiseerden we een groot congres in Amsterdam. De wetenschappers die betrokken zijn bij de twee laatste studies naar

Joost Brekkeema, voorzitter stichting OPEN

psilocybin waren daarbij ook aanwezig. In de wetenschappelijke wereld bestaat inmiddels redelijke consensus over de werkzaamheid van psilocybin. Ieder onderzoek laat min of meer hetzelfde zien."

Klachten van depressie en angst nemen af. Deelnemers krijgen een groter gevoel van welbevinden. Bovendien zijn er weinig tot geen nadelige gevolgen. Iemand wordt weleens misselijk, sommige deelnemers krijgen last van hoofdpijn. Maar een deelnemer had tijdelijk last van paranoïde denkbeelden na de trip.

Brekkeema: "Het enige wat we tot nu toe op de onderzoeken kunnen aanmerken, is dat het om kleine groepen deelnemers gaat. Voordat een medicijn kan worden goedgekeurd moet het drie onderzoeksfasen doorlopen. Deze onderzoeken waren de laatste in fase twee. Bij de derde fase moet een medicijn in grote groepen en verschillende onderzoekscentra worden getest. Dat is duur."

Ander perspectief

Waarom werken psychedelica eigenlijk? Brekkeema: "Dat is de million dollar question. Het effect is sterk gecorreleerd aan het hebben van een mystieke ervaring. Je onderdeel voelen van iets groeters, iets transcendentiaals of spiritueels. Hoe hoger mensen daar tijdens de trip op scoren, hoe sterker hun mentale gezondheid daarna verbetert. Ze krijgen een ander perspectief op 'de onzin van hun zorgen' over de vraag of ze beter worden."

Bij antidepressiva moet je weken wachten voor ze beginnen te werken, en dan is het nog niet zeker.

Joost Brekkeema

Die mystieke ervaring is ook wat het verschil maakt met andere farmaceutica. Brekkeema: "Bij antidepressiva moet je weken wachten voordat ze beginnen te werken, en dan is het nog niet zeker. Bij psilocybin gaat het niet alleen om de farmacologische werking, de werking is sneller en dieper dan bij andere therapieën. Je neemt het ook maar een keer. De ervaring kan een blijvend effect hebben op de manier waarop je in het leven staat."

Vijf tot tien jaar

Brekkeema studeerde als filosoof af op mystieke ervaringen. "Ik ben er altijd gefascineerd door geweest, maar heb er zelf niet een gehad. Al heb ik wel geëxperimenteerd met paddo's. Ik heb daar zinnige ervaringen aan overgehouden, maar geen totale eenwording met het universum ofzo."

Ik heb er zelf zinnige ervaringen aan overgehouden, maar geen totale eenwording met het universum.

Joost Brekkeema

De positieve uitkomst van de studies heeft volgens hem ook te maken met de setting waarin het middel werd gebruikt. Carol Vincent werd bijvoorbeeld begeleid door twee gekwalificeerde toezichhouders. Die vertelden haar dat ze niet bang moest zijn als ze iets engs zag, maar er juist naartoe moest lopen. Brekkeema: "Het effect van deze behandeling zit hem juist in de combinatie van hallucinerende middelen met psychotherapie."

Bij Carol Vincent keerden haar gevoelens van angst en depressie niet terug. "Het voelt alsof in verbinding heb gestaan met iets dat groter is dan mezelf." Of dat echt zo is, laat Brekkeema het liefst in het midden. "Het is een interessante filosofische vraag. Maar uiteindelijk maakt het antwoord niet uit voor de impact die zo'n ervaring op het dagelijks leven van mensen kan hebben."

In de toekomst is het best mogelijk dat psilocybin ingezet wordt als medicijn. "Als het lukt om de derde fase-onderzoeken op te zetten en de resultaten daarvan hetzelfde zijn als tot nu toe werd gemeten, kunnen paddo's over vijf tot tien jaar beschikbaar zijn voor mensen met psychische klachten door kanker," denkt Brekkeema.

Resultaten onderzoeken

Bij het onderzoek van de universiteit van New York waren 29 deelnemers betrokken. Ze werden in twee groepen verdeeld. De onderzoeksgroep kreeg eenmalig een hoge dosis psilocybin, de controlegroep kreeg een placebo. Beide groepen ondergingen psychotherapie. Het effect van psilocybin was

een snelle en ononderbroken vermindering van de angst en depressieklachten die minstens zeven weken aanhield.

Bij het onderzoek van de John Hopkins universiteit waren 51 mensen betrokken. Zij werden aan twee sessies blootgesteld, waarbij ze eenmalig een hoge dosis psilocybin kregen en eenmalig een dosis die zo laag was dat die als placebo kan worden aangemerkt. Ze wisten niet van tevoren wat ze zouden krijgen. Zes maanden na de sessie met een hoge dosis was bij 80 procent van de deelnemers nog steeds sprake van een significante vermindering van angst- en depressieklachten. Daarnaast rapporteerden ze een betere stemming, een beter gevoel over hun relaties en meer levensvreugde.

[Volg Trouw op Facebook](#)

[Volg Trouw op Twitter](#)

Plaats een reactie!

Deel jouw mening met de andere bezoekers

[Meld je aan](#) of [registreer je](#) om een reactie te plaatsen!

16 reacties

novares

@NoFilesDaantje ik vind u vaak uitmunten in stoere reacties en ook nu weer herkenbaar hameren op de zegeningen van zelfverworven zelfstandigheid en eigenzinnigheid

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 04/12/16 19:26

Meneer Dick

@ja, ja. Het zijn zieke mensen die paddo's en zo gebruiken, hele zieke mensen. Dat "... krachtige onafhankelijke vrije geest ..." verzint u maar. Er zijn meer krachtige onafhankelijke mensen met een vrije geest, die geen paddo's gebruiken dan er zijn die wel paddo's gebruiken, absoluut en relatief meer. Bij u lijkt 't alsof 't voordelig is om zo ziek te zijn. "Er zijn immers die paddo's en zo om die ziekten te verlichten" lijkt u te beweren. Is het daarom dan een voordeel om zo ziek te zijn?

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 04/12/16 12:44

Anna M.

@Nico: zo lees ik het helemaal niet, van NoFilesDaantje. Integendeel, eigen inner. krachten aanboren en bundelen. Zó lees ik het, waarom u niet?. Het is trouwens "peil op trekken", korte ei. . Iedereen is bijzonder en dat is weer gelijkwaardig!

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 04/12/16 12:20

Josmeijer

Het is de vraag of het nu zozeer de psychofarmaca zijn die het wonder verrichten. Het lijkt erop dat het probleem van depressies en angsten is dat je steeds meer (en uiteindelijk alleen maar) met jezelf bezig bent, Een "state-of-mind" die extra wordt versterkt door het huidige marktdenken waar je ook overal alleen voor staat en alleen winnaars tellen. . Elk middel wat je uit die neerwaartse spiraal brengt is goed. Dit is een paardemiddel maar wel lekker makkelijk.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 04/12/16 09:32

Ja,ja

@nofliesdaantje, hoezo? . Gaan een krachtige onafhankelijke vrije geest en drugs niet samen dan? . En waarom moeten mensen die geen drugs gebruiken zich door het leven slaan? . Of is dat voor iedereen duidelijk, behalve voor mij? . Het stuk ging overigens over medicijnen en er deden 80 mensen met ongeneeslijke kanker mee... . En dan was er nog de komische -door mij gelezen als kosmische...beetje dom-opluchting, die perspectief geeft op de onzin van de vraag of ze beter worden. . Van harte gegund.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 03/12/16 20:43

Meneer Dick

De in dit verhaal genoemde mensen, die paddo's en zo gebruiken, die zijn allemaal ziek. Zij zijn echt heel ziek!

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 03/12/16 12:58

TJ Drijver

Langzaam maar zeker komen we er achter dat drugs niet des duivels zijn maar je op weg kunnen helpen door oa blokkades weg te nemen en meer inzicht te krijgen. . Nu conservatief Nederland nog zien te overtuigen maar we gaan zeker steeds meer gebruik maken van wat de natuur ons te bieden heeft. En Terecht.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 03/12/16 10:07

P. Derks

Paddo's hebben in de middeleeuwen al voor grote consternatie gezorgd door hallucinaties. Denk aan hallucinatie dat men soms dacht een weerwolf of heks te zijn.... met gevolg vele rechtszaken. De kerk had zelfs grote moeite om dit in te dammen.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 03/12/16 09:22

Malohe

Dan kan het toch veel breder gebruikt worden bij allerlei angsten en vormen van

depressie?

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 03/12/16 06:13**P. Derks**

Van paddo's krijgen mensen ernstige hallucinaties. Dat hebben ze in de middeleeuwen goed ervaren. Zo waren er gebruikers van paddo's, die overtuigd waren dat ze heks of weerwolf waren. Gevolg: vele burgerlijke rechtszaken met de doodstraf. De R.K. kerk was nodig om (middels de inquisitie, kerkelijke rechtbanken) die rechtszaken te beëindigen.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 03/12/16 02:00**Anna M.**

Als mensen zware, ongeneeslijke ziektes, pijnklachten, hebben, is het prima om middelen te gebruiken, wiet, paddenstoelen, kruiden enz. Nood breekt wet! Maar verder...ben ik het eens met @NoFliesDaantje: eigen aangeboren wilskracht en geestkracht mobiliseren- die bezit iedereen!- op eigen kracht erdoor heen. De échte oorzaken zoeken, ev. de juiste hulp zoeken. Anders raak je van de regen in de drup: heb je nog steeds dezelfde problemen en er ook nog een verslaving én afhankelijkheid bij.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 02/12/16 22:27**Nico**

@ NoFliesDaantje: Je bedoelt die mensen die gewoon stom geluk hebben? Meer is het eigenlijk niet. Daar kan je geen pijn op trekken. Of voel jij je graag o zo bijzonder of zelfs uitverkoren?

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 02/12/16 21:18**carel**

Vanuit de farma mafia wordt deze therapieën zoveel mogelijk gesaboteerd. Voor plantaardige simpele producten is er zelfs een verbod om reclame te maken! De farma industrie werkt voor WINST. Het streven is niet te genezen maar om patiënten aan de pillen te krijgen. Die bestrijden symptomen, maar genezen meestal niet, wel raakt men tijdelijk van symptomen af. Tegen de bijwerkingen zijn dan weer nieuwe "medicijnen" nodig, wat een sneeuwbaaleffect geeft. De patiënt heeft zo levenslang medicatie nodig 24/7!

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 02/12/16 20:41**contributor**

Echt zonde dat zo'n supermiddel als LSD altijd zo gedemoniseerd en gecriminaliseerd is. Het had zoveel mensen kunnen helpen.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 02/12/16 19:29**NoFliesDaantje**

Wat mij nou vooral interesseert is die hele kleine groep mensen die niet depressief raken, de mensen die zo'n sterke wil en zo'n krachtige onafhankelijke vrije geest hebben dat ze geen drugs, danks of psychedelica nodig hebben om zich door het leven heen te slaan.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 02/12/16 19:24**Barendtz**

Dit was toch al langer bekend? Mensen met een PTSS probleem hebben al langer baat bij psylosebine. In huis, tuin en keuken wijsheid is het in het Oosten des lands een probaat middel tegen herfstdepressie. Aardig dat het nu ook onderbouwd wordt. Misschien wordt er nu ook begrepen wat geestverruimende middelen betekenen. Je kunt het gewoon in de natuur vinden.

Beledigend? Ongepast? [Meld het ons.](#) 02/12/16 19:17

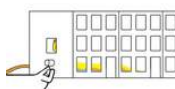
16 reacties

»

[alle artikelen](#)

07/12/16 17:19

Straks geen gas meer thuis. Wat dan?



MILIEUPLAN Stoken en koken op aardgas: de pakweg zeven miljoen Nederlandse huishoudens die dit ...

07/12/16 09:12

Een veilige werkplek in rood licht



PROSTITUTIE Grote bordelen waar sekswerkers op een 'veilige en transparante manier' een werkplek ...

06/12/16 15:35

Begrijpend lezen is een achterhaald vak



OPINIE Nederland is het enige land in Europa waar begrijpend lezen een apart vak is. Dat is ...

06/12/16 15:32

Bierfiets nog niet verbannen uit centrum Amsterdam



De bierfiets hoeft voorlopig toch niet weg uit de Amsterdamse binnenstad. De ...