



HAVI AKTUÁLIS



drogkutató
intézet

AZ AYAHUASCA RENESZÁNSZA

GULYÁS ÉVA

A pszichedelikumok reneszánsza a szemünk előtt zajlik. Mi sem támasztja ezt jobban alá, minthogy a 2020-as évtől kezdve csak a PubMed oldalán minden évben több, mint ezer tudományos cikk jelent meg a pszichedelikumokkal kapcsolatban. Azonban a legfrissebb kutatási eredményeket közlő cikkek sokszor nem érnek el a laikus olvasóhoz, ha mégis, akkor pedig a szakkifejezések sokasága teszi nehezen értelmezhetővé azokat. Mindezek ellenére az idei év eseményei után talán kijelenthetjük, hogy nincs olyan ember, aki ne olvasott/hallott volna a médián keresztül a pszichedelikumok valamelyikéről. Ugyanakkor a médiában megjelent írások gyakran szenzációhajhász módon közölnek pontatlan információkat, így végül az olvasó magára marad a hírek áradatában.

Júliusban jelent meg a Netflixen a “Hogyan irányítsd az elmédet” (How to change your mind) című 4 részes minisorozat, mely az LSD, a pszilocibin, az MDMA és a meszkalin történetét és esetleges felhasználási lehetőségeit mutatja be. Szintén ebben a hónapban járta be a magyar sajtót egy közismert celeb nem túl szerencsésen végződő ayahuasca szeánszának híre, amely rávilágított arra, hogy a nem megfelelő fizikai és szociális környezet milyen veszélyeket rejthet egy ilyen szertartás során. Augusztusban több hírportálon olvashattunk arról, hogy a pszilocibin (egyes gombafajokban található hatóanyag) gyógyíthatja az alkoholizmust. Végül pedig mi sem támasztja jobban alá a pszichedelikumok népszerűségét, hogy a Frontiers napokban megjelent 2022-es “TOP 10 legnépszerűbb kutatási

területek” -ről összeállított listájában a pszichedelikus terápia – a dobogóról épphogy lemaradva – a 4. helyen végzett (URL1).

Néhány héttel ezelőtt az ayahuasca témakörében érdeklődők egy színvonalas előadáson vehettek részt a Drogrporter szervezésében, ahol egy átfogó beszélgetésre került sor a terület hazai szaktekintélyeivel (URL2). “A természeti népek és meszticék “szent orvosságként” (“la sagrada medicina”) tekintenek az ayahuascára, míg egyesek napjainkban sem látnak többet bele, mint csupán egy piszkos drogot” - hangzott el Dr. Frecska Ede pszichiátertől. Köztudott, hogy az Amazonas menti népek a főzetet évszázadokon át használták gyógyításra, testi-lelki bajokra, illetve vallási vagy más törzsi rituálék során. De vajon miért ilyen eltérő a pszichedelikumokkal kapcsolatos közvélekedés? Habár a pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiában borítékolható, hogy nem az ayahuasca lesz az elsődleges befutó, (sokkal inkább az MDMA vagy a pszilocibin) ennek ellenére egyre növekvő laikus és tudományos érdeklődés veszi körül.

Mit is tartalmaz az ayahuasca?

Az ayahuasca főzetben levő dimetiltriptamin (DMT) az egyik legelterjedtebb pszichedelikus vegyület a természetben. Dél-Amerikában a legfőbb forrásai a *Diplopterys cabrerana* és a *Psychotria viridis* növények. Talán kevésbé ismert, hogy a DMT szintéziséhez szükséges enzim (indoletilamin-N-metiltranszferáz) széles körben megtalálható az emberi szervezetben, legnagyobb mennyiségben a tüdőben, a pajzsmirigyben és a mellékvesében fordul elő. A DMT fiziológiai szerepe még nem teljesen tisztázott. Eddigi tudásunk alapján a cirkadián ritmusban lehet valamilyen szerepe és a REM fázisok alatt a tobozmirigy termeli kis mennyiségben. Ettől nagyságrendekkel nagyobb koncentrációk szabadulhatnak fel születéskor és halál közeli állapotokban, amikor az agy erős hypoxiás stressznek van kitéve (Schlag és mtsai, 2022; Szabó és mtsai, 2015; Frecska és Szabó, 2013). Mivel a DMT könnyen és gyorsan lebomlik a testben, a hagyományos ayahuasca

főzetben MAO ([monoaminoxidáz](#)) gátlókat használnak a pszichedelikus hatás elérése érdekében. Ezek a főzet másik fő komponensében a *Banisteriopsis caapi* nevű indában találhatóak, mely rendkívül gazdag harmin, harmalin és tetrahidroharmin alkaloidokban (Szabó és mtsai, 2015).

A tiszta, kristályos DMT-nek biológiai-farmakológiai és mint pszichoterápiás kiegészítő alkalmazási módját is vizsgálják. Eddigi eredmények szerint immunmoduláló hatással bír, illetve jelentős gyulladáscsökkentő hatású anyag, amely részt vesz a természetes védelmi/gyógyulási mechanizmusokban. (Frecska és Szabó, 2013) A megfigyelt lélektani és spirituális hatásokért kérdéses, hogy egyedül a DMT felelős-e, ugyanis az ayahuasca főzetben más bioaktív vegyületek, például antioxidánsok is vannak.

A főzet hatása körülbelül 4-8 órán át tarthat. A közvetlen fizikai hatások nagyrészt negatívak; hányás és hasmenés (vagy "tisztulás") követheti az ayahuasca fogyasztását. Ezeket a tüneteket olyannyira gyakran tapasztalják, hogy sokan úgy vélik, ezek az élmény lényeges összetevői, és segítenek a test "megtisztításában". A hányás és a hasmenés nem megfelelő felügyelet mellett potenciálisan végzetes lehet, mivel rendkívül dehidratáló hatásúak (URL3).

Az ayahuasca terápiás potenciálját olyan mentális állapotokban vizsgálják, mint az addikciók, szorongás, depresszió, poszttraumás stressz szindróma vagy más traumák (Schlag és mtsai, 2022).

Az ayahuasca és más pszichedelikus szerek nem említhetőek egy lapon az otthon szedett gyógyszerekkel. A pszichedelikus-terápia során a set-setting-reintegráció hármának kiemelkedően fontos szerepe van. Az illegális használat során gyakran fordul elő ezek valamelyikének, esetleg mindegyikének teljes elhanyagolása, mely valós veszélyeket hordoz magában.

A "set" a felhasználó gondolkodásmódját, szándékát, elvárásait és kozmológiáját, valamint az előkészítést foglalja magába. Az előkészítés során fontos az olyan személyek kiszűrése, akiknél

félő, hogy pszichotikus epizódot okozhat egy intenzív élmény. Ilyen rizikófaktor lehet a borderline személyiségzavarra, a skizofréniára vagy a bipoláris zavarra hajlamos, illetve olyan személyek részvétele, akiknek előtörténetében súlyos alkohol-, vagy egyéb illegális drog-abúzus fordult elő. További kizáró ok a neurológiai betegség vagy a rendellenes vérkép, vérnyomás, EKG, metabolikus szindróma, aneurizma, glaukóma, számos máj- és veseelégtelenség, valamint egyes mozgásszervi betegségek. A "setting" az a fizikális és szociális környezet, amelyben a szertartás lezajlik, mely fontos, hogy otthonos, támogató, megfelelően felügyelt legyen. A szertartás lezajlását követően az utánkövetés is nélkülözhetetlen, amikor is a résztvevő(k) megfelelő lélektani, szociális, spirituális támogatásban részesülnek, szakszerű segítséget kapva egy esetleges kihívást jelentő élmény feldolgozásában (Szabó és mtsai, 2015).

Milyen valós és valótlan veszélyeket rejthet az ayahuasca?

A következőkben Schlag és munkatársai által végzett kutatásban megfogalmazott pontokon haladunk végig (Schlag és mtsai, 2022).

- **Függőség**

A függőség kialakulásának kockázata viszonylag alacsony. Azonban a drog használatának élményétől való viselkedéses függőség alakulhat ki. Bár a tea fogyasztását sokan "nyomorúságosnak" írják le, egyesek gyakran használják az anyagot önterápiai cézzattal (URL3).

- **Önmagát és másokat károsító ártalmak**

Ahogy fentebb már kifejtésre került, a megfelelő set és setting kulcsfontosságú a pszichedelikus szerek hatása alatt. Felkészületlen egyéneknél és/vagy nem biztonságos környezetben a pszichedelikus szerek hatása veszélyes viselkedéssé eszkalálódhat.

- **Kihívást jelentő tapasztalat**

A pszichedelikus hatás alatt előfordulhat a “rossz trip” vagy terápiás nyelven: “kihívást jelentő élmény”. Pontos definíciója nincsen, de a legtöbb esetben félelem, szorongás, diszfória és/vagy paranoia érzései jelentkeznek. Így kiemelkedő fontosságú az efféle élményekre felkészülni, és amennyiben megtörténik, úgy szükségessé válik ezek integrációja. A setting és az alkalmazott dózis kulcsfontosságú a pszichés élmény előrehaladásában.

- **Súlyos mentális egészségi hatások, beleértve a pszichózist és az öngyilkosságot**

Bár ezek az esetek különösen ritkák, a set és setting elhanyagolása hozzájárulhat ezen mellékhatások kialakulásához. Ez a kockázat nagymértékben csökken a pszichiátriai szűréssel. A pszichotikus betegségekre hajlamos személyeket kizárják a pszichedelikus szerekkel történő klinikai kezeléssel.

- **Hallucinogének okozta tartós percepciózavar (HPPD)**

A pszichedelikus szerekkel kapcsolatos gyakori felfogás, hogy a drogélmény "flashbackeket" idéz elő, jóval az akut hatások megszűnése után. Azonban ezeket más pszichoaktív szubsztanciák, például az alkohol vagy a benzodiazepinek is okozhatják. A legtöbb esetben ezek a mellékhatások enyhék, és az idő múlásával csökken az időtartam, az intenzitás és a gyakoriság.

Ha ezek a tünetek elhúzódnak és szorongást okoznak, a szindrómát HPPD-nek nevezzük.

A HPPD előfordulása klinikai kontextusban sokkal alacsonyabbnak tűnik, ami talán a hatékony szűrésnek és előkészítésnek köszönhető.

- **Szív- és érrendszeri hatások**

A pszichedelikus szerek rövid életű hatást gyakorolhatnak, többek között a szívfrekvenciára, a vérnyomásra, a pupillaméretre és a testhőmérsékletre. A résztvevők

leggyakrabban tachycardiát tapasztalnak. A káros hatások leginkább nagyobb dózisoknál figyelhetők meg és az ayahuesca más anyagokkal történő keveredése esetén a kockázatok jelentősen megnőnek.

• Szerotonin szindróma

Amennyiben elmarad a megfelelő előszűrés, az antidepresszánsokat szedő egyéneknél előfordulhat a szerotonin szindróma kialakulása, mely könnyen életveszélyes lehet. A főzetben található MAO gátló harmala alkaloidák és az antidepresszánsok közötti kölcsönhatás kialakulása miatt a vérplazmában mérhető szerotonin szint megemelkedik, mely a szerotonin receptorok túlaktiválódását vonja maga után. A tünetek lehetnek enyhék, de akár életveszélyes mértéket is ölthetnek (Callaway és Grob, 1998).

Az utóbbi években egy másik útvonal is kínálkozik a hallucinogén számára, mégpedig azoknak a kémiai úton módosított, biztonságosabb változatának előállítására, amellyel a fentebb felsorolt kellemetlen mellékhatások elkerülhetőek lehetnének. Az ibogainból (Afrikában termő Tabernanthe iboga bokor gyökerében és kérgében megtalálható hallucinogén alkaloid) már létrehozta egy nem-hallucinogén pszichedelikus változatot, mely terápiás potenciállal rendelkezik (Cameron és mtsai, 2021).

Napjainkban egyre több helyen olvashatunk az ayahuasca "életet megváltoztató" tulajdonságairól, mellyel valóságos ayahuasca-turizmus indult be Kolumbiában, Ecuadorban és Peruban. A magyarországi tea-szeánsz incidens után, szintén számos külföldi és hazai híresség ayahuasca beszámolóját olvashattuk (URL4). Az utazók vagy kifejezetten azért jönnek, hogy meglátogassanak egy elvonulást, vagy előfordul, hogy ad hoc jelentkeznek. A résztvevők fő motivációi: önismeret, személyiségfejlődés, érzelmi gyógyulás, kapcsolat a természettel, istenségekkel, a lélek mélyrétegeivel. (Frecska és mtsai, 2016). A növekvő kereslet az ál-sámánok, sarlatánok számának megugrását is okozza, akik gyakran magas összeget kérnek egy ilyen "elvonulásért". A valódi szertartásra csak

motivumaiban hasonlító szeánszot jó esetben csak a résztvevők pénze bánja, azonban az önjelölt “sámánok” gyakran visszaélnék a résztvevők bizalmával, a szeánsz alatti kiszolgáltatott helyzetükkel (URL5). Szexuális támadások, rablások és bántalmazások is kapcsolódnak a szertartásokon való részvételhez. Nagyon kevesen adnak részletes tájékoztatást az alkalmasságról, a felkészülésről és az orvosi biztosítékokról. További problémát jelent, hogy a klasszikus főzethez más anyagokat is hozzáadnak, hogy az erősebb hatást váltson ki, például dohányt vagy angyaltrombitát. Nincs bizonyíték arra, hogy az ayahuasca önmagában halálos áldozatot követelt volna, azonban a MAOI-k és a DMT, valamint az ismeretlen adalékanyagok gyógyszerekkel, élelmiszerekkel és más anyagokkal való (véletlen vagy gondatlan) kombinálása súlyos szövődményekhez vezethet (Bauer, 2018). Az ilyen helyzetek vezethetnek véletlenszerű halálesetekhez, melyeknek azonban valós okát nehéz utólag kideríteni. Bauer 2018-as cikkében táblázatba gyűjtötte a 2011 és 2016 közötti halálesetek számát, összesen 10-et. A körülmények azonban a legtöbbször kérdésesek, a halálozások okai pedig gyakran az olyan fel nem tárt betegségek, amelyek megfelelő szűréssel megelőzhetőek lettek volna.

Az ayahuasca népszerűsége laikus és tudományos körökben is kétségkívül növekvő tendenciát mutat. Azonban kérdéses, hogy az ayahuasca napjainkban végbemenő szekularizációja jelenti-e a megfelelő irányt? A sámánok tudása óhatatlanul is felületesebbé válik azáltal, hogy nem a hagyományos úton tanulnak. Hogyan lehetne hasznos civilizációs betegségek körében, hiszen a nyugati társadalmak egészen más kozmológiával, gondolkodásmóddal rendelkeznek? Nehéz eldönteni, hogy az a főzet, amely évszázadokon, keresztül jól működött kulturális közösségekben, ugyanilyen jól fog-e működni terápiás keretek között kettős (terapeuta-páciens) felállásban? A pszichedelikumok – beleértve az ayahuascát is – bio-pszicho-szocio-spirituális szinteken is hatnak. Felvetődhet a kérdés, hogy vajon megfelelő lépés-e a pszichedelikumok szintetikus úton történő megfosztása hallucinogén

tulajdonságaiktól? Elképzelhető-e, hogy pár év múlva a gyógyszerári polcról leemelve juthassunk hozzá a “nem-hallucinogén” pszichedelikumokhoz? Ez a lépés szükségszerűen beszűkíti a hatást, hiszen elmarad a terápia és az élményintegráció is. Mindezek tekintetében továbbra sem lehet eldönteni, hogy az ayahuasca és pszichedelikus “társai” lesznek-e valaha legálisan alkalmazható gyógyító csodaszerek, egy biztos azonban: az idő előtti, a tudományos megalapozottságot megelőző felelőtlen kijelentések és a társadalom széles rétegeihez eljutó, a hatásokat túlzottan leegyszerűsítő és egyoldalúan bemutató, népszerűsítést célzó hírek, sorozatok komoly reklámot jelentenek az ebben csak bevételt látó sámán- és indiánbőrbe bújt, álszakértő vállalkozóknak.

Források:

Bauer IL. Ayahuasca: A risk for travellers? Travel Med Infect Dis. 2018 Jan-Feb;21:74-76. doi: 10.1016/j.tmaid.2018.01.002. Epub 2018 Jan 31. PMID: 29357318.

Callaway JC, Grob CS. Ayahuasca preparations and serotonin reuptake inhibitors: a potential combination for severe adverse interactions. J Psychoactive Drugs. 1998 Oct-Dec;30(4):367-9. doi: 10.1080/02791072.1998.10399712. PMID: 9924842.

Cameron, L.P., Tombari, R.J., Lu, J. et al. A non-hallucinogenic psychedelic analogue with therapeutic potential. Nature 589, 474–479 (2021). <https://doi.org/10.1038/s41586-020-3008-z>

Frecska Ede, Szabó Attila, Az endohallucinogén dímetil-triptamin lehetséges szerepe a szövetek regenerációjában, Orvostovábbképző Szemle XX, évf. 5. szám, 2013. május http://real.mtak.hu/36570/1/2013_Frecska_E_Az_endohallucinogen_DMT_u.pdf

Frecska Ede, Bokor Petra, Andrásy Gábor és Kovács Attila, Az ayahuasca pszichiátriai felhasználásának lehetőségei, Neuropsychopharmacologia Hungarica 2016. XVIII. Évf. 2. szám https://mppt.hu/magazin/pdf/xviii-efolyam-2-szam/frecska_nph-2016_junius.pdf

Schlag AK, Aday J, Salam I, Neill JC, Nutt DJ. Adverse effects of psychedelics: From anecdotes and misinformation to systematic science. J Psychopharmacol. 2022 Mar;36(3):258-272. doi: 10.1177/02698811211069100. Epub 2022 Feb 2. PMID: 35107059; PMCID: PMC8905125.

Szabó Attila, Kazai Anita, Frecska Ede, Brys Zoltán, Pszichedelikumok és kvázi-pszichedelikumok a modern kutatások tükrében: orvosi kannabisz, MDMA, szalvinorin A, ibogain és ayahuasca, NeuroPsychopharmacologia Hungarica 2015. XVii. éVF. 3. Szám http://real.mtak.hu/36547/1/2015_Szabo_A_Pszichedelikumok

[es kvazipszichedelikumok u.pdf](#)

URL1: <https://blog.frontiersin.org/2022/12/09/top-10-research-topics-from-2022/>

URL2: <https://www.facebook.com/events/644188187084622>

URL3:
<https://www.addictioncenter.com/drugs/hallucinogens/ayahuasca/>

URL4: <https://24.hu/elet-stilus/2022/07/16/ayahuasca-sikloszeansz-fozet-tudomany-illegalis-hallucinogen-szer/>

URL5: <https://drogriporter.444.hu/2022/07/14/mennyire-veszelyes-az-ayahuasca>