

Koszmar, czyli ulga w głębokiej depresji

4 września 2023

„Możesz pożyczyć kila tabletek Xanaxu? Dzisiaj wzięłam ostatnią. Przecież bez nich będzie koszmar, nie dam rady przyjść jutro do pracy. Wizytę mam dopiero w przyszłym tygodniu, to oddam” – usłyszałam przypadkiem rozmowę pracowników w jednym z dużych, państwowych urzędów, uzupełniając w kącie gabinetu jakieś dokumenty – „Też mam już końcówkę, ale idź do Krzyśka ze stopiątki w dawnej księgowości, Jolka od niego pożyczyła”.



To wspomniane „koszmarne jutro”, zacznie się dopiero za jakieś dwa trzy dni. Dopiero wtedy zaczyna się, zwany przez lekarzy zespół odstawienny, grupy benzodiepin – od Relanium przez Xanax i całą masę jego pochodnych: Afobam, Alprox, Diazepam po Clonazepam itp. itd.

Są ich setki pod różnymi nazwami, a psychiatrzy w prywatnych gabinetach chętnie wypisują pacjentowi to, co w efekcie doprowadza do uzależnienia, a dalej depresji i nawet samobójstwa. Jest to najbardziej podstępny narkotyk. Uzależnienie niemal niezauważalne dla otoczenia – chyba że

nagły zanik pamięci krótkotrwałej, który jest jednym z objawów, da bliskim do myślenia, zapali czerwoną lampkę.

Przy dłuższym braniu uzależnia tak mocno, że wyjść z tego jest trudniej niż z heroiny. Nieproporcjonalnie trudniej. A co będzie jeśli nagle stracicie do nich dostęp? Lekarz zniknie? Przeprowadzicie się do innego kraju, albo podobnie jak z barbituranami (został chyba tylko Luminal) zostanie niemal całkowicie wycofany? Mrukniecie pod nosem – pomęczone się kilka dni. Bzdura. Zaczynający się po trzecim dniu koszmara eskaluje, do tego stopnia, że piekło wydaje się rajem. Męczarnia trwa wiele miesięcy z każdym dniem potęgując cierpienia. To jest niewyobrażalne, dla tych, którzy tego nie przeszli, i często nie do wytrzymania dla tych, którzy przechodzą – dlatego niewielu odnosi sukces. Jedynie garstce się to udaje, to niewielki promień w skali uzależnionych. Męczarnie podczas odstawiania bardzo przypominają głęboką depresję – stąd tytuł. Wiem, bo sam przechodziłem. Zarówno jedno, jak i drugie.

Jestem pewien, że pracownicy, którzy „cichutko” przy mnie rozmawiali nie wiedząc kim jestem, a natura reportera działa jak radar i wyłapuje słowa-klucze, z pewnością nie czują już efektu uspokojenia czy wyciszenia, jedyne co czują to niepokój kończących się pastylek. Nie mają też pojęcia, z jaką siłą ich to pochłania. A dobry doktor, jest perfidnym groszorem. Nie wiedzą też, że najprawdopodobniej nigdy nie będą w stanie tego odstawić.

Popytałem wśród znajomych, okazuje się, że jest to bardzo powszechne i modne wśród pracowników umysłowych wszelkich instytucji i zakładów pracy. A jeszcze nie tak dawno królował koks w korporacjach. Nie tylko zresztą tam, wielokrotnie oglądając programy publicystyczne, te łoże, dyskusje dziennikarskie, w których przedstawiciele różnych gazet komentowali minione wydarzenia, ze śmiechem wyłapywałem, który z nich jest nagrzany. Duże źrenice, mimo mocnego oświetlenia studia, ten bezwarunkowy i niekontrolowany odruch pocierania nosa w miejscu, gdzie mógłby zostać ślad białego pyłu,

pobudzenie czy słowotok. Dominował w tym zwłaszcza jeden, z największego niegdyś dziennika, wciąż uważanego za najbardziej opiniotwórczy periodyk w kraju. Po nim byłoby widać nawet w starym „śnieżącym” Rubinie. Wielu z nich wytykało mnie z odrazą palcami. Przynajmniej drodzy państwo, ja tego nigdy nie ukrywałem.

Ponad rok minął od czasu gdy napisałem i opublikowałem swój ostatni felieton. Owszem, jakieś newsy czy relacje zamieszczałem w tych, czy innych mediach. Ale felietonów nie – to zupełnie inna forma dziennikarstwa, bardziej osobista. Portal, dla którego regularnie, będę publikował to ten, na którym właśnie jesteście. Tym razem nie będą to „przedruki” z innej gazety czy portalu. Teraz WolneMedia.net są tą platformą, na łamach której, w każdy poniedziałek znajdziecie mój nowy felieton. Czemu tu? Przyczyna jest prosta. Muszę wrócić do pisania – to moja najlepsza forma terapii i pasja. A to jest jeden z dwóch tytułów, w którym nigdy niczego mi nie ocenzurowano.

Po tej rocznej przerwie nazbierało się trochę tego, czym chciałbym się z Wami podzielić. Ponownie będziecie mogli czytać moje subiektywne obserwacje, wnioski, bieżące zdarzenia, osobiste wyznania, emocje, czy wrażenia. Podczas tych kilkunastu miesięcy zastoju, pióro trochę zardzewiało, bądźcie na początku wyrozumiali. Zanim osiągnę odpowiedni pułap, muszę wystartować.

Tytuł nie jest przypadkowy nie tylko z powodu wspomnianego Xanaxu. Był moment, gdy sądziłem, że depresja stała się „modna”. Że każde złe samopoczucie, jesienno-pogodowe smutki, zwykłą chandrę, pogorszenie nastroju, nazywaliśmy depresją i biegiem do najbliższego psychiatry po Prozac i recepty na Relanium. Ogłaszając przy tym światu o naszym cierpieniu.

Do tej pory tkwią mi w głowie słowa aktora Adama „Dudusia” Pawlikowskiego, pamiętacie go zapewne ze sceny, w której ze Zbigniewem Cybulskim podpalają kieliszki (Popiół i diament).

Zaszczuty przez środowisko powiedział: „Depresja? Najgorsze piekło pomnożone przez tysiąc, jest niczym przy tym co czuję”. Niedługo po tym wyskoczył z ósmego piętra swojego mieszkania. Depresja jest chorobą śmiertelną, chandra nie. Prawdziwa bywa ignorowana, niezauważalna dla otoczenia – jaki wesoły ten Robin Williams: mówiono kiedy popełnił samobójstwo. Nikt tego nie rozumiał, poza tymi, którzy również z uśmiechem walczą z tą perfidną chorobą.

Często z uśmiechem – to ich forma obrony, ale zawsze wysyłają jakieś sygnały. Nauczmy się czytać bliskich, wczesne zdiagnozowanie może ocalić życie, bagatelizowanie albo sprowadzi do nałogów, albo samobójstwa. Albo kolejno jednego i drugiego. Najgłośniej krzyczą o depresji ci, którzy jej nie mają.

Ta potencjalna i najbardziej podstępna czai się w urzędach, gabinetach, instytucjach, zakładach pracy. Miejscach pełnych gwaru i ludzi przekonanych o własnej wartości i skuteczności przepisywanych im lekarstw.

Jeśli uda się znaleźć dobrego psychiatrę, można normalnie żyć. Jeśli trafimy na takiego, który przyjmuje jedynie w prywatnym gabinecie – najprawdopodobniej wpędzi pacjenta w uzależnienia, a w ich konsekwencji w depresję.

Pani Jolu, panie Krzysiu z tej stopiątki w dawnej księgowości. Zapieprzajcie do najbliższej przychodni terapii uzależnień. Idźcie do psychiatry, a potem decydujcie o swoim życiu. To jedynie rada świadomego ćpuna.

Autorstwo: Piotr Jastrzębski

Źródło: WolneMedia.net