



Hoe LSD Kan Helpen bij Anorexia Nervosa

De menselijke geest is een raadselachtig landschap, waar trauma's, angsten en percepties met elkaar vervlochten zijn. Dit complexe netwerk van emoties en ervaringen wordt vaak gevoed door biologische processen die diep in ons brein plaatsvinden. Een van de cruciale onderdelen van deze dynamiek is de amygdala, een kleine amandelvormige kern die zich in de diepten van ons brein bevindt en een sleutelrol speelt bij de verwerking van emoties, vooral angst.

Anorexia nervosa, een ernstige eetstoornis, biedt een schrijnend voorbeeld van hoe perceptie en angst verstrengeld raken in een destructieve cyclus. Mensen met anorexia zien hun lichaam door een vertekende lens, gevoed door een intense angst om aan te komen. De amygdala, die overgevoelig kan worden door trauma of langdurige stress, reageert overmatig op negatieve zelfbeelden. Deze overmatige reactie versterkt de angst, wat leidt tot nog meer restrictieve eetgewoonten. Hierdoor ontstaat een vicieuze cirkel waarin de perceptie van het lichaam steeds meer afwijkt van de realiteit.

Trauma speelt vaak een doorslaggevende rol bij het

ontstaan van anorexia. Traumatische ervaringen kunnen de amygdala hyperactief maken, wat leidt tot verhoogde niveaus van angst en stress. Dit verandert de manier waarop het brein informatie verwerkt, inclusief de perceptie van het eigen lichaam. In een poging om controle te krijgen over hun leven, kunnen sommige mensen zich richten op hun gewicht en eten, wat een schijn van controle biedt in een anders chaotische wereld.

Maar wat gebeurt er in het brein dat deze destructieve patronen in stand houdt? Hier komt het concept van neuroplasticiteit in beeld. Neuroplasticiteit is het vermogen van de hersenen om zich te herstructureren in reactie op ervaringen. Bij mensen met anorexia versterken de herhaalde angstige en obsessieve gedachten over lichaamsbeeld bepaalde neurale paden, waardoor deze gedachten nog dieper verankerd raken. Het brein wordt, met andere woorden, 'getraind' om zichzelf negatief waar te nemen.

Interessant genoeg heeft recent onderzoek gesuggereerd dat psychedelica zoals LSD potentieel kunnen hebben om deze vastgeroeste patronen te doorbreken. LSD beïnvloedt de

activiteit in de hersenen en kan de perceptie drastisch veranderen, soms op manieren die therapeutisch kunnen zijn. Het zou kunnen helpen bij het doorbreken van de rigide denkpatronen die bij anorexia en trauma horen, door de neuroplasticiteit te bevorderen en nieuwe, gezondere neurale verbindingen te vormen. Dit zou kunnen leiden tot een minder verstoorde zelfperceptie en een vermindering van angst.

Volgens art. 5 lid 2 van de Opiumwet en de Richtlijn voor strafvordering Opiumwet mogen middelen van de Opiumwet voor eigen geneeskundig gebruik worden aangewend [3, 4]. Bovendien geeft het rapport 'Ranking of Drugs' van het RIVM aan dat LSD veel minder schadelijk is dan alcohol [5].

Youri Hazeleger
joet@joet.nl