



Psychedelica op Recept

Stel je voor: een arts die zonder aarzeling een behandeltraject voorschrijft waarbij niet alleen gesprekstherapie, maar ook een gecontroleerde dosis **psilocybine** hoort. Wat ooit als sciencefiction klonk, lijkt nu ineens verrassend dichtbij. Dankzij **ZonMw** en het **ministerie van VWS** wordt psychedelische therapie serieus onderzocht – en daar worden wij oprecht blij van!

Laten we eerlijk zijn: de geestelijke gezondheidszorg zit klem. Mensen met **therapieresistente depressie, angststoornissen, PTSS** of **verslaving** zitten soms jarenlang vast in uitzichtloze behandelingen. Antidepressiva werken lang niet altijd, en cognitieve gedragstherapie raakt ook zijn grenzen. Maar juist in die impasse ontstaat ruimte voor iets nieuws. Iets ouds, eigenlijk: **psychedelica**.

Wat ooit het domein was van hippies en spirituele zoekers, is terug – nu als serieuze, wetenschappelijk onderbouwde behandelmogelijkheid. Denk aan **psilocybine, ketamine, MDMA**: middelen die, mits zorgvuldig toegediend en gecombineerd met therapie, aantoonbaar verlichting kunnen brengen. Niet zweverig, maar juist nuchter en hoopvol.

Psychedelica beïnvloeden vooral het **centrale zenuwstelsel** door zich te binden aan specifieke receptoren. De belangrijkste

hiervan zijn de **serotoninerceptoren**, in het bijzonder de **5-HT2A-receptoren**, die cruciaal zijn voor de psychedelische ervaring. Daarnaast zijn de **sigma-1-receptoren (S1R)** betrokken, die een rol spelen in **celbescherming** en **neuroplasticiteit**. Ook **glutamaatreceptoren**, zoals **NMDA** en **AMPA**, dragen bij aan **synaptische groei** en **cognitieve flexibiliteit**.

Door deze interacties bevorderen psychedelica meerdere processen in de hersenen. Ze stimuleren **neuroplasticiteit**, waaronder de groei van dendriten, de aanmaak van nieuwe synapsen (spinogenese) en de versterking van hersenverbindingen. Ook verbeteren ze de **neurotransmissie**, oftewel de signaaloverdracht tussen zenuwcellen, waarbij vooral serotonine, glutamaat en dopamine worden gereguleerd. Bovendien ondersteunen ze het **herstel van neuronale schade**, bijvoorbeeld na trauma of zuurstoftekort (hypoxie).

Psilocybine, een werkzame stof in truffels en paddo's, wordt in het lichaam omgezet in **psilocine**. Deze stof werkt als een krachtige agonist op de **5-HT2A-receptor** en beïnvloedt zowel de **cortex** (voor hogere cognitieve functies) als de **hippocampus** (voor geheugen en emotie). Bij **lage doses** stimuleert psilocybine de aanmaak van nieuwe

hersencellen en verbindingen, terwijl bij **hogere doses** deze neurogenese tijdelijk geremd kan worden. Juist die subtiele balans maakt het therapeutisch potentieel groot, vooral bij **depressie, angst, verslaving** en **PTSS**.

Volgens het **RIVM** behoort psilocybine tot de **minst schadelijke psychoactieve stoffen**. In een uitgebreide analyse waarin werd gekeken naar toxiciteit, verslavingsrisico, sociale schade en totale schade voor zowel het individu als de bevolking, scoorde **alcohol** een totale schade van **2,36**. Ter vergelijking: **psilocybine** scoorde slechts **0,31** – de **laagste score** van alle middelen in de tabel. Het middel is **niet verslavend**, heeft een **lage toxiciteit** en veroorzaakt **weinig tot geen maatschappelijke ontwrichting**, zeker niet onder medische begeleiding.

Met het rapport “**Therapeutische Toepassingen van Psychedelica**” en een onderzoeksbudget van **2,6 miljoen euro** zet Nederland belangrijke stappen. Een breed consortium van onderzoekers, klinici en patiëntenorganisaties werkt aan een **klinisch ontwikkelplan** om psychedelica als reguliere therapievorm te registreren.

Youri Hazeleger
joet@joet.nl