

FORSKARNAS NYA SVAMPSTÄLLE

2023-03-09

Optional[© Icon Magazine]

Alla artiklar är skyddade av upphovsrättslagen. Artiklar får ej distribueras utanför den egna organisationen utan godkännande från Retriever eller den enskilde utgivaren.

Klicka här för att läsa artikeln.

ICON MAGAZINE | #01 | 2023

ICON

INSPIRATÖRER & INSIKTER

Magazine
#01 Vår 2023
129 KR, 149 NOK, 12 EUR.
www.iconmagazine.se

EMMA
DEN OFRIVILLIGA
STJÄRNKOCKEN
BENGTSSON

Emma Bengtsson,
fotograferad exklusivt
för ICON i köket på
restaurang Aquavit
i New York.

INSPIRATÖRER & INSIKTER

TIDSAM 232801
ISSN 2002-1122
RETRYCKTA 20

ICON | REPORTAGE | Psilocybin

FORSKARNAS NYA SVAMPSTÄLLE

Världens forskare söker svaret på ett av vår tids största folkhälsoproblem: psykisk ohälsa. Kan psilocybin, det aktiva ämnet i en svamp som går att hitta i svenska skogar, vara lösningen?

TEXT KINA ZEIDLER | ILLUSTRATION FREDRIK TJERNSTRÖM

80 | ICON | VÅR 2023

Toppslätksivlingen
som växer på svenska
ängar och i kohagar
innehåller den psy-
kedeliska substansen
psilocybin.



VÅR 2023 | ICON | 81

I EN HERRGÅRD Några mil utanför Amsterdam har 12 personer hunnit göra sig hemmastadda och lämnat ifrån sig sina mobiltelefoner. Liksom för den vackert belägna platsen – gården ligger inbäddad i ett naturreservat omgivet av åkrar och sanddyner – syftar det högst frivilliga mobilförbudet till att skapa minimal distraktion under de kommande fyra dagarna. Gruppen, de flesta sedan tidigare okända för varandra, har rest hit för att delta i ett retreat som arrangeras av Nysnö, ett svenskt företag som erbjuder lagliga, psykedeliska upplevelser i Nederländerna. Företaget grundades 2021 som en följd av ett återupptäckt, vetenskapligt, och därmed även kommersiellt, intresse för psykedeliska upplevelser.

Trots att Nysnös ambition är att i framtiden vara med och bidra till att psykedeliska substanser ska implementeras i det befintliga vårdssystemet, handlar deras tryffelträffar inte om att behandla psykisk ohälsa, understryker Filip Bromberg som är psykolog och en av grundarna.

– Vår retreatverksamhet syftar i stället till ett själsligt och psykologiskt utforskande i våra deltagares strävan mot ett mer autentiskt liv, förklarar han, och betonar att forskningen ännu inte är tillräcklig. Därför satsar grundarna tills vidare på lagliga tryffelretreats i Nederländerna.

Stämningen bland deltagarna är förväntansfull, men också nervös. Under det fyra dagar långa retreatet ska de konsumera hallucinogena psilocybintryfflar – så kallade magiska svampar, öppna upp sig om sina upplevelser inför varandra och förhoppningsvis komma underfund med sig själva under något som ofta beskrivs som en andlig upplevelse. Även om motiven skiftar, är den grundläggande drivkraften hos de flesta densamma: att utforska potentialen hos psykedeliska droger och

vad dessa kan göra för att, potentiellt, förändra livet.

I den ståtliga salen där tryffelsessionerna genomförs förbereder Nysnös tre ansvariga psykologer programmetts första psykedeliska upplevelse. Belysningen dämpas, små bitar av den valnöttsliknande tryffeln fördelas andaktsfullt i tolv skålar. Psykologerna är lugna, kroppsspråket tydligt

**EN MILJARD
MÄNNISKOR LIDER
AV PSYKISK SJUK-
DOM GLOBALT.
ENBART ÅNGEST
OCH DEPRESSION
KOSTAR DEN
GLOBALA EKONO-
MIN 1 MILJARD
DOLLAR PER ÅR.**

förväntansfullt. När det väl är dags smyger deltagarna in i rummet med varsitt täcke under armen. Tysta slår de sig ned på varsin madrass och inväntar sina doseringar.

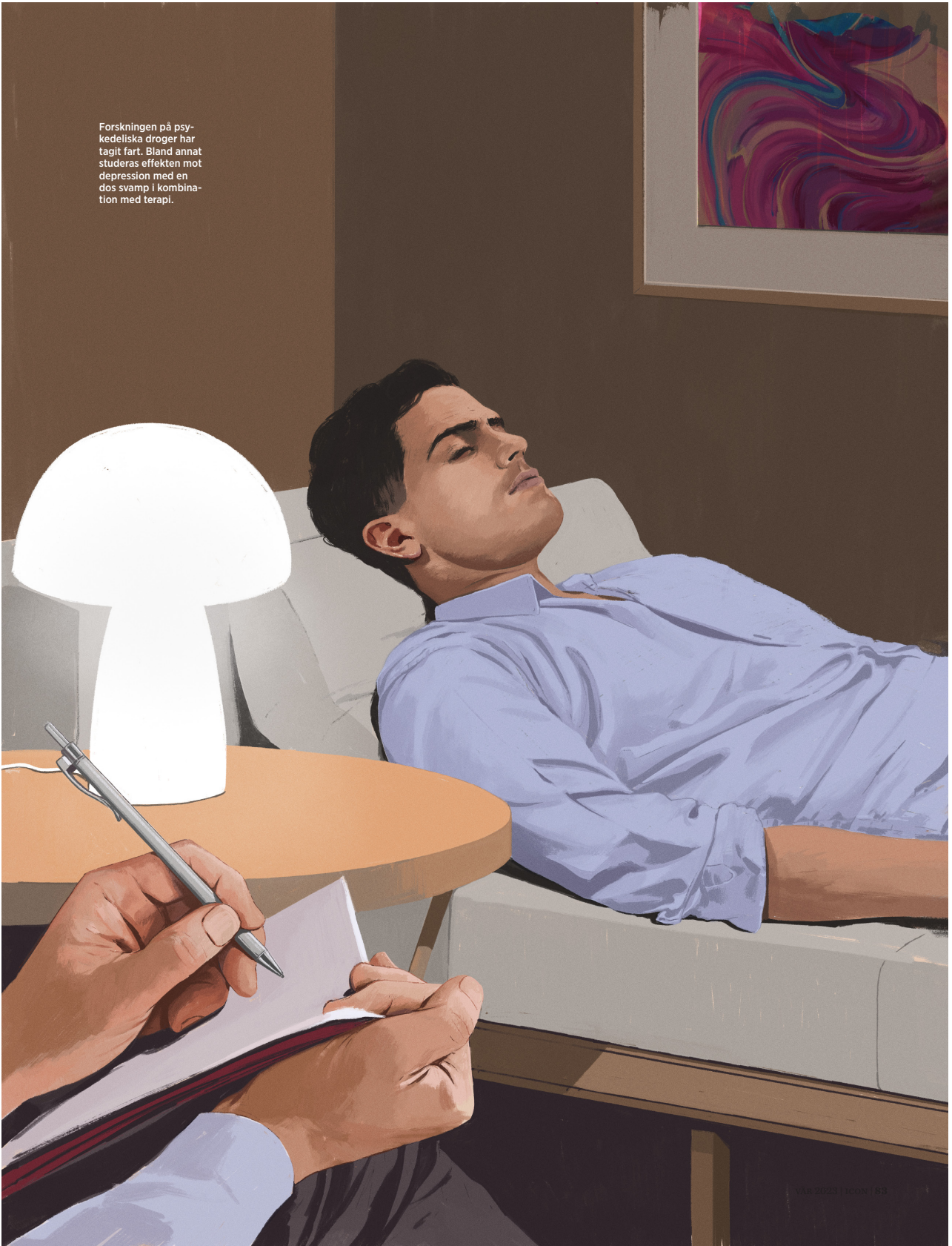
PÅ EN HELT ANNAN plats, rättare sagt i centrala Stockholm, sippar Ulf Bremberg, civilingenjör i kemi och doktor i organisk kemi vid Uppsala universitet, på en kopp grönt te. Han är även vd för Human Kind Labs, ett bioteknikföretag med inriktning på psykedeliska droger, som till exempel psilocybin, det aktiva

ämnet i så kallade magiska svampar. Som gästforskare vid institutionen för läkemedelskemi i Uppsala försöker han få i gång akademisk forskning om psykedeliska droger, och inom ramen för Human Kind Labs är hans uppdrag att ta fram psykedeliska substanser och göra dem tillgängliga för forskning med syfte att komma till bukt med psykisk ohälsa som till exempel depression och PTSD, posttraumatiskt stressyndrom. En av de frågor han ställer sig dagligen är: hur ska han få människor att må bättre i ett samhälle som präglas allt mer av psykisk ohälsa?

Tittar man på statistiken är det uppenbart att något behöver förändras. Enligt Världshälsoorganisation lider nästan 1 miljard människor globalt av psykisk sjukdom. Globalt är självmord den fjärde vanligaste dödsorsaken bland 15–29-åringar, och i Sverige ökar antalet unga som tar sitt liv med 1 procent för varje år, enligt Karolinska Institutet.

Precis som Ulf Bremberg, försöker nu forskare världen över finna nya verktyg för att få bukt med det enorma folkhälsoproblemet. Efter flera år i skamvrån är psykedelia som bland annat ketamin, LSD, MDMA (ecstasy) och psilocybin i alla fall delvis, tillbaka i de akademiska finrummen. På amerikanska laboratorier och elituniversitet som Yale, Stanford och John Hopkins pågår forskning kring hur hallucinogena substanser kan hjälpa till att behandla ett brett spektrum av sjukdomar som behandlingsresistent depression, PTSD och ätstörningar, men även klusterhuvudvärk och fibromyalgi. I Sverige har Vetenskapsrådet delat ut anslag till psykedelisk forskning, trots att de publicerade svenska studierna fortfa- ▶

Forskningen på psykodeliska droger har tagit fart. Bland annat studeras effekten mot depression med en dos svamp i kombination med terapi.



© 2023 Retriever AB

ICON | REPORTAGE | Psilocybin



Användningen av så kallade hallucinogena svampar kan spåras långt tillbaka i historien. I Bolivia hittades bland annat en 1000 år gammal väska med spår av drogen DMT.

84 | ICON | VÅR 2023

rande är få och på Karolinska Institutet i Stockholm pågår just nu den första moderna svenska studien på hallucinogena svampar där effekten mot depression studeras med en enda dos svamp intagen under kontrollerade former och i kombination med terapi. I en omtalad klinisk prövning vid Imperial College i London berättar deltagaren Steve Shorney att psilocybinterapi tagit honom från en "mörk plats av förtvivlan" till ett liv utan depression. En enda session med magiska svampar kan jämföras med tio år i terapisoffan, påstod han bland annat i reportaget *Frisk av magiska svampar* som visats på SVT.

EN AV DE SUBSTANSER som det forskas mest intensivt på är just psilocybin, en drog som Ulf Bremberg beskriver som "något helt annat" jämfört med de mest förekommande antidepressiva läkemedlen. Han jämför psykedelia med de antidepressiva läkemedel som patienter med depression oftast får utskrivna, som Cipralex, Escitalopram och Premalex och som alla hör till gruppen selektiva serotoninåterupptagshämmare (SSRI). SSRI är den mest använda typen av antidepressiva mediciner och ett av världens mest populära läkemedel och säljs in som en medicin som "korrigerar kemisk obalans i hjärnan" och som i sin tur orsakar symtom på depression eller ångest.

Men kommer psykedeliska substanser som till exempel psilocybin att ta klivet in på läkemedelsmarknaden och därmed representera ett skifte inom psykiatri? I dag är psilocybin narkotikaklassat och olagligt i de flesta västerländska länder. Trots det är Bremberg hoppfull. Behovet av innovation inom psykiatri är nu enormt på grund av att många inte blir hjälpta av existerande behandlingsformer. I Sverige fick 10 procent av befolkningen antidepressiva läkemedel utskrivna under 2021, men omkring en tredjedel av de patienter som tar SSRI-preparat blir inte friska. Antidepressiva läkemedel

kommer dessutom ofta med bieffekter som nedsatt sexlust och känslomässig avstängning och medicinen är ofta svår att sluta med. Psilocybin i kombination med terapi skulle kunna vara just det nya hjälpmedel som psykiatri behöver, menar Bremberg.

– Sjukdomen blir lite mindre stigmatiserad genom att använda en biologisk modell som förklaring, menar Bremberg. Att depression skulle vara orsakat av serotoninbrist är en myt, slår han fast.

– Det är en beskrivning som dragits av läkemedelsbolagen under ett par

I DAG ÄR PSILOCYBIN NARKOTIKAKLASSAT OCH OLAGLIGT I DE FLESTA VÄSTERLÄNDSKA LÄNDER. TROTS DET ÄR ULF BREMBERG HOPPFULL.

decenniers tid, men hypotesen har under senare år avfärdats i brist på bevis, säger han.

Hans åsikt får stöd från flera håll. I en artikel från 2022 ur den vetenskapliga tidskriften *Nature* sammanfattar en forskargrupp verksam vid University College i London ledd av Joanna Moncrieff, psykiater och professor i kritisk och social psykiatri, sina slutsatser såhär: "Vi föreslår att det nu är dags att erkänna att serotonin-teorin för depression saknar empiriskt stöd."

Bremberg likställer SSRI-nyttjande med att plåstra om ett blödande sår och något som i bästa fall kan dämpa ångest. Men ångest kan lätt gå över till depression. SSRI tar inte bort det som orsakar ångest eller depression, men kan göra tillståndet lättare att leva med. ▶

FAKTA

Vad är psykedeliska droger?

Psykedeliska droger är samlingsnamnet på en grupp psychoaktiva substanser som förstärker och förvränger sinnesintryck. Psilocybin (det aktiva ämnet i magiska svampar), LSD, meskalin och DMT som finns till exempel i ayahuasca, räknas alla som psykedeliska droger. Psykedelia anses inte vara fysiskt beroendeframkallande.

Vad är magiska svampar?

Så kallade "magiska svampar" går att hitta i svenska kohagar och villaträdgårdar. Det finns cirka tio arter i Sverige, varav den vanligaste och mest kända är toppslätskivling.

Hur funkar det?

Psilocybin påverkar serotonin-systemet och förändrar kopplingarna mellan nervcellerna i hjärnan, vilket kan leda till hallucinogena upplevelser eller att man upplever vissa förnimmelser starkare än andra. Inom forskningen är tesen att den här typen av "andliga" upplevelser kan bryta de tankemönster som kännetecknar depressioner.

Psykedeliaassisterad terapi?

Vanligast inom klinisk psilocybinforskning är så kallad psykedeliaassisterad terapi där man försöker behandla ett psykiatriskt tillstånd med en eller två psilocybinupplevelser i kombination med en kortare, förberedande och integrerande terapi.

LÄKEMEDELSINDUSTRIN

Att forskningen på psykedelia skulle vara kontroversiell på grund av associationen till narkotika märks knappt, menar Ulf Bremberg, civilingenjör i kemi och doktor i organisk kemi vid Uppsala universitet.

– Läkemiddelsverket ser på psilocybin som på vilket nytt läkemedel som helst: det handlar om säkerhet och effekt. Kan vi göra den här prövningen på ett säkert sätt? Finns det en rimlig chans att tro att det här kommer att hjälpa mot depression? Det är väldigt rationellt och inte påverkat av eventuella fördomar om psykedeliska droger. Det är snarare inom vården som stigmat är starkt. Men då får man också tänka på att under flera decennier var psilocybin och psykedelia överlag en karriärdödare, säger han.

– Vinstintressen från läkemedelsindustrin har självklart spelat in och vi som samhälle har också eldat på läkemedelsindustrin. Jag vet inte om det finns något offer eller någon förövare i detta egentligen, men fenomenet är ju lite tragiskt. Att bota depression med symptomdämpande piller går inte, det gör dig inte frisk. Det behövs något som går djupare än symptomen – och det är därför det ställs ett så stort hopp till psykedelia, säger Ulf Bremberg.

En av de forskare som lagt många

**”VI FÖRESLÅR ATT
DET NU ÄR DAGS
ATT ERKÄNNA ATT
SEROTONINTEORIN
FÖR DEPRESSION
SAKNAR EMPI-
RISKT STÖD.”**

– JOANNA MONCRIEFF,
psykiater och professor i kritisk och social
psykiatri vid University College London.


timmar på att ta fram icke farmakologisk behandling av stress- och traumarelaterad ohälsa är Eva Henje, överläkare och docent vid institutionen för klinisk vetenskap på Umeå universitet. Hennes forskning fokuserar på tillstånd hos unga som hänger ihop med stress och livstrauman som depression, ångest och dissociation. Hon har även jobbat aktivt för att skapa ett centrum för psykedelisk forskning i Stockholm vars syfte skulle vara att initiera, bedriva och sprida forskning om förändrade medvetandetillstånd och psykedelisk vetenskap. Även Eva Henje kritiserar dagens antidepressiva läkemedel. Depression, menar hon, är oftast – med vissa undantag – inte något som drabbar en människa helt plötsligt. Snarare är det ofta resultatet av en lång resa mot utmattning och överbelastning, beskriver hon.

DET ÅTERUPPTÄCKTA intresset för psykedeliska droger är helt klart en revansch för den tidigare bespottade forskningen. Det är nämligen inte första gången som psykedelia undersöks. Under slutet av 1950-talet framställde den schweiziske kemisten Albert Hofman psilocybin ur en hallucinogen svamp och 1961 testade den amerikanske psykologen Timothy Leary magiska svampar i Mexiko och blev frälst. Under en efterföljande forskningsvåg publicerades över 1 000 studier i ämnet. Hypen fick dock ett abrupt slut under hippierörelsen då allt fler människor började använda psykedeliska droger för eget bruk. Orolig för att ”flum och fredstankar” skulle minska intresset för att strida i Vietnamkriget, tog den amerikanske presidenten Richard Nixon 1971 beslutet att narkotikaklassa psykedelia. Forskarna sparkades och psykedeliska droger klassades som droger utan medicinskt värde.

VAD ÄR DET då som sägs ske i hjärnan under påverkan av psilocybin? Den allmänna uppfattningen hos det psykedeliska fältet är att psilocybin förändrar kopplingarna mellan nervcellerna i hjärnan, vilket kan bryta destruktiva tankemönster som kännetecknar tillstånd av depression. Enligt Ulf Bremberg ska psilocybin betraktas som ett redskap som hjälper människor att se saker de helst försöker trycka undan från medvetandet. Rent generellt handlar det om att psykedelia kan förbättra förmågan för hjärnan att ompröva invanda, destruktiva tankemönster, förhöja seendet och kapaciteten att se mönster, beteenden och saker som annars är dolda i förenklingar och vanor.

Enligt Ulf Bremberg kan substanserna bidra till ett perspektivskifte och en medveten resa in i det undermedvetna.

– Allt det som man vill trycka ned i det undermedvetna och låtsas som om det inte finns och som skapar ångest ►

A close-up, painterly illustration of a person's open mouth. The tongue is extended, and a single white, round pill with a small logo is resting on it. The illustration uses soft, blended colors and visible brushstrokes, giving it a textured, artistic appearance. The mouth is wide open, showing the teeth and the interior of the mouth.

Forskarna har stort hopp om ny typ av behandling mot psykisk sjukdom. Den kommer ske under kontrollerade former.

VÅR 2023 | ICON | 87

DÅLIGA TRIPPAR

Även om många som testat psilocybin vittnar om euforiska känslor, drabbas vissa i stället av rastlöshet, oro, ångest och överkänslighetskänslor. Men att psykedeliska droger alltid har en hallucinogen effekt är däremot en utbredd missuppfattning, precis som den att psykedeliska droger oftast ger upphov till psykoser, förklarar Johan Eriksson, psykolog på Nysnö.

– Att vara med om en ”dålig tripp,” det vill säga att fastna i ångestframkallande vanföreställningar, kan triggas av att man under en svampsession inte vill släppa taget. Dåliga trippar handlar om att friktion och frustration skapas om man under en svampsession kämpar emot sina känslor. I stället ska man släppa kontrollen och låta det som kommer upp komma upp. Är man öppen för att det kan bli jobbigt, behöver det inte bli så farligt, säger han.

och kanske depression, kan psykedelia lyfta upp till ytan. Går patienten det hotfulla till mötes och ser det som en del av sig själv, kan det transformeras till en tillgång och ge perspektiv på sådant som tidigare varit ett oöverstigligt problem, säger han.

Psykedelia påverkar också den så kallade 5-HT_{2A}-receptorn i människans hjärna och förstärker sinnesintryck och perception, stämningläget och de kognitiva förmågorna.

– Något är det som katalyseras och händer, eftersom man i vissa studier har sett effekt på patienter flera år efteråt. Det handlar om något helt annat än vad psykiatrin haft att tillgå fram tills nu. Visar större studier samma resultat, ja då kan vi se en revolution inom psykiatrin, säger Bremberg.

De flesta studier fokuserar i dag främst på djupt deprimerade patienter där behandlingar inte hjälper. Det kommer med andra ord dröja innan drogen blir en mainstreammedicin, tillgänglig för alla. Behandlingen beskrivs snarare som en medveten resa där patienten läker sig själv, än en burk med piller som patienten ska skaka ut ett piller från varje dag. Den stora frågan som forskarna ställer sig är huruvida det är substansen som dämpar depressionen, själva upplevelsen eller den efterföljande integreringsterapin.

– Det är ju inte så att man genomgår en psilocybinresa och så pang är det klart – det är mycket jobb med att förändra vanor och mönster efteråt. Det är därför vi tror att terapikomponenten är väldigt viktig, säger Ulf Bremberg och får medhåll av David Nutt, professor i neuropsykofarmakologi vid Imperial College i Storbritannien och den forskaren som anses ha forskat mest på drogers effekt på människan, någonsin. Enligt honom tenderar människor att vilja prata igenom det som för många är den mest kraftfulla upplevelsen de haft i sina liv, och att det därför är osannolikt att behandlingsformen kommer att reduceras till ett piller.

Psilocybin har en kraftigt, psykologisk effekt och de flesta upplever starka

sinnesförnimmelser. Själva behandlingen sker under medvetande och varar fyra till sex timmar och nästa dag är substansen utrensad från kroppen. Alldeles oavsett vad som egentligen sker i hjärnan under dessa timmar, är förhoppningarna på psilocybin hos den psykedeliska industrin enorma. De närmsta 24 månaderna förväntas vara av oerhörd vikt för branschen. Går allt som det ska förväntas psilocybinassisterad terapi bli godkänt som läkemedel i USA och Europa under 2026.

SAMTIDIGT SOM DET talas om en möjlig revolution inom psykiatrin, som i sin tur skulle ge en positiv effekt på samhällsnyttan med – i förlängningen – färre deprimerade människor i världen, öppnas också en helt ny marknad upp. Förhoppningsfulla analytiker förväntar sig att psykedelisk terapi kan omsätta 100 miljarder kronor om fem år och i Storbritannien räknar man med att en introduktion på marknaden av psykedeliska läkemedel kan uppgå till över 3 miljarder pund.

Ett av de företag som går i bräschen för psilocybinterapi är Nasdaq-noterade Compass Pathways som just nu genomför den sista fasen av läkemedelsprövningar med sin syntetiska variant av psilocybin, COMP360. Det brittiska läkemedelsföretaget har tunga investerare bakom sig, som bland annat Peter Thiel, Silicon Valley-miljardär och tidigare rådgivare till Donald Trump, i ryggen. Även om Compass olika psilocybinrelaterade patent både har ifrågasatts och utmanats, spår marknadsbedömare att de intäkter läkemedelsbolaget kan komma att generera uppgår till 1 miljard dollar 2028. I november 2022 presenterade Compass Pathways sin senaste studie, en så kallad fas II-studie och den största i världen i sitt slag. Patientgruppen – djupt deprimerade patienter utan tidigare erfarenhet av psykedelia och för vilka inga läkemedel eller terapiformer tidigare bitit på – fick testa olika nivåer av doser av COMP360 tillsammans med

psykologisk support. Efter flera veckor var cirka 30 procent av patienterna fortfarande fria från depressionssymtom. Skulle Compass Pathways lyckas med sin prövning betyder det vinst för samhället redan under första halvåret, bedömer Ulf Bremberg.

Guy Goodwin, forskare och psykiatriprofessor, samt Compass Pathways chefsläkare, är noga med att påpeka att det är först nu som den riktiga prövningen sker. Den så kallade fas III-prövningen är den som slutligen ska övertyga läkemedelsbolagen i USA och Europa om att psilocybinterapi ska bli ett godkänt läkemedel. Hitills är han nöjd.

– För mig som ledare för en klinisk studie blir en fas II-studie inte bättre än så här. Men det är nu när vi går in i den sista fasen som vi ska plocka informationen från en ännu större patientgrupp. Hur säkert är egentligen psilocybin? Hur hög är självmordsfrekvensen? Nu är det upp till bevis! Wish me luck, avslutar Goodwin.

AVEN OM MÅNGA forskningsresultat är lovande – inte bara för behandling av depression utan även för tvångssyndrom, rökavvänjning och ångest bland cancerpatienter, manar många forskare inom det psykedeliska fältet till försiktighet. På studier är trots allt genomförda och än så länge har det inte forskats tillräckligt för att veta om psilocybin är en säker behandlingsmetod. Patientgruppen behandlingsresistenta patienter som varit deprimerade väldigt länge och som provat allt, anses dessutom vara extra svår. I en artikel i tidskriften *Nature* varnar artikelförfattaren Lauren Gravitza för att positiva resultat av psilocybinbehandling mot depression kan röra sig om patienters önsketänkande och att entusiasmen för de kliniska försöken snarare bygger på anekdoter om hur framgångsrika försöken varit. Även den desperation många av de som spenderat årtionden att hitta ett botemedel

för sin depression kan känna, spelar in. ”Psykedelia kan representera ett nytt paradig för vård, men vi har inte gjort jobbet ännu,” skriver Gravitza och citerar forskaren Rachel Yehuda vid Icahn School of Medicine at Mount Sinai i New York. Ulf Bremberg beskriver ytterligare en risk.

– Motivationen hos deprimerade att prova något nytt kan vara låg, patientgruppen är bevisligen skör och självmord är därmed en risk. För vad händer med patienter som kanske varit deprimerade i 20 år och som läst på om den nya behandlingen och hoppas

”HUR SÄKERT ÄR EGENTLIGEN PSILOCYBIN? HUR HÖG ÄR SJÄLVMORDS-FREKVENSEN? NU ÄR DET UPP TILL BEVIS! WISH ME LUCK.”

– GUY GOODWIN, forskare och psykiatriprofessor, samt Compass Pathways chefsläkare.

på att äntligen bli av med sin depression – och så tilldelas de placebo? Det är sådant som kan stjälpa den här typen av prövningar, säger han.

Enligt Eva Henje vid Umeå universitet skulle fler studier behöva komplettera forskningen, exempelvis kvalitativ forskning med djupintervjuer av deltagarna och mer fokus på den terapeutiska delen av behandlingen. Dessutom är det viktigt att vara uppmärksam på om det till exempel finns någon bipolär sjukdom eller psykossjukdom hos försöksgruppen.

– Människor som lider av bipolaritet kan drabbas av ökad risk för mani och de med schizofreni bör undvika magiska svampar. Psilocybin kan även ge en blodtrycksstegring för patienter med redan högt blodtryck. Skulle man

dessutom äta antidepressiva mediciner, kan psilocybin leda till för höga halter av serotonin, säger hon.

EN AV DE aktörer som driver på forskningen och intresset för psilocybin i Sverige är Klarnagrundaren Niklas Adalberth. Hans stiftelse Norrskan, som stöttar sociala entreprenörer, har skänkt 10 miljoner kronor till kliniska prövningar av psilocybin och lagt grunden till Osmond Foundation, en nybildad stiftelse vars syfte är att främja och stödja forskning kring psykedeliska substanser. De etablerade läkemedelsbolagen tjänar för mycket på dagens mediciner och har därför få incitament att ta fram andra, mer effektiva preparat, motiverar han donationen. För Emma Christersson, Osmond Foundations tillförordnade ordförande, började intresset för det psykedeliska fältet med att hon själv under en längre period led av depression. Även om hon till slut fick den hjälp hon behövde genom vårdsystemet, var det framför allt meditationstekniken mindfulness som hjälpte henne. När brittiska Imperial College crowdfundade pengar till en hjärnabildningsstudie på LSD, väckte det Emma Christersson nyfikenhet. Hon stöttade de tidiga crowdfundingkampanjerna och blev allt mer intresserad av hjärnan. Dessutom studerade hon kognitiv neurovetenskap med fokus på medvetandet och läste in sig på forskning som rörde LSD och psilocybin.

– Jag är väldigt intresserad av hur medvetandet fungerar, av inre perception och hur hjärnan får ihop allt, våra inre upplevelser i kombination med att vi samtidigt lever i den fysikaliska verkligheten. Jag har haft mycket tid att tänka själv. Det har gjort mig nyfiken på att ta reda på hur allt hänger ihop, säger Emma Christersson, som började fokusera allt mer på forskning på psykedeliska substanser, besökte konferenser och träffade likasinnade i Sverige. Snart drog dessutom ett nätverk för psykedelisk vetenskap i gång med studenter ►

och psykologer. I dag ser hon en enorm potential att förändra psykiatri.

– Det vi ser nu kan leda till ett paradigmskifte i hur vi behandlar människor genom transformativa upplevelser i stället för daglig medicinering, menar hon.

DET ÄR INTE bara forskning- en på psykedeliska droger som tagit fart. Världshälsoorganisationen WHO konstaterar att intresset för och medvetenheten om psykiskt välbefinnande har nått rekordnivåer på grund av pandemin. Medierna rapporterar i allt högre utsträckning om psykedeliska drogers potentiella effekter, uppmuntrade av de lagstiftningsändringar som har genomförts i vissa amerikanska delstater. Den amerikanske journalisten Michael Pollans bok om psykedelia *How to change your mind (Psykedelisk renässans)*, 2018, och den efterföljande Netflixserien med samma namn, anses också ha bidragit till att överbrygga gapet mellan den ”vanliga svampentusiasterna” och de nyfiket intellektuella – till att samtala om magiska svampar i dag har tagit klivet in i gemene mans vardagsrum. ”Wellnessretreat”, som bland andra Nysnös retreat i Nederländerna eller konkurrenten Synthesis, där delar från shamanska ceremonier, djupt förankrade i sin ursprungskultur, lånas och skapar en modern hybrid för människor med existentiella funderingar, har också bidragit till en populärkulturell trend kring substanserna.

Fenomenet återspeglas tillskruvat i Amazon Prime-serien *Nine perfect strangers* från 2021 där Nicole Kidman syns i rollen som mystisk livstils-guru som mikrodoserar psilocybin åt en samling lyckosökande västerlänningar som tagit in på det exklusiva hälsocentret Tranquillum House. I ett annat exempel är före detta skådespelaren – numera hälsooraklet – Gwyneth Paltrows livsstilsimperium Goop där allt som rymms inom begreppet ”wellness” säljs in eller visas upp i tv-formatet The Goop Lab. Här testar Paltrow och hen-

nes kompisar psykedelia och skrattar så de nästan kissar på sig i ett inslag för att inspirera sin stora följarskara till ett mer holistiskt leverne med hjälp av psykedelia.

Enligt Ulf Bremberg är det viktigt att sära på de olika begreppen – psykedelisk forskning och psykedelia för nöjesbruk där doseringen av naturliga skäl är svår att kontrollera. Att människor tittar på en Netflixdokumentär om magiska svampar och sedan väljer att testa hemma leder inte framåt, menar han och jämför Sverige med USA där en levande debatt för att göra

**”DET ÄR UPPLE-
VELSER SOM FÅR
OSS ATT SE PÅ
VÄRLDEN OCH OSS
SJÄLVA PÅ ETT
NYTT SÄTT. VI
KÄNNER OSS MER
LEVANDE.”**

– EVA HENJE,
överläkare och docent på
Umeå universitet.

psykedelika mer allmänt tillgängligt pågår. I november 2022 blev Colorado den andra amerikanska delstaten att avkriminalisera psilocybin för privat bruk. Det kommer inte att hända i Sverige, spår Bremberg – i alla fall inte under överskådlig tid och därför måste Sverige som land i stället satsa ordentligt på medikaliseringsspåret.

– Om det här funkar vill jag att alla som är deprimerade i Sverige ska få tillgång till bättre behandling. Det är att blicka framåt, säger han.

Dock verkar människors olika behov, om det så är att delta i ett retreat i Amsterdam för att finna sig själv, eller att delta i en terapiesession ordinerad av vårdcentralen, grunda sig i något grundläggande: Människor befinner sig i en sorts existentiell kris.

– Jag tror att människor har ett behov av något meningsskapande, något som religion och andlighet tidigare har fyllt. När vi försöker ta avstånd från allt det som är bortom våra vardagliga förnimmelser uppfylls inte det behovet. Det leder till visst mått av lidande, isolering, brist på kontakt. Religion funkar som socialt klister som förenar folk. När vi inte har det blir vi olyckliga, och konsumtion fyller inga hål, säger han.

Och det är alltså här som psilocybin kommer in i bilden. I stället för att döva den känslomässiga smärtan med ett antidepressivt läkemedel, kan psilocybin ge transpersonella och ibland mystiska upplevelser, sammanfattar Eva Henje vid Umeå universitet.

– Det är upplevelser som får oss att se på världen och oss själva på ett nytt sätt och som gör att vi känner oss mer levande och delaktiga i livet.

NÄR NYSNÖS RETREAT börjar lida mot sitt slut formar de omtöcknade deltagarna en ring och håller varandra i händerna. De uppmuntras att kortfattat sammanfatta vad de just har varit med om och trevande hörs ord som ”lugn,” ”kärlek” och ”tacksamhet”. Senare ska de delta i en längre sittning för att gemensamt bearbeta upplevelsen, något som är minst lika viktigt.

– Förutom att jag inledningsvis kände mig som en desperat och privilegerad västerlänning i jakt på lycka, fick jag som en direkt konsekvens av retreatet insikt i mitt beteendemönster. Jag insåg också att gruppens stöd under hela upplevelsen var mycket viktigare än vad jag hade förväntat mig. Jag älskade hela gänget, rakt upp och ned, kände mig sedd och förstådd och framför allt, inte dömd, beskriver en av deltagarna. ☺

KINA ZEIDLER | är journalist. Hon hoppas att psykedelisk vetenskap får det genomslag den förtjänar.

FREDRIK TJERNSTRÖM | är illustratör. Han har bara använt svampar i matlagning.