

De anordnar resor – för att testa psykedelisk svamp

Olagligt i Sverige • Används inom forskning mot depression

Anna-Maria Stawreberg, Maria Östlin (foto)

Publicerad 2024-11-02 06.10

↗ Dela ↻ Spara

SNABBVERSION

- Psilocybin, en narkotikaklassad substans i Sverige, används inom forskning för behandling av bland annat depression och PTSD.
- En del svenskar reser utomlands för att testa psykedelisk svamp, dock inte som ett läkemedel vid psykisk ohälsa, utan för personlig

VISA MER ▾



Under resorna till Nederländerna används det som kallas "magiska tryfflar". Det är svampkroppar som växer under jord, och är lagliga där. I Sverige är det dock inte lagligt att inta den narkotikaklassade substansen psilocybin.
Foto: Nysnö/Martin Kiessling

Psilocybin, som finns i vissa svampar, är narkotikaklassat i Sverige.

Men forskning har på senare år visat att substansen kan hjälpa vid depression.

Svenskar åker därför utomlands för att få en tripp.

Vi har varit i Norrköping på en återträff för personer som varit på psykedeliska resor som ett led i personlig utveckling.

NORRKÖPING. Utanför den gamla herrgården börjar skymningen breda ut sig. En grupp män och kvinnor står i den lummiga trädgården.

Kramas. Pratar. Kramas igen. Vill inte riktigt skiljas åt, i alla fall inte än.

Någonstans ifrån strömmar lågmäld jazzmusik och det doftar höst.

Vi befinner oss på Skeppsudden utanför Norrköping där företaget Nysnö, som arrangerar resor med psykedeliska upplevelser i [Nederländerna](#), under några dagar har hållit i ett så kallat integrationsretreat.

Träffas efteråt för att prata

Gemensamt för männen och kvinnorna som bott på Skeppsudden de här dagarna är att de tidigare deltagit i psykedeliska retreat i Nederländerna. Nu träffas de igen för att prata om sina upplevelser och livet efter resan.

– Många kan känna sig ensamma efter en psykedelisk retreat, säger Filip Bromberg, leg psykolog som tillsammans med psykologen Johan Eriksson och psykologen och läkaren Jesper Råback är grundare av Nysnö.



Jesper Råback, Filip Bromberg och Johan Eriksson.
Foto: Maria Östlin

Sedan de startade sin verksamhet 2021 har de hållit 42 retreat för över 400 personer. Och att livet kan förändras efter en psykedelisk upplevelse råder det ingen tvekan om.

Det som började med en genuin nyfikenhet har i dag alltså växt till ett företag som erbjuder allt fler psykedeliska resor till Nederländerna. Där är det nämligen, till skillnad från i Sverige, tillåtet att köpa och inta psykedeliska, hallucinogena psilocybintryfflar.

Haft egna svåra erfarenheter av psilocybin

Trots att de tre medgrundarna själva hade svåra erfarenheter av psykedeliska upplevelser från ungdomen, var de nyfikna på vad som egentligen händer i hjärnan när en människa får i sig hallucinogener. De har länge följt forskningen kring den psykedeliska vetenskapen som påbörjades redan under 1950-talet och som tagit ny fart under 2000-talet. De har också sett studierna som visar på positiva resultat i behandling av såväl PTSD och långvariga depressioner som lindring av dödsångest i den palliativa vården.

– Men det vi arbetar med här är psykedelika som ett led i personlig utveckling, inte som ett läkemedel. Vi vill hjälpa folk att testa psilocybin under trygga och lagliga omständigheter, säger Jesper.

Deras retreatar är bara öppna för människor som upplever sig själva som friska, som inte har förhöjd risk för till exempel psykos eller bipolaritet och där det finns ett tryggt nätverk i omgivningen, redo att fånga upp personen i fråga efter retreaten.

– För att få full effekt långsiktigt behöver man vara på rätt plats i rätt tid av livet. Man måste vara redo och förberedd helt enkelt, förklarar Filip och visar in i den vackra salen ovanpå det gamla stallet där gruppen under helgen bland annat haft andningsövningar.

”Den sociala dynamiken spelar stor roll”

Det är alltså inte bara att skicka in avgiften om 36 250 kronor, sätta sig på planet till Nederländerna och därefter kasta sig ut på en psykedelisk resa. För den som anmäler sig väntar först en screening och en uttagsprocess. Därefter planeras ett antal samtalsessioner in, såväl individuella som i grupp, innan det är dags att åka till retreatcentret utanför Amsterdam.

– Det finns en poäng med att det här görs i grupp eftersom det har visat sig att den sociala dynamiken spelar stor roll under programmets två psykedeliska upplevelser, säger Johan.



"Många kan känna sig ensamma efter en psykedelisk retreat", säger Filip Bromberg.
Foto: Maria Östlin

När gruppen anländer till retreatcentret väntar fyra dagar tillsammans. Redan första dagen är det dags för den första upplevelsen. Då med en lite svagare dos psilocybin. Under hela sessionen finns en personalstyrka om fyra, fem personer i rummet.

En del kräks – andra blir rädda

Själva atmosfären är viktig, och därför är ljuset dämpat och musiken anpassad efter stämningen i gruppen. Vissa ligger på madrasser på golvet med täcke över sig och ögonmask över ansiktet. Andra sitter i trädgården och mediterar. Vissa gråter, andra skrattar. Vissa gör både och. En del mår illa och kräks, andra blir rädda.

– Vi eftersöker känslomässiga genombrott som kan leda till både skratt och gråt. Hur genombrotten artar sig vet man aldrig i förväg, konstaterar Jesper.

Det är också därför det är viktigt att sessionen genomförs under kontrollerade former. Att det hela tiden finns personal närvarande, redo att fånga upp och stötta om känslorna blir för intensiva.

Den första upplevelsen varar i ungefär fem timmar. Därefter är det en återhämtningsdag där deltagarna pratar om sina upplevelser. Nästa dag är dosen högre och varar i sex-sju timmar.

– Det som händer under en session med psilocybin är att nätverken i hjärnan tillfälligt kommunicerar på andra sätt än normalt. Den psykedeliska upplevelsen kan öppna dörrar i känslolivet som man kanske inte ens visste att man hade, säger Jesper.

– Många beskriver det som att man upplever tillvaron mycket starkare efter en psykedelisk resa. Att man känner att man är närmare livet, får närmare till sina känslor och sin kreativitet, inflikar Filip.



Många rapporterar om starka upplevelser som förändrar livet, och därför är det viktigt att **tänka** efter innan man anmäler sig till ett program, menar Jesper Råback och Filip Bromberg.
Foto: Maria Östlin

En majoritet av dem som haft en psykedelisk erfarenhet under kontrollerade och trygga former känner ett lugn och en starkare upplevelse av sammanhang efteråt. Som om man insett vad meningen med livet är och plötsligt får energi att ta tag i det som verkligen betyder något, och samtidigt kan strunta i bagateller.

Många ändrar inriktning på livet

Men, poängterar de tre psykologerna. Även om de flesta rapporterar om starka, i det närmaste andliga upplevelser som förändrar livet, är det viktigt att **tänka** efter innan man anmäler sig till ett program.

En majoritet av dem som genomgår ett program påverkas djupt av sina upplevelser. Många rapporterar att de vill byta jobb eller på annat sätt ändra inriktning på livet. Ta tag i det som skaver helt enkelt.

Därför kan det vara lämpligt att prata ihop sig med sin livspartner om man har någon, så att båda är redo för kursändring.

Å andra sidan, konstaterar Johan:

– Det är vanligt att den ena i ett förhållande åker först. Sedan kommer den andra, tre månader senare, eftersom han eller hon har sett den stora effekten på partnern förändringen och nu vill utforska samma sak för egen del.

FAKTA

Psilocybin, eller C12H16N2HPO4

- Psilocybin är det aktiva ämnet i så kallade psykedeliska svampar och är i Sverige narkotikaklassat. Under Nysnös retreatar intas det i kemisk form. Ämnet finns även i svampar som den svenska toppslätsskivlingen.
- När ruset inträder stimuleras receptorer i hjärnan som ger hallucinationer. Under ett psilocybinrus släcks vissa delar av hjärnan ner, samtidigt som andra delar

“Under själva upplevelsen blir det kaos i hjärnan”



Per Carlbring, professor i klinisk psykologi vid Stockholms universitet.
Foto: Gustaf Månsson/Svd/TT / Svenska Dagbladet

Att testa psykedelika kan innebära risker och är dessutom olagligt i Sverige. Det är varken någon quickfix eller en universallösning, oavsett om det används som ett led i en behandling eller för personlig utveckling

– Det här är absolut ett område som man behöver forska vidare på, säger Per Carlbring, professor i klinisk psykologi vid Stockholms universitet, som bland annat står bakom två vetenskapliga artiklar om psykedelika.

Han har främst studerat psilocybin i behandling mot till exempel depression, och deltar även i en planerad studie vid Lunds universitet där psilocybin används i behandling av anorexi-patienter.

– För att psykedelika ska ha positiv effekt är det viktigt att den används under rätt omständigheter. Det krävs flera möten med psykologen såväl innan som efteråt, och själva intaget behöver göras i en skyddad och genomtänkt miljö, säger Per Carlbring.

Det är alltså inte bara att inta ett gäng magiska svampar och vänta på effekten. Det krävs ett aktivt jobb både före och efter.

– I Sverige är psykedelika förbjudet enligt lag. Gör man det utomlands behövs det professionell och utbildad personal närvarande.

Det är en kraftfull substans och effekten kan enklast förklaras med att hjärnan "rebotas" i och med att psilocybinet förändrar nervcellerna i hjärnan och gör den mer plastisk.

– Under själva upplevelsen blir det kaos i hjärnan. Du hamnar i ett skört och sårbart läge där referensramarna slutar att fungera och där du är mycket lättpåverkad, säger Per Carlbring.

Omedelbart efteråt är hjärnan mer förändringsbar än tidigare under några dagar och det är också då man har möjlighet att skapa nya vanor och ersätta destruktiva **tankemönster**.

Tiden efteråt har stor betydelse för måendet



Pehr Granqvist, professor i psykologi på Stockholms universitet.
Foto: Niklas Björling

Tiden före och tiden efter en psykedelisk upplevelse spelar stor roll för hur man kommer att må efteråt.

Det poängterar Pehr Granqvist, professor i psykologi på Stockholms universitet, som bland annat studerat de andliga upplevelsorna som många får av psykedelika.

– Många har svårt att definiera den psykedeliska upplevelsen i ord, men beskrivningar som verkar återkomma är en känsla av att jaget är upplöst samtidigt som man är förenad med allt och känner en stark gemenskap. Kärlek, värme, trygghet och en förståelse för meningen med livet är också återkommande begrepp, säger han.

Många, menar Pehr Granqvist, får så kraftfulla upplevelser att de i det närmaste får en chock, och att integrera den erfarenheten i sin nya tillvaro och det fortsatta livet kan vara en utmaning. Det är också därför som det krävs både ett förberedelse- och ett efterarbete för att upplevelsen ska ha önskad effekt.

Professorn: Kommer sannolikt vara godkänd behandling i framtiden



Sverker Sikström, professor i psykologi och kursansvarig på Lunds universitet.
Foto: Lunds Universitet

Runt om i världen pågår flera studier kring psykedelika inom olika områden. På elituniversitet som Yale, Johns Hopkins och Stanford pågår forskning, men även i Sverige bedrivs studier där bland annat Stockholms universitet, Lunds universitet och Karolinska institutet varit involverade. Förra året slutfördes den första svenska kliniska studien av psykedelika i kombination med psykoterapi mot depression på Karolinska institutet, men studien är ännu inte publicerad.

Vetenskapsrådet har också delat ut statliga anslag för vidare forskning.

I Sverige verkar Nätverket för psykedelisk vetenskap sedan 2015 för att sammanställa och främja forskning om psykedelika. Nätverkets mål är att öka möjligheten till att jobba vetenskapligt och professionellt med psykedeliska substanser för att på djupet ta reda på hur substanserna kan användas i vården, men också eventuella risker.

Lunds universitet är först i Sverige med att lägga in en egen kurs i psykedelisk vetenskap på psykologprogrammet. På universitetets hemsida förklarar Sverker Sikström, professor i psykologi och kursansvarig varför:

– Det är viktigt att kunskapen om psykedelika inom behandling höjs. Detta gäller speciellt psykologstudenter, då det är sannolikt att psykedelika kommer att vara en viktig och godkänd behandlingsform i Sverige i framtiden.

Advokaten: Så ser lagen ut

Elsa Andersson, advokat och delägare på Advokatbyrån Thomas Bodström svarar:

Är det verkligen lagligt för svenska företag och svenskar att åka till Nederländerna och göra något som är olagligt i Sverige?

– Viss hantering av psykedeliska svampar i Nederländerna är lagligt enligt nederländsk rätt. Det innebär att svensk domstol inte kan lagföra personer som erbjuder behandling med psykedeliska svampar som sker i Nederländerna. Principen kallas dubbel straffbarhet: För att du som svensk medborgare ska kunna dömas i Sverige, krävs det att handlingen är olaglig såväl i landet där du utför handlingen som här i Sverige.

Innebär det att ett svenskt företag kan erbjuda vilka tjänster eller produkter som helst i ett annat land, så länge det är lagligt i landet i fråga?

– Nej. Det finns undantag och reglerna för dessa undantag framgår av andra kapitlet i Brottsbalken. Det innebär att även om en handling är laglig i ett annat land så kan en svensk medborgare straffas i Sverige om handlingen är olaglig här. Exempel på detta är brott där det inte är föreskrivet lindrigare straff än fyra års fängelse, till exempel mord eller krigsbrott. Det finns även andra undantag från kravet på dubbel straffbarhet, till exempel vissa sexualbrott och pornografibrott mot barn, äktenskapstvång och människohandel.

Det är alltså okej att åka till Nederländerna och inta psilocybin?

– Det är ett narkotikaklassat ämne som är förbjudet enligt svensk lag. Men du kan varken åtalas eller dömas för det så länge det är lagligt i Nederländerna.

ANNONS

Blodtrycksmätare att köpa:

 <p>PROSHOP Omron M6 Comfort HEM-7360-E</p> <p>1 147 kr</p>	 <p>PROSHOP Omron M3 HEM-7154-E</p> <p>899 kr</p>	 <p>APOTEA Omron HEM-FL31 Wrap Cuff</p> <p>369 kr</p>	 <p>PROSHOP Omron X7 Smart</p> <p>1 299 kr</p>	 <p>FYNDIQ Blodtrycksmätare För Överarmen Med Minnesfunktioner</p> <p>189 kr</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

 I samarbete med [Prisjakt.nu](https://prisjakt.nu)

Följ ämnen i artikeln

[Narkotika](#) [Svampar](#) [Nederländerna](#)

PLUS Tre personer om att inta psykedeliska svampar

PLUS Självhjälprådet som kan få dig att må sämre

PLUS Kim, 45, sjukskrevs för utmattning – var sjuk i sköldkörteln

PLUS Så kan du minska i vikt – OCH bygga muskler

PLUS Det händer i kroppen – så funkar fetmamedicin

Schibsted Media

Aftonbladet är en del av Schibsted Media. Schibsted News Media AB och Schibsted ASA är ansvarig för dina data på denna sida.
[Läs mer här](#)