

Pozor na vitamíny a minerály



Buďte opatrní na příjem vitamínů a minerálů v průběhu vysazování psychiatrických léků

Normální, nutný denní proces metabolizace a eliminace psychiatrických léčiv vyžaduje od těla energii a zdroje živin. Také se ukázalo, že mnoho psychiatrických léčiv prokazatelně způsobuje poškození buněk a orgánů. Během vysazování musí proběhnout velké množství fyzického hojení a regenerace, což vyžaduje živiny. Z těchto důvodů mohou někteří lidé přitahovat komerční potravinové doplňky a byliny všeho druhu v naději, že doplní nebo podpoří přirozené hojivé procesy. Dokonce již existují komerční produkty propagované jako užitečné při vysazování psychiatrických léků.

Komunita pro vysazování však má s výhodami a účinností těchto látek smíšené zkušenosti a je pochopitelné, proč. Zaprvé, užívání doplňků může někdy vytvořit dojem, že je náležitě kompenzována špatná strava. Za druhé existuje minimální výzkum oblasti bezpečnosti, účinnosti a možných škod ohledně doplňků a bylin. A také relativně malá regulace či kontrola kvality toho, co se stalo samonosným, mnohamiliardovým průmyslem. V důsledku toho obecně převládá špatné pochopení výhod nebo rizik, které by některé z těchto produktů mohly představovat pro lidské tělo. Natož pak pro tělo vystavené vysazování psychiatrického léku. Ve skutečnosti někteří v komunitě pro vysazování zjistili, že i pouhé užívání komerčně vyráběných doplňků vitamínů a minerálních látek může být pro jejich hojení škodlivé. Důvody nejsou úplně jasné; nicméně mnoho lidí má v průběhu vysazování zaživačí potíže vyvolané léky nebo jejich vysazováním. Vzhledem ke zvýšené citlivosti a reaktivitě v těle během vysazování psychiatrických léků, je možné, že zatímco zdravé tělo je schopné tolerovat vysoce zpracované doplňky, pro tělo v průběhu vysazování je to „trochu moc“.