

## **Fri från psykofarmaka PDF E-BOK**

**Martin L Kutscher,Tony Attwood,Robert R Wolff**



**Fri från psykofarmaka**

*Anna Norderlil*

Författare: Martin L Kutscher,Tony Attwood,Robert R Wolff

ISBN-10: 9789163772641

Språk: Svenska

Filstorlek: 3662 KB

## BESKRIVNING

Det är bara människor som medicinerat med psykofarmaka som verkligen vet hur livet kan kännas under medicinering, vid nedtrappning och när man avgiftats och är fri från psykofarmaka. Boken Fri från psykofarmaka bygger på vanliga människors egna erfarenheter av och kunskaper om nedtrappning av psykofarmaka och ger användbara verktyg och råd om hur den som vill trappa ned på ett skonsamt och säkert sätt kan minska sitt psykofarmakaintag eller helt sluta med det. Man får lära sig hur man undviker nedtrappningssymtom, vilka förberedelser man behöver göra innan nedtrappning och hur näring, sömn och rörelse påverkar ens mentala hälsa och balans. Boken innehåller även nödvändiga genomgångar om SSRI, de psykiatriska diagnoserna och deras tillkomst, den psykiska ohälsans historia, vårt nuvarande sjukvårdssystem och hur alltsammans påverkar ens möjlighet till rätt hjälp. Man får höra människor berätta sin historia, om sina erfarenheter av nedtrappning och om sina möten med psykiatrin. Man får möta människor som kämpat i motvind för att de trott på empatins läkande kraft och på att lyssna till människor i kris. Till vänner och familj finns ett särskilt kapitel med råd om hur man kan stödja närstående som vill trappa ned och/eller helt sluta med sitt bruk av psykofarmaka.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Fri från psykofarmaka | Stockholms Stadsbibliotek**

Definition från Wiktionary, den fria ordlistan. Hoppa till navigering Hoppa till sök. Wikipedia har en artikel om: psykofarmaka

### **Fri från tvång - Natur & Kultur - nok.se**

Vi hoppas att Proletären tar kritiken på rätt sätt och förbättrar sina möjligheter till fria djuplodande yttranden från ... Psykofarmaka måste först och ...

### **Att sluta med psykofarmaka | Karneval förlag**

Jag heter Anna Nederdal och har egen erfarenhet av psykofarmaka och nedtrappning och hjälper dagligen människor i det svåra arbetet att minska och bli fri från ...

**FRI FRÅN PSYKOFARMAKA**

***LÄS MER***