



Iboga-Behandlung zu Hause

VORBEREITUNGEN FÜR EINE BEHANDLUNG



ZWEI WOCHEN VOR DER IBOGA- BEHANDLUNG

Medikamente

- **Wenn dir Antidepressiva oder andere Psychopharmaka von deinem Arzt verschrieben wurden, setze sie mindestens 2 Wochen vor der Behandlung ab.**

Besprich dies unbedingt vorher mit deinem Arzt! Viele Psychopharmaka müssen langsam abgesetzt werden.

- **Wenn du aus irgendeinem Grund die Einnahme deiner Medikamente nicht abbrechen kannst, darfst du auf keinen Fall eine Ibogain-Behandlung erhalten!**

Die Person, die dich betreut, muss unbedingt von allen Medikamenten, inklusive Vitaminpräparaten, Kräutern und Nahrungsergänzungsmitteln, die du 2 Wochen vor deiner Behandlung genommen hast, erfahren. Viele Medikamente interagieren schlecht mit Ibogain. Recherchiere vorab unbedingt, ob die Medikamente, die du genommen hast, mit Ibogain sicher sind.

EINE WOCHE VOR DER IBOGA-BEHANDLUNG

In der Woche vor einer Iboga-Behandlung musst du dich entsprechend vorbereiten. Dazu gehört eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung, reich an Mineralien.

- **Nimm täglich 500 mg Magnesium (idealerweise Magnesiumcitrat) zu dir.**

Vermeide Magnesiumoxid, außer du findest keine andere Form von Magnesium.

- **Nimm täglich 3 mal 1500 mg Chlorella vulgaris.**

Das hilft dein Herz zu schützen, den Elektrolyt-Haushalt deines Körpers zu auszubalancieren und deine Muskelfasern zu glätten.

- **Achte auf eine überwiegend vegetarische Ernährung.**

Wenn du nicht auf Fleisch verzichten kannst, achte darauf, dass du ausreichend Obst und Gemüse zu dir nimmst. Halte den Anteil von Fleisch und Fisch in deiner Ernährung klein.

- **Verzichte auf fettreiche, stark gesalzene, stark zuckerhaltige und koffeinhaltige Lebensmittel und Getränke. Vermeide Fastfood, Grapefruit und Chinin (Tonic Water).**

Achte darauf, dass du reichlich trinkst, mindestens 2 Liter Wasser jeden Tag.

- **Nimm reichlich Elektrolyte zu dir, idealerweise in Form von Kokoswasser. Falls nicht verfügbar, kannst du auch Gatorade oder ähnliches trinken, was jedoch Zucker enthält.**

VORBEREITUNGEN FÜR SUCHTKRANKE

- **Trinke mindestens 5 Tage vor der Behandlung keinen Alkohol.**

Alkohol kann bei Iboga-Behandlungen zu lebensgefährlichen Zuständen führen.

- **Wenn du Methamphetamine, Ritalin (Methylphenidat), Dextromethorphan oder Ecstasy (MDMA) konsumierst, ist es lebenswichtig dass du diese Substanzen für mindestens 2 Wochen vor deiner Behandlung nicht einnimmst.**

Diese Substanzen können zu Angst und Zweifel führen, was deine Behandlung erschwert. Weiters kann es zu lebensgefährlichen Zuständen kommen.

VORBEREITUNGEN FÜR OPIAT-ABHÄNGIGE

- **Wenn du derzeit Methadon oder ähnliche Opiate nimmst, kann es hilfreich sein mindestens eine Woche vor der Behandlung auf Opiate zu wechseln, die kürzer wirken.**

Das Entfernen der Effekte von lang wirkenden Opiaten aus deinem Körper ist wesentlich schwieriger. Die Erfolgsrate bei der Reduktion oder Entfernung von Entzugssymptomen bei kurz wirkenden Opiaten wie Heroin ist deutlich besser.

Ibogain-Behandlungen für Methadon oder ähnliche Substanzen erfordert oft höhere Ibogain-Dosen oder mehr sekundäre Dosen. Diese zusätzlichen Dosen machen es schwieriger deine Therapie durchzuführen und führen zu deutlich höheren Behandlungskosten.