



Zavisnost od droga

(Drogenabhängigkeit)

◆ Zašto ljudi uzimaju droge, iako svako zna da su one štetne?

Razlozi za uzimanje droge, mogu individualno biti vrlo različiti. Na početku je to često opravdana želja da se čovek dobro oseća, možda da doživi „Kick“, da pobjegne od svakodnevnice ili da se dobro provede sa svojim prijateljima. Naročito mladi ljudi su spremni da rizikuju i eksperimentišu u svojoj potrazi za novim iskustvima. Droge, koje se dele uglavnom u krugu poznatih, mogu na početku voditi do vrlo pozitivnog doživljaja. Često se i lični problemi pod uticajem droge doživljavaju kao manje opterećujući ili nam neke stvari padaju lakše. Na primer hiperaktivni mladi ljudi pod uticajem smirujućih supstanci kao što je kanabis postaju mirniji, ili inače stidljive osobe pod uticajem aktivirajućih droga kao što je ekstazi mogu lakše da pokažu svoja osećanja. Početna pozitivna iskustva vode do ponovnog konzumiranja droga, prethodne informacije o štetnom uticaju bivaju potisnute. Opasnost od razvijanja zavisnosti se najčešće u potpunosti potcenjuje.

◆ Šta se dešava u mozgu prilikom konzumiranja droga, od kada se smatra da počinje zavisnost od droga?

Sve droge, bilo legalne ili ilegalne, dovode do izlučivanja neurotransmitera dopamina u mozgu i zbog toga se javlja osećaj nagrade. Na podmukao način i tako da konzument to ne primeti, u nervnim ćelijama pod uticajem droga nastupaju dugoročne promene, koje utiču na potrebu za drogom i pojačavaju motivaciju za ponovnim uzimanjem droge. Ranije se često prebacivalo zavisnicima od droge da imaju „slab karakter“, jer „žele“ da uzimaju drogu. Danas se na osnovu neurobioloških istraživanja zna da se upravo ta volja patološki menja pod uticajem droga. Sposobnost kontrole konzumiranja je ograničena ili prekinuta tim promenama u mozgu, interesovanja se usmeravaju samo na droge. U toku razvoja zavisnosti pojavljuju se telesne ili psihičke reakcije na uzdržavanje od uzimanja droga, želja postaje potreba, zahtevanje, koje se može smiriti samo ponovnim uzimanjem droge. A da bi se postiglo zadovoljavajuće dejstvo, mora se povećavati doziranje. Negativne posledice kao što su oštećeno zdravlje, potencijalni gubitak posla ili konflikti sa partnerom tada više ne mogu uticati na prestanak konzumiranja. Ukoliko je ispunjeno više ovih kriterijuma govori se o zavisnosti. Postizanje toga da sama osoba bude svesna problematike je dugotrajan i težak proces. Samo-spoznaju ometa dejstvo droge, uglavnom se posledice konzumiranja droge dugo potcenjuju i nipodaštavaju. Povratne informacije iz okoline koje podstiču na razmišljanje ali i popriličan pritisak mogu ubrzati proces.

◆ Postoje li razlike u načinu delovanja i opasnosti droga?

Pored navedenih zajedničkih osobina naravno postoji i mnogo razlika između pojedinačnih supstanci. Droge kao što su heroin ili tečni ekstazi izazivaju telesnu zavisnost već posle relativno kratkog vremena redovnog konzumiranja, nasuprot tome hašiš mogu mnogi konzumenti kontrolisano konzumirati duži vremenski period. Ekstazi može prouzrokovati komplikacije opasne po život kao što su epileptični napadi i oštetiti nervne ćelije u mozgu, LSD može pokrenuti psihoze, dok nasuprot tome, i što je iznenađujuće, upravo opijati, koji stvaraju ekstremnu zavisnost, najpre u ne prevelikoj dozi jedva da akutno oštete telo. Ovde će pre doći do komplikacija npr. predoziranje, upotrebom nehigijenskih špricева ili zapostavljanjem sopstvenog tela.



Ako bismo navodili razlike do detalja morali bismo da širimo priču. Internetstrane kao što je www.drugcom.de ili www.pille-palle.net nude stručne informacije o tome. Za razvoj problema zavisnosti su mnogo važniji sami konzumenti i njihova okolina od razlika između pojedinačnih droga. Značajnu ulogu mogu imati genetski faktori, bolest zavisnosti u porodici, uticaj vaspitanja, opterećujući životni događaji, psihički problemi ali i godine starosti. Naročito deca i mladi su zbog nezavršenog razvoja mozga više ugroženi od odraslih.

◆ Koje metode lečenja postoje za zavisnost od droge?

Zavisnost od droge je jedno hronično, često doživotno oboljenje. Prema stadijumu oboljenja postoje i različite mogućnosti lečenja. Konzumentima droge često treba dugo vremena da uoče vezu između konzumiranja droge i svojih problema. Značajan cilj u ovoj fazi bolesti je poboljšati uvid u te veze i povećati motivaciju za preduzimanje mera protiv zavisnosti kao uzroka problema. S obzirom da droge olakšavaju da čovek sam nešto umišlja, često tek posle jednog uzdržavanja postaje moguće realistično suočavanje sa aktuelnom situacijom i daljom životnom perspektivom. Uzdržavanje od droge se uglavnom sprovodi stacionarno specijalnim odeljenjima psihijatrijskih bolnica. Mnogi zavisnici od droge, a i njihovi rođaci posle apstinencije misle da su „uspeli“ i da su „izlečeni“. Pritom potcenjuju nažalost psihičku zavisnost i veliku opasnost od povratka drogi. Navedeni faktori rizika koji su i doveli do razvoja zavisnosti su prisutni i posle apstinencije, uz to tu su i drugi problemi, do kojih je došlo razvijanjem zavisnosti. Nezaposlenost, teatralna socijalna okolina, nerešeni porodični konflikti, depresija, dosada ili telesne poteškoće povećavaju spremnost da se ponovo posegne za drogom čak i posle uzdržavanja. Zavisnici od opijata, koji su suviše nestabilni ili nisu motivisani za apstinencijalno orijentisano lečenje, imaju mogućnost da stabilizuju svoje stanje kod specijalno obučanih registrovanih lekara metodom lečenja supstitucijom (zamenom). Pritom se ranije ilegalno nabavljan i konzumiran opijat zamenjuje legalnim opijatom koga je propisao lekar. Dugotrajna apstinencija može se postići što se tiče mnogih zavisnika tek u okviru lečenja odvikavanjem, koje se po pravilu sprovodi stacionarno. Njima treba zaštićen prostor, koji pruža podršku i razumevanje suštine, daleko od sveta droge, kako bi mogli postepeno da dovedu u red svoju unutrašnjost i svoj život. Lečenjem zavisnici od droge treba da nauče, da se ponovo trezveno postave prema svakodnevnom životu i da razviju strategije rešavanja problema. Problemi i situacije, koji mogu dovesti do povećane pretnje vraćanja drogi, trebaju biti prepoznati, a alternativne strategije za njihovo savladavanje trebaju biti primenjene. Nova pozitivna iskustva treba da pojačaju motivaciju i sposobnost za apstinenciju. Povratak u „normalan“ život posle odgovarajuće terapije nije ni malo jednostavan i može da se postigne preko više stupnjeva, kao što je terapija prilagođavanja ili kućna nega i podrška. U zavisnosti od problema naknadnu negu i podršku mogu predstavljati i ambulantne psihoterapije, psihijatrijsko lečenje kod stručnog lekara ili u nekoj institutskoj ambulanti, psihosocijalno savetovanje u savetovalištim za zavisnike od droge ili u grupama za samopomoć.

Šire informacije možete naći na internet strani Nemačkog centra za bolesti zavisnosti registrovano udruženje (DHS): www.dhs.de. Pregled ponuda za lečenje u Vašem regionu dobićete na www.zfp-web.de.