



ODVISNOST OD PREPOVEDENIH DROG

Erika Zelko

1. *Kakšne težave in zaplete lahko pričakujete, če ste odvisni od prepovedanih drog?*

Težave in zapleti so številni:

- droge vplivajo na stopnjo zavesti in razpoloženja ter lahko sprožijo halucinacije,
- vedenjske motnje pri otrocih in mladostnikih,
- nespečnost in depresija,
- nesposobnost koncentracije,
- zmanjšana poklicna in šolska uspešnost,
- nejasne trebušne težave in bolečine,
- glavoboli,
- sledi vbodov na različnih delih telesa,
- kronične težave z nosno sluznico (kokain),
- spremenjena širina očesne zenice (ozke pri heroinu),
- motnje srčnega ritma,
- povečano tveganje za nastanek nesreč,
- finančne težave,
- zahtevno in manipulativno vedenje bolnika,
- večja možnost okužb s hepatitisom B in C ter virusom HIV.

2. *Kaj lahko sami storite za preprečevanje odvisnosti od drog?*

Vzroki, zakaj se posameznik odloči za jemanje prepovedanih drog in substanc, so številni in velikokrat ne popolnoma jasni. Preventiva preprečevanja škodljive rabe drog pa je izjemno zahtevna in odvisna od več dejavnikov. Najpomembnejša zagotovo ostaja vloga družine, ki lahko prva opazi in ustrezno ukrepa ob pojavu zlorabe prepovedanih substanc. Ustrezno sporazumevanje in postavljanje meja, znotraj katerih se mladostnik razvija in prevzema polno odgovornost za svoje ravnanje, so najpomembnejša preventiva. Sodelovanje ožje družine s šolo, delovnimi organizacijami ter zdravstvom dodatno omogoči hitro ukrepanje in dovolj zgodnje prepoznavanje problematike. Učenje socialnih veščin, ustrezna pritožba dejavnost in kakovostno preživljanje prostega časa so dodatni zaščitni ukrepi za preprečevanje odvisnosti od prepovedanih drog.

3. *Kdaj morate k zdravniku?*

V primeru pogoste zlorabe ali odvisnosti od prepovedanih drog ter zaradi morebiti že prisotnih zdravstvenih težav je potrebno obiskati zdravnika, ki vas bo lahko sam uspešno zdravil ali vas bo napotil v specializirane ustanove, ki se s problematiko zdravljenja odvisnosti od prepovedanih drog intenzivno ukvarjajo. Pogosto se zgodi, da je odvisnik do svojega stanja nekritičen in ga k zdravniku – bolj ali manj prisilno – napotijo prijatelji, člani družine ali obstoječe zdravstvene težave.



4. Razvoj odvisnosti od prepovedanih drog

Žal pogosto prve opozorilne znake spregledamo, tako da odvisnost v zgodnji fazi redko odkrijemo, razen, kadar odvisnik sam ne prepozna škodljivega vedenja in sam ne poišče ustrezne pomoči. Najpogosteje se odvisnost prepozna v fazi napredovalega sindroma odvisnosti, ko se pojavijo prve zdravstvene težave (motnje odvajanja blata, glavoboli, lahko halucinacije, vnetja žil in srčne mišice, hepatitis ...). Poskusi samomora in predoziranja so stanja, ki lahko spremljajo katerokoli stopnjo v razvoju odvisnosti od prepovedanih drog. Teža in poglobljanje sindroma odvisnosti so odvisni od oblike drog, pogostnosti uživanja in nenazadnje dostopnosti posameznih substanc.

5. Kako poteka spremljanje bolnika, ki je odvisen od prepovedanih drog?

V ambulantah imamo na razpolago posamezne teste za ugotavljanje prisotnosti nedovoljenih substanc v krvi in urinu. Vešči uporabniki prepovedanih drog lahko predvsem z urinskimi testi manipulirajo in jih prikažejo kot lažno negativne. V primerih, da gre za znanega odvisnika, se opravi odvzem urina pod nadzorom zdravstvenega delavca, vendar mora z takim načinom odvzema odvisnik soglašati. Testiranja brez soglasja odvisnika ali potencialnega odvisnika, ki je mladoleten, niso zaželeni, saj v procesu morebitnega nadaljnjega zdravljenja ne prispevajo k vzpostavitvi zaupnega odnosa med terapevtom in odvisnikom. Slednje pa je nujno potrebno za učinkovito vodenje in zdravljenje odvisnika. V proces zdravljenja je potrebno pritegniti vsaj eno kontaktno osebo, ki lahko heteroanamnestično potrdi ali ovrže navedbe učinkovitega upoštevanja navodil terapevta in abstinence od prepovedanih drog. Kontrolni pregledi so v začetku pogostejši – vsaj enkrat tedensko in nam omogočijo vpogled v dejanske spremembe vedenja, urejenosti in abstinence nekdanjega odvisnika.

6. Kako poteka zdravljenje bolnika, ki je odvisen od prepovedanih drog?

Zdravljenje odvisnosti je odvisno od želja in pripravljenosti odvisnika ter mora biti prostovoljno, saj le tako lahko pričakujemo uspeh. Za cilj pomoči oz. zdravljenja odvisnih od drog ni le detoksikacija in življenje brez drog, ampak tudi druge oblike zdravniške pomoči, ki pomagajo zmanjšati možnost okužbe s hepatitisom C in B ter HIV (AIDS), predoziranja in druge oblike škode, ki jih povzroča uporaba droge. Za vsakega posameznika je potrebno zbrati primerno obliko zdravljenja in primeren program.

Dober je le tisti program, ki upošteva vse tri vidike odvisnosti, in sicer biološki, psihološki in socialni vidik:

- zdravljenje motnje v funkcioniranju možganov (z zdravili ali brez),
- psihoterapija (svetovanje, vedenjska terapija, individualno, skupinsko delo ...),
- urejanje socialnih problemov (služba, šola ...).

V Sloveniji je na razpolago kar nekaj programov za zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog. Ločimo jih v grobem na nizko- in visokoprazne, glede na zahtevnost in predvstopne priprave ter pogoje.



Nizkopražni programi so vsi tisti, kamor lahko vstopa večina odvisnikov brez večjih predvstopnih zahtev in so primerni tudi za tiste, ki sicer ne nameravajo vzpostaviti abstinence od prepovedanih drog, se pa želijo poučiti o varnem jemanju drog, škodljivosti svojega ravnanja in opraviti morebitna testiranja za hepatitis B in C ter HIV okužbo. Nizkopražni programi so tisti, s pomočjo katerih želijo usposobljeni strokovnjaki vzpostaviti prvi stik z odvisniki ter jih motivirati za vstop v višje programe zdravljenja. Med najbolj organiziranimi programi, ki imajo vzpostavljeno mrežo po Slovenije in delujejo v okviru zdravstvenih ustanov, so metadonski programi. V teh programih običajno delajo zdravnik, medicinska sestra, lahko psihiater ali psiholog in socialni delavec. V programu imajo odvisniki zagotovljeno ustrezno nadomestno zdravljenje z metadonom ali drugimi ustreznimi substancami, zdravstveno varstvo, skupinske terapije in zdravstveno-vzgojne programe.

V kolikor se odvisniki ne želijo vključiti v nadomestno metadonsko zdravljenje, se lahko vključijo v viskopražne programe, ki zahtevajo takojšnjo abstinenco brez nadomestnega zdravljenja z drugimi odvisnost povzročajočimi substancami. Projekt Človek, terapevtske komune različnih ustanoviteljev, programi, ki jih vodijo bivši odvisniki, so le nekatere med njimi. Neredko pa je ravno financiranje lahko velika ovira za vključevanje odvisnikov, še posebej to velja za programe, ki so organizirani v tujini.

Bistveno pa je, kateri program zdravljenja je v nekem trenutku za posamezno osebo najbolj primeren, ne pa kateri je v osnovi najboljši.

7. Kako odvisnost od prepovedanih drog vpliva na vaše življenje?

Odvisnost od prepovedanih drog ne prizadene samo odvisnika, ki se v začetni fazi odvisnosti ne počuti ogroženega, niti nima posebnih zdravstvenih težav, temveč vse, ki živijo skupaj z njim. Socialna izoliranost, finančne težave in pogosto z njimi povezano kriminalno vedenje so le del težav, s katerimi se soočajo odvisnik in ožji družinski člani. Stigmatizacija, nevarnost dodatnih okužb zaradi tveganega vedenja (injiciranje drog v žilo, prostitucija) lahko celo poglobita odvisnost in vsekakor ne olajšata abstinence ter rehabilitacije po povratku. Življenjska doba je v primeru nezdravljenja odvisnosti skrajšana tudi zaradi zdravstvenih zapletov, ki spremljajo tvegano vedenje zlorabe prepovedanih drog.

8. Ali in kako lahko nastanek odvisnosti od prepovedanih drog preprečite?

Modeli, ki poskušajo pojasniti nastanek odvisnosti, so številni in zajemajo različne teorije. Nekateri zagovarjajo biološki model, po katerem odvisnosti ne moremo preprečiti, če prizadeti pride v stik z nedovoljeno substanco. Vedenjski modeli pogojujejo nastanek odvisnosti z različnimi vplivi družbe in nezadostnimi vedenjskimi vzorci ter nerazvitimi socialnimi veščinami, ki bi običajno posameznika zaščitile pred razvojem odvisnosti. Pri vseh modelih pa se poudarja pomen dobrega sporazumevanja, zaupljivega vzdušja, družbenih vrednot, socialnih veščin in okolja, ki vzpodbujata »neodvisni« model življenja. S pomočjo cepljena proti hepatitisu B pa lahko preprečimo in omejimo širjenje virusne infekcije jeter.