

Srednja šola za farmacijo, kozmetiko in zdravstvo

Droge

Seminarska naloga

Predmet: zdravstvena vzgoja

Ljubljana, maj 2008

Povzetek

Seminarska naloga, ki jo predstavljam govori o tem kaj so droge, kako jih delimo glede na vrsto, zakaj ljudje sploh jemljejo droge in kako se razvije odvisnost. Opisane so stopnje odvisnosti ter kako se odvisnost zdravi. Navedeni so vzroki za zlorabo drog in kako preprečujemo zlorabo. Pomembno je tudi prepoznavanje uživalca drog. Na koncu seminarske naloge pa so zapisane še posledice, ki jih pusti zloraba drog. Dodano je še izrazoslovje, ki se uporablja kadar govorimo o drogah.

Kazalo vsebine

1. Uvod.....	4
2. Kaj so droge?.....	5
2.1. Vrste psihoaktivnih snovi.....	5
3. Odvisnost od drog.....	5
3.1. Stopnje odvisnosti.....	6
3.2. Zdravljenje odvisnosti od drog.....	6
4. Zloraba drog.....	8
4.1. Vzroki za uporabo psihoaktivnih snovi.....	8
4.2. Preprečevanje zlorabe ilegalnih drog.....	9
4.2.1 Prepoznavanje uživalca drog.....	10
4.3. Posledice zlorabe psihoaktivnih snovi.....	10
4.3.1 Posledice pri posamezniku.....	10
4.3.2 Družbene posledice.....	11
5. Izrazoslovje.....	11
6. Zaključek.....	12
Viri.....	12

1. Uvod

Vedno več otrok in mladostnikov eksperimentira z drogami ali jih celo že zlorablja, kar ima vedno pogostejše usodne posledice. Na tržišču se pojavljajo nove in močnejše droge, ki ne ogrožajo le zdravja otrok in mladostnikov, ampak imajo negativne posledice na celotno družbo. Družina in šola sta instituciji, ki lahko največ prispevata k preprečevanju zlorabe drog. Preprečevanje se mora začeti, še preden je prepozno. Izobraževanje učencev, učiteljev in staršev je osnovna sestavina vsakega programa za preprečevanje uporabe drog. Pri tem ni pomembno le poznavanje škodljivega delovanja drog, ampak tudi razvijanje socialnih veščin, ki pomagajo otrokom, da bodo drogam lažje rekli »ne«.

2. Kaj so droge?

To so psihoaktivne snovi, to pomeni snovi, ki zaradi svoje kemične sestave in učinkov na človeški organizem spreminjajo počutje, mišljenje in vedenje uživalca. Droga je vsaka snov, ki jo človek na kakršenkoli način vnese v svoj organizem (najpogosteje s kajenjem, hranjenjem, vdihovanjem ali intravenoznim vbrizgavanjem) in ki v njem sproža določene učinke, pozneje pa lahko tudi odvisnost. Droge delimo na legalne in ilegalne. Legalnost določene droge pa nič ne pove o njeni škodljivosti.

2.1. *Vrste psihoaktivnih snovi*

Med psihoaktivne snovi sodijo:

- opiodi(to so opij, morfij, heroin, kodein in sintetični analgetiki, med katere spada tudi metadon);
- kanabinoidi;
- sedativi in hipnotiki;
- kokain in drugi stimulansi(ekstazi, amfetamini, kokain, krek);
- halucinogeni(LSD, psilocibin)
- tobak in alkohol

Prepovedane ali ilegalne psihoaktivne snovi so tiste, katerih prodaja, nakup in posedovanje ni dovoljeno, prav tako pa tudi ne omogočanje njihove uporabe. Vsakdo, ki prodaja, ima ali omogoča uporabo prepovedanih psihoaktivnih snovi, tvega, da bo zaradi svojega početja odgovarjal sodniku.

Uporaba nekaterih psihoaktivnih snovi, kot so na primer zdravila za zdravljenje v bolnici oziroma na zdravniški recept, je pod kontrolo zdravstvenega osebja.

Med **dovoljene droge** sodijo alkohol, tobak, kava in pravi čaj. Te droge nimajo posebne zdravilne vrednosti ali pa je ta zelo majhna, lahko pa so zelo škodljive in prav tako povzročajo odvisnost.

3. Odvisnost od drog

Odvisnost je neobvladljiva želja po uporabi droge v vse večjih odmerkih in vse bolj pogosto, kljub resnim telesnim in psihičnim stranskim učinkom in izredni porušeni uporabnikove samopodobe in njegovih odnosov do drugih oseb.

Odvisnost je tudi motnja, ki se odraža kot stanje prilagoditve telesa (fizična odvisnost) na rabo določene psihoaktivne snovi. Odtegnitev te snovi povzroči odtegnitveno stanje, ki ga odpravi ponovno zaužitje podobne ali enake snovi. Odvisnost spremlja tudi subjektivni občutek potrebe po psihoaktivni snovi (psihična odvisnost), s katero se doseže pričakovani učinek. Dandanes ne ločujemo več med psihično in fizično odvisnostjo, ampak uporabljamo sodobni pogled, ki ugotavlja stopnjo prilagoditve živčevja, do katere je prišlo na celični, metabolni ali vedenjski ravni.

3.1. **Stopnje odvisnosti**

Odvisnost od psihoaktivnih snovi ne pride čez noč, temveč gre skozi določene stopnje:

- **Eksperimentiranje:** spogledovanje, poskusi uživanja, pritisk vrstnikov.
- **»Rekreacijska« ali »socialna« zloraba drog:** družabne situacije (npr. praznovanja, plesi).
- **Preokupiranost z drogo:** stalna prisotnost droge (pogovor o drogi), opuščanje drugih interesov in dejavnosti, prehajanje z manj na bolj nevarne droge. Sprememba osebnosti uživalca: bolj razburljiv, konflikten, tesnoben, depresiven.
- **Pretirano, ekscesivno uživanje drog:** prehod na nevarnejše droge, spremembe življenjskega sloga, spremembe vrednot, nezanimanje za miselno delo, brez motivov za kakršnokoli ustvarjalno dejavnost, škodljive posledice na čustvenem, telesnem in socialnem področju se stopnjujejo, abstinenčna kriza to je odtegnitveno stanje, ko droge ni). Prisotna je močna želja po določeni psihoaktivni snovi.

S stopnjevanjem zlorabe psihoaktivne snovi pride do **tolerance**. To je pa pojav, ko je za doseganje enakega učinka potreben vedno večji odmerek določene psihoaktivne snovi. Za odvisnost je značilno tudi **odvisniško vedenje**. To je preveliko poželenje in kompulzivnost (prisila). Prizadeta oseba takega vedenja praviloma ne more nadzorovati.

3.2. **Zdravljenje odvisnosti od drog**

Za cilj pomoči oz. zdravljenja odvisnih od drog se ne smatra le detoksikacija in življenje brez drog, ampak tudi druge oblike zdravniške pomoči, ki pomagajo zmanjšati možnost okužbe z hepatitisom C, B in 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 aspekte odvisnosti, in sicer biološki, psihološki in socialni aspekt:

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

Za pomoč odvisnikom na njihovi poti k spremembi so se razvili pri nas številni nizkopražni programi - programi za zmanjševanje škode kot je izmenjava igel, razna društva za pomoč odvisnikom in staršem (Zarja, Svit, Up), ter visokopražni oz. bolj zahtevni programi zdravljenja: Projekt človek, Komune, Metadonski program, Detoksikacijski oddelek v Centru za zdravljenje odvisnih od drog v Ljubljani. Bistveno je kateri program zdravljenja je v tem trenutku za posamezno osebo najbolj primeren, na pa kateri je v osnovi najboljši.

Uspešnost zdravljenja je odvisna tudi od ustreznega trajanja zdravljenja. Posameznik napreduje v zdravljenju odvisnosti različno hitro, tako da je nemogoče napovedati dolžino trajanja zdravljenja.

Generalno, za bolnišnično oz. stacionarno, kakor tudi za ambulantno zdravljenje velja da če traja manj kot 90 dni uspeh je minimalen, ali ga sploh ni, tako da je pogosto potrebno pomembno daljše trajanje zdravljenja. Za metadonski vzdrževalni program 12-mesečno zdravljenje je minimum, za posameznike je bolj koristno če vzdrževalno zdravljenje traja tudi leta.

Metadon kot zdravilo za zdravljenje heroinskih odvisnikov se je začel uporabljati v šestdesetih letih našega stoletja. Danes pa je to priznana metoda zdravljenja heroinskih odvisnikov v svetu. Terapija je uspešna, če upoštevamo terapevtska načela. Pri tem je pomembno, da ima terapevtski program čim več dodatnih programov, ki omogočajo odvisniku vsestransko vključevanje v vsakodnevno življenje in uspešno socialno rehabilitacijo..

4. Zloraba drog

4.1. **Vzroki za uporabo psihoaktivnih snovi**

Razlogov je precej, seveda pa niso pri vseh enaki. Največkrat gre za splet različnih dejavnikov (radovednosti, upornišva, težav pri vključevanju med vrstnike, želje po ugodju, bežanja pred slabim počutjem, ...) in povodov (pritiska vrstnikov, želj po dokazovanju, priložnosti, bolečine, ...) . Pri tem so pomembni vedenje o drogah, že omenjeni odnos do uživanja slednjih oziroma ugodja in sposobnost samonadzorovanja.

Mladostnik se za drogo običajno odloči zavestno. Začne jo poskušati oz.

eksperimentirati z njo. Iz kroga poskuševalcev preidejo med pogostejše uživalce po navadi tisti, ki imajo osebnostnem razvoju več šibkih točk, kar je seveda odvisno od življenja v družini, odnosov, ki vladajo v njem, in pozitivnih potrditev v širšem socialnem okolju. Statistični podatki kažejo, da večina zasvojenecv prihaja iz neurejenih družinskih okolij. Običajno so starši ločeni ali pa prezaposleni, da bi se dovolj ukvarjali s svojim otrokom. Vendar je ravno družina najpomembnejši preventivni steber. Tam, kjer družinski člani živijo drug z drugim in ne drug mimo drugega, je verjetnost, da bo mladostnik posegel po drogah, dosti manjša.

Vzrokov za zlorabo psihoaktivnih snovi, ki kasneje lahko vodi v zasvojenost je več, nakopičeni so v več plasteh. Uporabo drog in odvisnost lahko razumemo le v trikotniku človek – droga – družba.

Dejavniki posameznika:

- osebnostne značilnosti,
- stališča in prepričanja,
- dednost,...

Družba:

- družina,
- vrstniki,
- šola,
- osebnostne situacije,
- policija,
- lokalna skupnost,

- družbene norme in ukrepi,
- mediji,
- tržišтво,
- cena,
- zakonodaja,...

Dejavniki drog

- lastnosti dovoljenih in nedovoljenih drog,
- količina droge (doza),
- način uživanja oziroma poti vnosa (nap. kajenje, vbrizgavanje, itn.)
- intenzivnost uporabe (pogostost uživanja),
- kombinacija drog,...

Strokovna literatura skuša razložiti vzroke za uporabo drog z različnimi teorijami:

- biološka teorija (vzrok za jemanje drog je dedna zasnova)
- psihosocialna teorija (vzrok za jemanje drog je osebnost in vedenje človeka)
- sociokulturna teorija (vzroka sta čas in prostor, v katerem živimo)

Ljudje uporabljajo droge pogosto iz naslednjih razlogov: da bi našli pozabo, mir, da bi si razširili zavest ali dosegli evforično stanje (to je ugodje, blaženost, pretirano veselje brez vzroka). Nekateri pa uporabljajo droge kot način zabave, za blaženje stresa, tesnobe in kot začasen pobeg. Med mladostniki je jemanje drog lahko posledica pritiska vrstnikov.

4.2. Preprečevanje zlorabe ilegalnih drog

Strategija za preprečevanje uporabe ilegalnih drog se deli v dve veliki skupini:

- **zmanjševanje povpraševanja:** preprečevanje (preventiva) – naučiti ljudi, da je možno življenje brez drog; pomoč odvisnim; zdravljenje;
- **zmanjševanje ponudbe:** policijski, kriminalistični, sodni, gospodarski in drugi ukrepi, usmerjeni v to, da se prepreči trgovanje in se droge ne pojavijo na tržišču oziroma da se jih pojavi čim manj, ter kaznovanje prekupčevalcev.

Ker leže vzroki za zlorabo drog in za zasvojenost z njimi v več plasteh, morata temu ustrezati tudi zdravljenje in preprečevanje. Najvažnejši varnostni ukrepi so po eni strani sistematično in obsežno prosvetljevanje prebivalstva o številnih vzrokih nastanka

zasvojenosti z drogami, po drugi strani pa nenehno prizadevanje, da bi ponovno zgradili in utrdili medčloveške odnose, posebno odnose v družini.

Za prebivalstvo, zlasti učitelje, starše in mladostnike, ki jih ogrožajo droge, bi morali prirediti pogovore o tem, kako tvegano početje je uživanje drog, obveščati in poučevati bi jih morali tudi z vsemi razpoložljivimi sredstvi obveščanja (časopis, radio, televizija...). S takim obveščanjem prebivalstva bi morali odpraviti predsodke do to zasvojencev. Le tako jih je mogoče rešiti iz njihove družbene izolacije.

Mlad odvisnik ima možnosti, da zbudi naše sočutje. A to sočutje mu moramo odreči, saj odvisnik rabi našo moč in ne podpore njegovih slabosti. Cilj preventive ni samo v tem, da mladega človeka odtegnemo od drog, temveč moramo iskati način za odkrit pogovor, da bi izoblikovali nove življenjske možnosti. Odrasli kakor mladi se morajo naučiti premagovati konfliktne situacije brez drog.

4.2.1 Prepoznavanje uživalca drog

Pozoren je treba biti na:

- spremembe v šolskem uspehu,
- fizične spremembe (rdeče oči, sledi vbodov, zanemarjenost in neurejenost),
- spremembe v prehranjevalnih in spalnih navadah (nespečnost, dremanje in spanje ob neobičajnih urah, izgubljanje telesne teže, nenadno povečanje ali zmanjšanje teka),
- nova družba (novi prijatelji, ki se razlikujejo od prejšnjih po videzu in obnašanju),
- spremembe v obnašanju (slaba volja, potrtnost, preganjavice, sovražnost, izredna občutljivost, izguba interesa za prejšnje hobije in dejavnosti, poznavanje kulture nedovoljenih drog in zbirališče uživalcev, laganje),
- fizični dokazi (pripomočki za uživanje nedovoljenih drog in same droge: papirčki za zavijanje cigaret, razne pipe, ožgane žlice, injekcije za vbizganje, citronka, čudni vonji ali vonji, ki poskušajo prekriti čudni vonji, razne praškaste in rastlinske snovi, tablete ipd.),
- izginjanje denarja (mladostniki kradejo denar iz denarnic staršev, prodajajo svoje stvari in predmete iz stanovanja ipd.).

4.3. *Posledice zlorabe psihoaktivnih snovi*

4.3.1 Posledice pri posamezniku

Uporaba psihoaktivnih snovi je povezana z vrsto posledic – za posameznika in družbo. Posledice pri posamezniku se kažejo kot motnje pri učenju in delu, v medsebojnih odnosih, kot razne poškodbe, večja obolevnost in smrtnost, Prizadeto pa je posameznikovo telesno, duševno in socialno zdravje.

Uporabniki prepovedanih psihoaktivnih snovi propadajo duševno, telesno in družbeno. Če še hodijo v šolo, pride do težav pri šolskem delu, učenju in posledično do opustitve šolanja. Pogosto zaidejo v dejanja na robu poštenosti, saj je promet s psihoaktivnimi snovmi prepovedan (za zagotavljanje vsakodnevnih odmerkov pa jih morajo preprodajati), pogosto zaradi potrebe po denarju zabredejo v prodajanje lastnega telesa za denar ali drogo ali pa različna kazniva dejanja (vlomi, tatvine, preprodaja ukradenih predmetov ipd.). Uporaba drog škodljivo vpliva na zarodek nosečih uporabnic, novorojenček doživlja pravo abstinencično krizo in mora biti zdravljen.

4.3.2 Družbene posledice

Družbene posledice povezane z uporabo drog se kažejo kot socialni problemi, kot na primer: trpinčene, razpadle družine; učne in vedenjske motnje otrok; starši, ki so izgubili otroka; brezposelnost; klateštvo; prostitucija, prometne nezgode in nezgode na delovnem mestu; izguba produktivnih let človeškega življenja zaradi obolevnosti in prezgodnje umrljivosti. Tveganja za zdravje so povezana z različnimi drogami.

5. Izrazoslovje

Abstinenca (treznost): stanje, ko oseba ne uživa določene psihoaktivne snovi.

Intoksikacija (zastropitev): kratkotrajni učinek določene psihoaktivne snovi zaradi previsoke doze v telesu, ki praviloma preneha z izločitvijo te snovi iz telesa. Znaki zastropitve so posledica delovanja te snovi na osrednje živčevje in so lahko telesni, duševni ali oboji.

Predoziranje: naključno ali namerno zaužitje tolikšne količine psihoaktivnih snovi, ki močno presega odmerek, ki je za to osebo običajen. Predoziranje pogosto vodi do hude zastropitve, neredko se konča s smrtjo.

Detoksikacija: proces odstranitve določene psihoaktivne snovi iz organizma na varen in učinkovit način.

Zloraba: dolgotrajnejše uživanje določene psihoaktivne snovi. Izraz se uporablja za opis tveganega načina uživanja te snovi (poveča se tveganje za zdravje) in za opis škodljivega načina rabe, ko je zaradi uživanja te psihoaktivne snovi že povzročena okvara zdravja.

Hrepenenje (močna želja) po določeni psihoaktivni snovi je značilen pojav pri odvisnosti od te snovi.

Odvisnost: glej Odvisnost od drog

Recidiv: ponovitev vedenja, ki je značilno za odvisnost od psihoaktivnih snovi pri osebi, ki je pred tem nekaj časa že abstिनirala.

6. Zaključek

Skozi seminarsko nalogo sem se naučil, kaj so droge, katere poznamo in kako jih razvrščamo. Zvedel sem kako pride do odvisnosti in kaj vodi v njo. Bolje je preprečevati kot zdraviti, zato je pri problemu drog pomembna preventiva in prepoznavanje uživalca drog. Zdravljenje odvisnosti od drog je dolg proces, katerega sam odvisnik ne more opraviti. Vzrokov za uporabo prepovedanih drog je več – delijo se v trikotnik človek – družba – droga. Posledice zlorabe drog so telesne, duševne in socialne. Sam mislim, da je droga kot vstopnica uporabniku za prehod v njegov svet, kjer je izoliran od težav, ki ga težijo v resničnem svetu.

Viri

- Trde droge – mehke droge?; Täschner K-L., dr. med.; Ptuj 2002
- Droge v svetu in pri nas; Milčinski L., Tomori M., Hočevnar F.; Ljubljana 1983
- Vzgoja za zdravje; Drobne J., Mohar P.; Celje 2004
- <http://www.ilbis.com/droge/zdravljenje.htm>
- Droge med nami; D. Ladewig, V. Hobi, H. Dubacher, V. Faust; Ljubljana 1973
- <http://skyscraper.fortunecity.com/hudson/717/Droge.htm>
- <http://med.over.net/zasvojenost/droge.php>