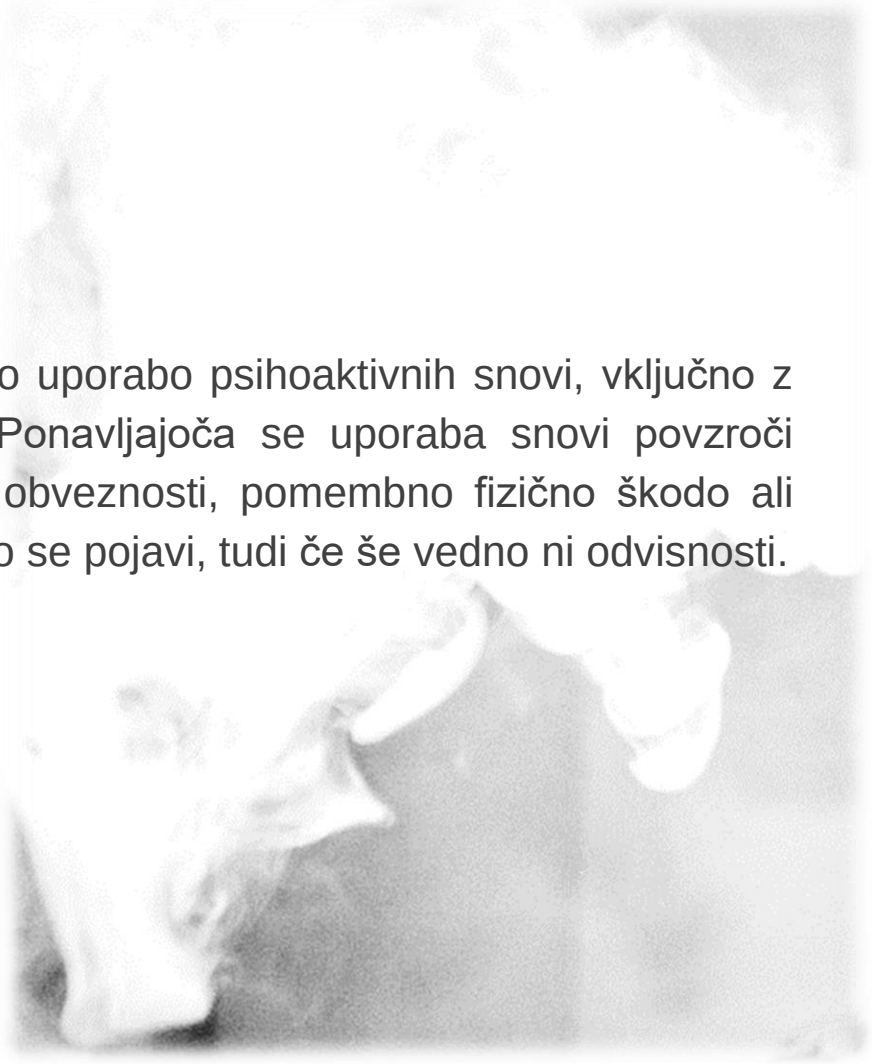
Modul 2: Zloraba snovi

Source:https://pixabay.com/images/search/substance%20abuse/

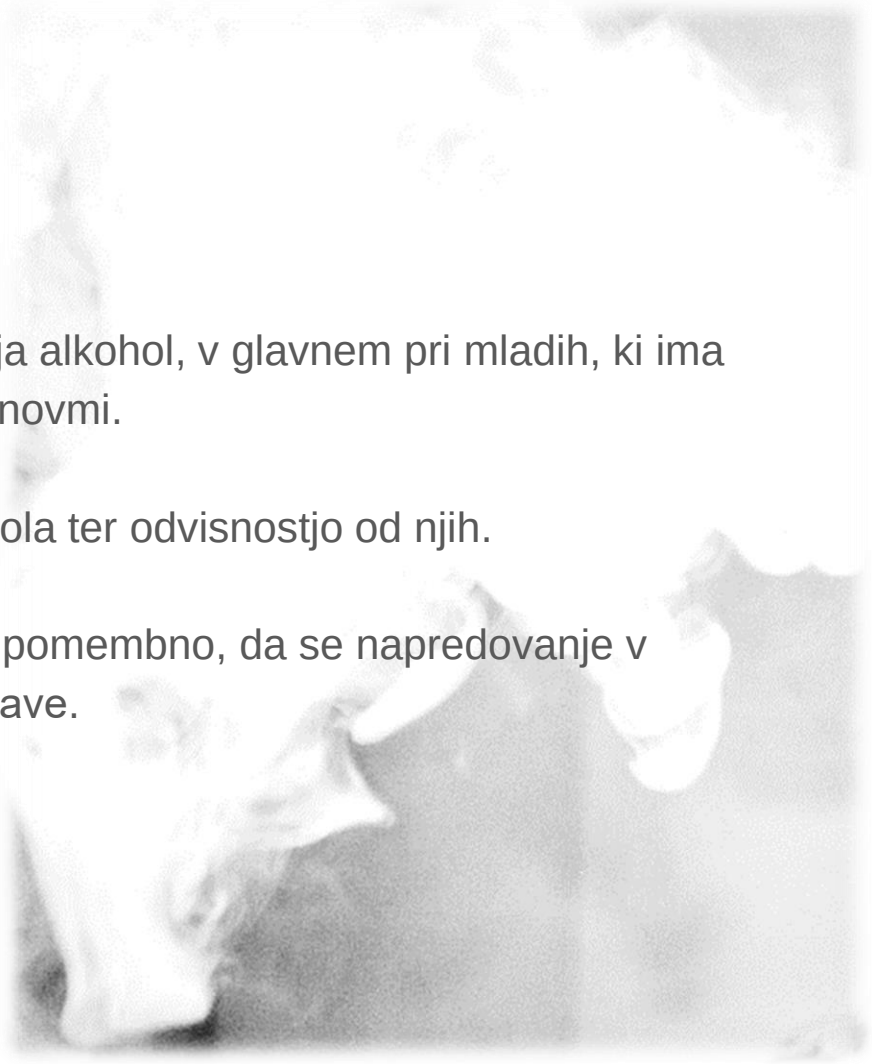
Zloraba substanc

Zloraba snovi se nanaša na škodljivo ali nevarno uporabo psihoaktivnih snovi, vključno z alkoholom in prepovedanimi drogami (WHO). Ponavljajoča se uporaba snovi povzroči nezmožnost izpolnjevanja poklicnih ali osebnih obveznosti, pomembno fizično škodo ali ponavljajoče se družbene in pravne težave. Lahko se pojavi, tudi če še vedno ni odvisnosti.



Zloraba snovi in odvisnost

- Med psihoaktivnimi snovmi se največ uporablja alkohol, v glavnem pri mladih, ki ima višje vrednosti v primerjavi z prepovedanimi snovmi.
- Treba je razlikovati med zlorabo drog in alkohola ter odvisnostjo od njih.
- Črto, ki jih ločuje, ni tako težko, saj je izredno pomembno, da se napredovanje v odvisnost ustavi, preden se pojavijo resne težave.



Zloraba snovi in odvisnost

Posameznik z vsaj tremi od teh meril se diagnosticira kot "odvisen" (WHO, ICD-10).

Dokončno diagnozo odvisnosti je mogoče postaviti le, če so tri ali več

v zadnjih 12 mesecih so bili v nekem trenutku prikazani naslednji kriteriji:

1. močna želja ali občutek prisile, da bi zaužili snov;
2. težave pri nadziranju uporabe snovi glede na začetek, prenehanje in raven uživanja;
3. stanje fiziološkega odvzema, kadar je uporaba snovi prenehala ali zmanjšana, kar dokazuje odtegnitveni sindrom ali kadar se ista snov (ali podobna) uporablja za lajšanje ali preprečevanje odtegnitvenih simptomov;
4. dokazila o toleranci, da so za doseganje učinkov, prvotno ustvarjenih z nižjimi odmerki, potrebni povečani odmerki psihoaktivne snovi;
5. postopno opuščanje alternativnih užitkov in interesov v korist uživanja psihoaktivnih snovi; ali povečan čas, potreben za pridobitev ali zaužitje snovi in okrevanje po njenih učinkih;
6. Vztrajanje pri uživanju snovi kljub jasnim dokazom škodljivih posledic, kot so: poškodba jeter, ki jo povzroča prekomerno pitje alkohola, depresivno razpoloženje po obdobjih zlorabe snovi, oslabitev kognitivnega delovanja s snovjo. V tem primeru si je treba prizadevati, da bi ugotovili, ali se je uporabnik res zavedal narave in obsega škode.

Adapted form ICD - International Classification of Diseases

Zloraba snovi in odvisnost

Ena enota alkohola ustreza 10 ml alkohola (približno 10 g alkohola)

BEVERAGES - ALCOHOL QUANTITIES		
	Alcohol (g)	**Units**
1 can of beer (5%)- 350 mL	17 g	1.5
1 glass of beer (5%) – 200 mL	10 g	1
1 glass of wine (12%) – 90 mL	10 g	1
1 dose of distilled (whisky, vodka, etc, 40-50%) – 50 mL	20-25 g	2-2.5
1 bottle of wine (12%) – 750 mL	80 g	8
1 bottle of distilled (40-50%) – 750 mL	300-370g	30-37

Adapted from http://www.psiquiatrialisboa.pt/alcool/alcool/

Različne pijače - isti alkohol?

- **Povečano tveganje za alkoholno jetrno bolezen (ALD)**
- **> 80 g etanola na dan (♂)**
- **> 30 g etanola na dan (♀)**

- **Po zdravstvenem sistemu Združenega kraljestva velja, da čezmerni potrošnik porabi:**
- **> 3-4 enote (♂)**
- **> 2-3 enote (♀)**

Ali skupno enot na teden višje od 21 za moške ali 14 za ženske

Kaj se razlikuje?

Kokain / crack
droga, izvlečena iz listov koke in porabljena v obliki praška. Lahko ga vdihavamo, drgnemo na dlesni ali ga injiciramo. Povezana je s hitrim razvojem tolerance, saj je treba povečevati odmerke, da bi vzbudili enak občutek evforije. Njegovo uživanje lahko povzroči smrt, povezano s srčnim infarktom, možgansko krvavitvijo ali težavami z dihanjem.

LSD / kisline
zdravilo, proizvedeno kot kristal iz lisergične kisline. Prodajajo se v obliki brezbarvne tekočine, brez vonja, želatinskih tablet, kapsul ali kvadratov

Source: https://www.istockphoto.com/pt/fotos/%C3%A1lcool?excludenudity=false&license=rf&assettype=image&phrase=%C3%A1lcool&sort=best

Konoplja
najbolj priljubljeno zdravilo, ki ga pogosto zaužijemo z vdihavanjem in zaužitjem. Povzroča občutek dobrega počutja, večjo občutljivost za zunanje dražljaje in okrepi senzorično zavedanje.

Kaj se razlikuje?

Heroin
narejena iz makove smole, kot sta opij in morfij. Vbrizga se večina heroina, s čimer se poveča verjetnost okužbe, zlasti HIV (AIDS).

Alkohol
poraba s pitjem; Zloraba alkohola močno vpliva na možgane in povzroči tudi poškodbe prebavil, jeter, srca, trebušne slinavke ... Poleg tega obstaja močan znanstveni konsenz o povezanosti med alkoholom in več vrstami raka.

Source: https://www.istockphoto.com/pt/fotos/%C3%A1lcool?excludenudity=false&license=rf&assettype=image&phrase=%C3%A1lcool&sort=best

MDMA / ekstazi
skupina sintetiziranih zdravil, ki povzročajo občutek dobrega počutja in evforijo. Obstajajo v obliki tablet in kapsul. Njegovo uživanje povzroča hipertermijo, dehidracijo, hiponatremijo, hipertenzijo, slabost in depresijo.

Simptomi in vedenje

Pogosto vedenje uživalcev drog je:
- povečana agresivnost in razdražljivost;
- spremembe v odnosu / osebnosti;
- žalost, letargija, depresija;
- velike spremembe v navadah / prioritetah;
- vpletenost v kazniva dejanja…

Odvisno od zlorabljene snovi so nekateri simptomi in opozorilni znaki bolj vidni

Izvedite več v naslednjih diapozitivih ...

Simptomi in vedenje

Glede na zlorabo snovi so pomembni nekateri simptomi in opozorilni znaki

Source: https://pixabay.com/pt/images/search/alcohol/

Alkohol

Alkohol spremeni razpoloženje in vedenje, zaradi česar je težje razmišljati; alkohol tudi poslabša koordinacijo

Pogost znak zlorabe alkohola je agresivno in nasilno vedenje; bodite pozorni na telesno škodo ali bolezen

Bodite pozorni tudi na napete odnose, težave pri delu in motnje spanja

Simptomi in vedenje

Glede na zlorabo snovi so pomembni nekateri simptomi in opozorilni znaki

Konoplja

- Uživanje povzroča tesnobo, panične napade, blodnje in halucinacije

- Zlorabe kažejo skrajšani reakcijski čas (zapoznele reakcije z odzivanjem na dražljaje)

- Zvišan krvni tlak in preobremenjenost konjunktivnih žil sta izvor najbolj znanega znaka uživanja konoplje - rdeče oči (krvna slika).

Source: https://pixabay.com/images/search/red%20eyes/

Simptomi in vedenje

Glede na zlorabo snovi so pomembni nekateri simptomi in opozorilni znaki

MDMA / ekstazi

Evforija in empatija do drugih sta pomembna znamenja

Večji občutki: uporabniki imajo občutek za zvok, vonj, dotik,…

Pojavi se lahko okvara telesne temperature in penjenje v ustih

Običajno pride do umirjenosti in sproščenosti

Dolgotrajna energija in znižana inhibicija

Gibanje ust, kot je "žvečenje", je pomembna značilnost potrošnikov

Source: https://pixabay.com/images/search/ecstasy/

Simptomi in vedenje

Glede na zlorabo snovi so pomembni nekateri simptomi in opozorilni znaki

Kokain / crack

Učinki kokaina so močni; v nasprotju z drugimi zdravili je redko, ko jih potrošnik lahko skriva

Potrošnik ponavadi kaže prekomerno prepričanje, hiperaktivnost in agresivno vedenje

Vabljeni zenici, nemir, opekline prstov so pomembni znaki

Običajno je miselna obsedenost in pacient zaradi svoje obsedenosti nad naslednjim "zadetkom" ne more vzdrževati rednega pogovora.

Source: https://pixabay.com/images/search/drugs%20of%20abuse/

Simptomi in vedenje

Glede na zlorabo snovi so pomembni nekateri simptomi in opozorilni znaki

LSD / kisline

Uživanje kislin povzroči resen odklop od resničnosti in senzorično povečanje

Tako pogosto obstajajo halucinacije in blodnje, ki jih spremlja evforija

Pogoste so tudi povečano potenje s suhimi usti in tresenjem

Source: https://pixabay.com/pt/photos/dj-euforia-festa-m%C3%BAsica-101797/

Simptomi in vedenje

Glede na zlorabo snovi so pomembni nekateri simptomi in opozorilni znaki

Heroin

Zdravilo, ki potrošnika spodbudi, naj stori vse, da ga spet zaužije

Oznake igel kažejo na zlorabo heroina. Vendar ga novi uporabniki redko uporabljajo z injekcijo

Številni uporabniki res dobro skrivajo porabo

Pogosto opazimo blooshot oči, nenadno hujšanje in spremembe videza

Finančne težave in izposoja denarja so pogost znak odvisnosti od heroina

Heroin je povezan s hudimi odtegnitvenimi sindromi

Source: https://pixabay.com/photos/addict-the-dependence-of-dependent-2713550/

Simptomi in vedenje

V vseh odvisnostih običajno lahko opazujemo:

škoda v odnosih

slaba delovna uspešnost

slabe zdravstvene lastnosti

Zdravljenje

- Motnja uporabe snovi je resno stanje in ga ni enostavno zdraviti.
- Zdravljenje se začne s prepoznavanjem problema odvisnosti.
- Ljudje, ki so zasvojeni, imajo veliko manj zanikanja, če se z njimi ravnajo z empatijo in spoštovanjem, namesto da bi jim govorili, kaj storiti ali se soočiti z njimi.

Source:https://pixabay.com/images/search/substance%20abuse/

Zdravljenje

- Zdravljenje vključuje usposobljene strokovnjake (morda bo potrebno zdravljenje z zdravili ali razstrupljanjem). Vendar ima družina pomembno vlogo pri vzpostavljanju in ohranjanju zdravja.

- Vaš vpis kot skrbnika posameznika ima velik vpliv na učinkovitost zdravljenja.

- Obstaja veliko programov, kjer se podpirajo posamezniki in / ali njihove družine. Poiščite skupine za samopomoč !!

Zdravljenje

- Po zdravljenju se postopek okrevanja ne konča. Prehod nazaj v življenje izven rehabilitacije je poln tveganj, ki lahko povzročijo ponovitev.

- Tako programi in sredstva za oskrbo, kot so skupine v 12 korakih, trezni bivalni domovi ter družina in prijatelji kot podpora za polni delovni čas, spodbujajo življenje, ki je bogato z donosnimi odnosi in smislom.

Skrbi

Source: Adapted from https://pixabay.com/images/search/drugs/

Skrbi

Zaradi agresivnega / nasilnega in nepredvidljivega vedenja posameznika je izrednega pomena:

Poskusite najti, kaj povzroča zlorabe

Zagotovite varnost obeh in sprejmite varnostne ukrepe

What can be done?

1. Ugotovite, kaj povzroča zlorabo?

2. Poiščite strokovno pomoč

3. Sprejmite varnostne ukrepe

Varnostni ukrepi

Tu je nekaj nasvetov:

1.preprečiti vožnjo posameznikov (odstranite avtomobilske ključe, onemogočite avtomobil, odmaknite avto,…);

2. Odstranite ali zaklenite ostre predmete in orožje, da preprečite poškodbe;

3. zavarujte vrata ali dodajte alarme na vratih, da preprečite nesreče;

4. Zaprite čistilne pripomočke in druge strupene tekočine (lahko jih uporabite kot druge možnosti ...);

Bi radi izvedeli več?

Our interactive Resource Pack will give you information about

- concerns that you as caregiver might have
- what can be done
- useful tips how to handle the burden of care
- how to avoid stress and burnout
- how to deal with your emotions
- acceptance of the disorder
- and more!

You will also find exercises and activities for YOU and for the care receiver!

Paket virov bo na voljo poleti 2020!