

## Ovisnosti

### Što je ovisnost?

Pojam ovisnosti ne mora se odnositi samo na psihoaktivna sredstva. Čovjek može biti ovisan o jelu, igrama na sreću, televiziji, internetu itd., a zajednička je značajka da aktivnosti vezane uz tu ovisnost mogu postati središnji sadržaj i čimbenik njegovoga življenja.



Mladi su najugroženija populacijska skupina za usvajanje i razvoj ovisničkoga ponašanja.

Početak uporabe duhana, alkohola i psihoaktivnih droga obično se zbiva u tijeku adolescencije, a mladi su, zbog specifičnosti razdoblja odrastanja, relativnog neiskustva te određene mladalačke sklonosti rizicima, najugroženija populacijska skupina za usvajanje i razvoj ovisničkoga ponašanja.

### Važni pojmovi

Ovisnost o drogama je duševno, a ponekad i tjelesno stanje koje nastaje međudjelovanjem živog organizma i sredstva ovisnosti. Karakterizira ga nesavladiva žudnja, odnosno neodgodiva prisila za uzimanjem sredstva ovisnosti, bilo zbog

njegovih poželjnih učinaka, bilo da se izbjegnu patnje koje će se javiti ako se s uzimanjem prekine.

Zloporaba droga je prema svjetskoj zdravstvenoj organizaciji uporaba psihoaktivnih tvari u takvom opsegu za koji je vjerojatno da će prouzrokovati mentalnu disfunkciju i poremećaje u ponašanju.

Psihička ovisnost je u prvom redu odraz reakcije pojedinca na djelovanje samog sredstva i definira se kao osjećaj zadovoljenja i duševni nagon koji zahtijeva povremeno ili trajno uzimanje sredstva radi stvaranja ugode ili izbjegavanja neugode.

Fizička ovisnost je stanje prilagodbe koje se očituje fizičkim poremećajima pri prestanku uzimanja sredstva ovisnosti. Ti se poremećaji sastoje od tjelesnih simptoma koji mogu biti lakši ili teži, a specifični su za svako sredstvo i nazivaju se apstinencijski sindrom ili sindrom ustezanja.

Tolerancija je pojam koji se može odnositi na lijekove, alkohol i sredstva ovisnosti, a označava da je u tijeku njihove duže uporabe potrebna sve veća doza za postizanje istog učinka.

### **Koji su stupnjevi razvoja ovisnosti?**

Velika većina adolescenata je jednom ili više puta u životu eksperimentirala s tzv. legalnim drogama kao duhan i alkohol, a sve veća dostupnost marihuane čini i tu grupu eksperimentatora sve brojnijom.

Iako duhan, alkohol i psihoaktivne droge imaju različita farmakološka svojstva, različita djelovanja na organizam, različite korisničke skupine pa i različit način uporabe u svakodnevničkoj, zajedničkoj im je značajka što mogu izazvati ovisnost, imaju slične mehanizme djelovanja u mozgu i štetne učinke na fizičko i mentalno zdravlje.

### **Probno uzimanje (eksperimentiranje)**

Velika većina adolescenata je jednom ili više puta u životu eksperimentirala s tzv. legalnim drogama kao duhan i alkohol, a sve veća dostupnost marihuane čini i tu

grupu eksperimentatora sve brojnijom. Jednom zadovoljena radoznalost ili dokaz "odraslosti" mogu i završiti na jednom ili nekoliko pokušaja i to se u najvećem dijelu slučajeva i događa. No u jednog dijela mlađih ponovni kontakt sa sredstvom ovisnosti i rizična situacija ili okolina može potaknuti želju za nastavkom uzimanja sredstva.

### **Potraga za boljim raspoloženjem**

Na tom stupnju mlađi sredstvo ovisnosti započinju doživljavati kao poželjan dio svakodnevnoga života i vrijeme pod djelovanjem droge doživljava se kao nešto pozitivno i povoljno. Na uporabu se troši sve više energije, novaca i vremena. uzimanje je još uvijek povremeno, uglavnom u društvu i ne ometa normalno funkcioniranje u tijeku dana.

### **Štetna uporaba**

Odnosi s roditeljima i prijateljima se pogoršavaju, sve se više druži samo s onima koji uzimaju drogu.

Započinje zaokupljenost sredstvom ovisnosti. Droga postaje neophodnom za svakodnevno funkcioniranje. Pribjegava se lažima, u školi se redaju neuspjesi, novac za drogu se nabavlja pod svaku cijenu, pa i krađom ili prodajom stvari iz kuće.

Odnosi s roditeljima i prijateljima se pogoršavaju, sve se više druži samo s onima koji uzimaju drogu. U tom stupnju svi vjeruju da mogu prestati s uzimanjem kad god požele, a obitelj često tek tada prepozna problem.

### **Ovisnost**

Sve normalne i svakodnevne aktivnosti podređene su uzimanju droge.

Uzimanje droge je prisilno, neodgodivo i tome su podređene sve normalne i svakodnevne aktivnosti. Organizam se navikava na drogu, te se pozitivni učinci smanjuju i isčezavaju, a droga se uzima da se ne bi doživjele patnje apstinencijskoga sindroma. Mogućnosti socijalnoga funkcioniranja su sve manje, a gubi se zanimanje za bilo što osim zadovoljenja potrebe za drogom.