

OVISNOST O DROGAMA

Fenomen konzumiranja droge i ovisnosti prati ljudski rod od davnina što potvrđuju brojne povijesne činjenice. Još oko 5000. godine p. n. e. stari Sumerani su uzimali opijum o čemu postoje pisani tragovi.

Broj konzumenata droge raste iz godine u godinu kako u svijetu, tako i u Hrvatskoj. Sve su veće mogućnosti da se i sam/sama nađeš u društvu u kojem će ti netko ponuditi „travu“, ili barem pobuditi u tebi znatiželju. Bezazlena znatiželja međutim može biti samo prvi korak koji vodi do ovisnosti i zato je pravi odgovor: „**Hvala, ne bih**“. Konačna je odluka na tebi međutim za donošenje ispravne odluke dobro je baratati činjenicama i informacijama iz literature, ali i saznati iskustva onih koji su prošli put ovisnosti. A sve to doista upućuje na jedan jedini odgovor: Ne! I to bez obzira radi li se o takozvanim lakšim ili pak težim drogama. Jer svaki početak, ma kako se bezazlenim i bezopasnim činio, može završiti tragično. Stoga upoznaj činjenice o drogama, posljedice koje mogu imati za tvoje fizičko i psihičko zdravlje i što moraš činiti da se držiš podalje od njih!



Za početak, što je droga, a što ovisnost?

Droga je svako psihoaktivno sredstvo prirodnog ili sintetskog podrijetla koje osoba uzima radi postizanja neke poželjne promjene psihičkog ili fizičkog stanja, a o kojem može postati ovisna.

Prema farmakološkom djelovanju droge dijelimo u šest osnovnih kategorija (Schwebel, 1995):

| KATEGORIJE: | OSNOVNO DJELOVANJE: | PRIMJERI: |
|---------------------------------|--|--|
| 1. STIMULATIVNA SREDSTVA | Potiču aktivaciju. | Kokain, kofein, nikotin, amfetamin |
| 2. DEPRESANTI | Snižavaju aktivaciju. | Barbiturati, sintetski sedativi, sredstva za spavanje, alkohol |
| 3. NARKOTICI (OPIJATI) | Oslobađaju od boli i uspavljaju. | Kodein, morfiji, opijum, metadon, heroin |
| 4. HALUCINOGENI | Iskrivljuju percepciju. | LSD, PCP (fenciklidin) |
| 5. KANABIS | Različitog djelovanja (ponekad potiču, snižavaju aktivaciju, iskrivljuju percepciju) | Marihuana, hašiš |
| 6. INHALANTI | Omamljuju. | Ljepilo, benzin, nitroksid, aromatski ugljikovodici |

Ovisnost se definira kao povremeno ili trajno uzimanje neke droge, a karakterizira je nesavladiva potreba za drogom, sklonost povećanja uzimane količine (zbog razvitka tolerancije) te štetne posljedice za ovisnu osobu (tjelesne, psihičke, ekonomske, društvene), ali i za njenu okolinu.

Ovisnost može biti psihička i fizička:

- **Psihicka ovisnost** je kada osoba povremeno ili trajno uzima drogu da bi dostigla osjećaj zadovoljstva i ugone i/ili izbjegla neugodu.
- **Fizička ovisnost** je stanje koje nastaje obično nakon duljeg uzimanja droge, a kada se droga prekine uzimati, nastupa niz simptoma koji čine **apstinencijski ili sindrom ustezanja**.

Kako se ovisnost razvija?

Tijek je uglavnom jednak za sve ovisnike i moguće je razlikovati 4 faze:

Prva faza: **PROBA**

Droga se uzima na nagovor ili zbog znatiželje. Netko samo na tome i ostane, ali netko nastavlja s uzimanjem.

Druga faza: **SVE ČEŠĆA KONZUMACIJA DROGE**

Osoba sve češće uzima drogu, u društvu, za dobro raspoloženje. Pritom na to troši i sve više novca. Osoba ne percipira da ima problem i uvjeren je da može prestati kad god poželi.

Treća faza: **NAVIKA**

Iz druge je vrlo lako „skliznuti“ u treću fazu - vrlo štetnu i opasnu. Osoba postaje zaokupljena drogom. Započinje zanemarivati svoje dnevne obaveze, nije funkcionalna na fakultetu ili na poslu, gubi kontakte sa starim prijateljima i obitelji te se kreće u novom društvu, društvu narkomana. Osoba postaje svjesna problema, ali nije u stanju prekinuti s drogiranjem

Četvrta faza: **OVISNOST**

U najopasnijoj i najštetnijoj fazi, osoba više ne vlada svojim životom, nego droga. Naime, ovisnost o drogi manifestira se u svim područjima života. Ovisnik zanemaruje obaveze, neprimjereno se ponaša. Mijenja mu se i društveni život, gubi prijatelje, a do napetosti i sukoba dolazi i u obitelji.

Postoji li veća vjerojatnost zlorabe droge u određenim dobnim skupinama?

Iako je zloraba droga prisutna u svim dobnim skupinama, rizična skupina je ipak **adolescentna dob**.

Motivi mladih osoba koji započinju s uzimanjem droge su mnogi i različiti:

- radoznalost,
- osjećaj manje vrijednosti i nedostatak samopoštovanja,
- loše socijalne prilike u obitelji,



- nedostatak roditeljske pažnje i ljubavi,
- težnja za pripadnosti vršnjacima,
- nesposobnost rješavanja konfliktnih situacije i sl.

Isto tako novi načini zabave, trendovi, pozitivni stavovi prema drogama, materijalistička filozofija, hedonistička orijentacija prema životu i velika dostupnost droga pridonose vjerojatnosti da će adolescent posegnuti za drogama.

Simptomi konzumiranja droge

Osim što je kao posljedica uzimanja droga narušeno psihičko zdravlje, droga ostavlja duboke tragove i na tijelu. Navedeni znakovi kasnije imaju posljedice na funkcioniranje u društvu, bilo da je riječ o profesionalnom funkcioniranju ili interpersonalnim odnosima.



FIZIČKI SIMPTOMI:

- Crvene oči, jako proširene ili sužene zjenice
- Zanemarivanje osobne higijene
- Gubljenje težine (kod nekih droga)
- Poremećaji u spavanju
- Umor ili hiperaktivnost
- Dugotrajan kašalj

EMOCIONALNI SIMPTOMI:

- Nagle promjene raspoloženja
- Razdražljivost
- Neodgovorno ponašanje
- Nisko samopoštovanje
- Depresija i opće pomanjkanje interesa.

ODNOSI S OBITELJI:

- Svadljivost
- Nepoštivanje pravila
- Udaljavanje od obitelji

ŠKOLOVANJE:

- Smanjeno zanimanje
- Negativan stav
- Loše ocjene
- Puno izostanaka, markiranje i problemi s disciplinom

Iako su ljudi oduvijek posezali za sredstvima ovisnosti u želji za drugačijim iskustvima i ne uzimajući u obzir potencijalnu opasnost, treba biti svjestan da je droga problem s kojim se danas suočava sve veći broj mladih ljudi. Ovaj problem ne događa se isključivo drugima jer je svaka mlada osoba u mogućnosti doći u dodir s drogom, bez obzira na to raspolaže li s puno ili malo novca, je li odgojena strogo ili popustljivo, živi li u gradskoj ili ruralnoj sredini.

Ako trebaš pomoć u borbi protiv ovisnosti, obrati se specijaliziranim ustanovama. Neka od mjesta na kojima možeš potražiti pomoć u gradu Rijeci su:



- Ordinacija za prevenciju i liječenje ovisnosti, Kalvarija 8, tel. 051/327-160
- Klinički bolnički centar Rijeka, Krešimirova 42, tel. 051/658-111
- Udruga Terra, Uski prolaz 11, tel. 051/337-400, 323-714; E-mail: info@udrugaterra.hr Web: www.udrugaterra.hr

Prepoznaš li simptome uzimanja droge kod tebi drage osobe, porazgovaraj s njom/njim, pokušaj je uputiti na traženje pomoći ili se posavjetuj sa stručnim osobama u tom području.