

MODUL ZASVOJENOSTI

UVOD

16. maj 2019 – 6. junij 2019

Prim.izr.prof.dr. Marko Kolšek, dr.med.

Katedra za družinsko medicino MF UL

ZASVOJENOSTI

SNOVI

- PSIHOTROPNE
- OSTALE (npr. odvajala)
- V MEDICINSKI RABI
- OSTALO (npr. lepila)
 - LEGALNE
 - PREPOVEDANE
- NAČIN RABE:
- VEDENJE (npr. hazardiranje, visoko tveganje, telefon, TV, spolnost, PC, ...)
- HRANA
- ODNOSI ? (soodvisnost)
- ...

raba

tvegana raba

zloraba

škodljiva raba

odvisnost

zasvojenost

- Prvi stik z neko potencialno drogo, vedenjem, ... je pogojen z okoljem.
- Odločitev za uporabo tega je pogojena z več dejavniki:
 - **okolje** (ožje – družina in širše – družba)
 - psihosocialni
 - pričakovan učinek same snovi, vedenja
 - genetski
 - ?? osebna odgovornost (otroci - ...)

Dejavniki, ki lahko vplivajo na razvoj zasvojenosti

genetski

osebne
lastnosti

biološki

vedenjske
značilnosti

učinek
snovi

sociokulturno
okolje

???

Razvoj zasvojenosti - biološki dejavniki

- ravnovesje med številnimi nevrotransmiterji, ki uravnavajo človekovo čustvovanje, doživljanje in vedenje, povezano z ugodjem:

Razvoj zasvojenosti - biološki dejavniki

- ravnovesje med številnimi neurotransmiterji, ki uravnavajo človekovo čustvovanje, doživljanje in vedenje, povezano z ugodjem:
 - dopamin
 - serotonin
 - glutamat
 - opioidni sistem
 - GABA sistem
 - adenozin
 - ...

Razvoj zasvojenosti (1)

Doživljanje ugodja na številne načine

- ljubljena oseba
- narava
- umetnost
- delo
- spolnost
- igra
- telesna aktivnost
- počitek
- ...
- nadomestki ??

Razvoj zasvojenosti (2)

- Dražljaj (zunanji ali notranji) = spodbuja vedenje, ki vodi k “nagradi”
- Motivacija = proces, ki omogoči, da dražljaj lahko sproži aktivnost za pridobitev “nagrade”
- “Nagrada” = cilj nekega vedenja in spodbuja motivacijo, t.j. “obljubljeno” **ugodje**

Razvoj zasvojenosti (3)

Alkohol in druge psihoaktivne snovi spodbujajo aktivnost
NAGRAJEVALNEGA SISTEMA V MOŽGANIH

- Ta nagrajevalni sistem se je razvil, da se počutimo odlično pri stvareh, ki nam **omogočajo preživetje** (hrana, spolnost, ljubeči odnosi, skrbniško vedenje..).
- „Nadomestki“ – umetni nagrajevalci za te aktivnosti so nevarne „instant“ rešitve.
- „Zasvojenost je kronična bolezen možganskih povezav, ki imajo funkcijo nagrajevanja, motivacije in spomina.“

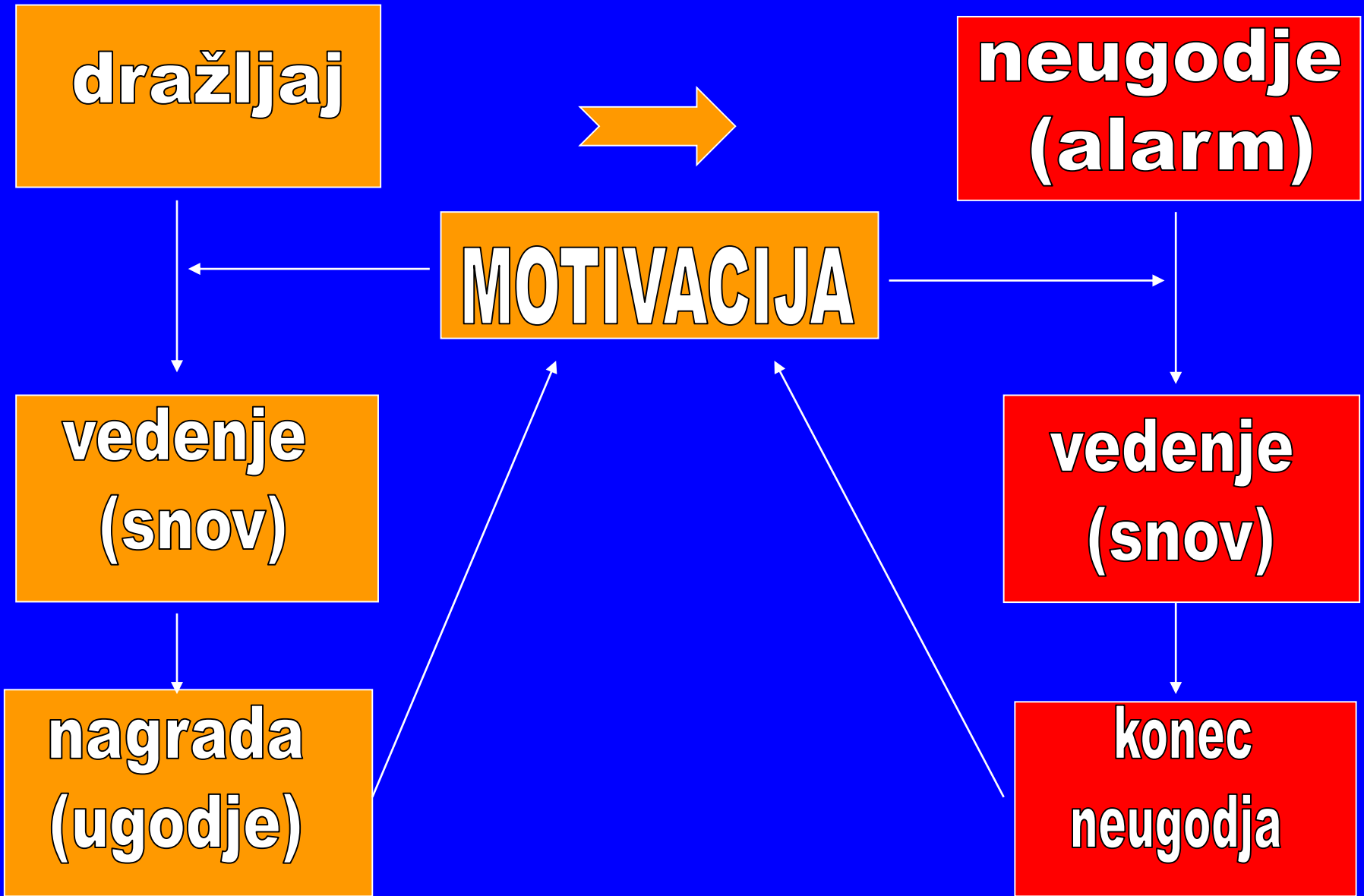
Razvoj zasvojenosti (4)

- Dražljaji, povezani z neko snovjo, vedenjem, ki prinašajo “obljubo ugodja” postopoma pridobijo velik motivacijski potencial, ki spodbuja k ponavljanju rabe neke snovi ali vedenja.
- Tako lahko običajni načini doseganja ugodja sčasoma izgubljajo svoj motivacijski pomen.

Razvoj zasvojenosti (5)

- Neugodje (...)
- Alarmni sistemi
- Neka snov (ali vedenje) lahko zmanjša neugodje
= izklopi alarm → → vse večji motivacijski potencial = ponavljanje rabe te snovi - vedenja.
- Smiselni načini zmanjševanja ali preprečevanja neugodja, bolečine, stiske, ... sčasoma izgubljajo svoj motivacijski pomen.

Razvoj zasvojenosti (6)



Merila za zasvojenost

1. močna želja po ...
2. težave pri obvladovanju ...
3. vztrajanje v ... kljub škodljivim posledicam
4. posvečanje ... bolj kot drugim aktivnostim in obveznostim
5. povečana toleranca za učinke ...
6. težave ob prenehanju ...

2011: ASAM

1. nezmožnost stalne abstinence
2. težave pri obvladovanju
3. močna želja oz. hrepenenje
4. zmanjšano prepoznavanje pomembnih težav, povezanih z vedenjem in medosebnimi odnosi
5. nefunkcionalni čustveni odzivi

Merila za motnje pri uživanju PAS Ameriškega psihiatričnega združenja

1. močna želja po pitju alkohola*
2. težave pri obvladovanju pitja*
3. poraba časa za pitje
4. pitje, kadar je nevarno
5. vztrajanje v pitju kljub škodljivim posledicam*
6. manj preteklih zanimanj
7. slabše izpolnjevanje pomembnih nalog
8. povečana toleranca za učinke alkohola*
9. težave ob prenehanju pitja – abstinenčne težave*
10. neuspešnost pri prenehanju