

ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ: ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ;

Η χρήση των ναρκωτικών από έφηβους αυξάνεται με δραματικό ρυθμό. Το πρόβλημα των ναρκωτικών μπορεί να επηρεάσει έφηβους και ενήλικες, ανεξαρτήτου φύλου και ανεξαρτήτου μορφωτικού, οικονομικού και κοινωνικού επιπέδου.

Σύμφωνα με έρευνα του Κέντρου Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων (ΚΕΘΕΑ) που διενήργησε κατά την επταετία 2000 – 2006 σημαντικός παράγοντας για την έναρξη της χρήσης ουσιών, είναι η διακοπή του σχολείου. Ο μέσος όρος ηλικίας έναρξης υπολογίζεται στα 15 ½ έτη. Η ηρωίνη παραμένει η κύρια ουσία κατάχρησης, έπειτα η κάνναβη και τέλος η κοκαΐνη. Η πρώτη ουσία που χρησιμοποιήθηκε από τους χρήστες ήταν η κάνναβη ενώ υπάρχει σύνδεση μεταξύ κάνναβης και ηρωίνης. Συνηθισμένο φαινόμενο είναι η παράλληλη χρήση ουσιών. Η αναλογία ανδρών - γυναικών είναι 4 προς 1 αντίστοιχα. Επίσης 6 στους 10 είναι άνεργοι. 3 στα 4 άτομα που απευθύνονται στο ΚΕΘΕΑ έχουν κάποια εμπλοκή με το νόμο άρα υπάρχει σχέση ανάμεσα στην παραβατικότητα και την εξάρτηση σε ουσίες. Σημαντικός παράγοντας για την αναζήτηση βοήθειας είναι η οικογένεια. Στην οικογένεια εμφανίζεται χρήση ναρκωτικών στα αδέρφια σε ποσοστό 17,9 %, χρήση – κατάχρηση αλκοόλ από τον πατέρα 13% και κατάχρηση ψυχοφαρμάκων από τη μητέρα σε ποσοστό 6,2%.

Παρακάτω θα μιλήσουμε για κάποιες βασικές έννοιες σχετικές με τα ναρκωτικά και έπειτα θα μιλήσουμε για το πώς θα πρέπει να χειριστούν το τόσο σημαντικό ζήτημα οι γονείς από την μεριά τους. Ας ξεκινήσουμε λοιπόν με τις βασικές έννοιες:

Εξαρτησιογόνο ουσία ονομάζουμε κάθε φυσική, ημισυνθετική ή συνθετική ουσία που επιδρά στο Κεντρικό Νευρικό Σύστημα και που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να αλλάξει κάποιο άτομο την διάθεση του. Μπορούν να διακριθούν σε νόμιμες όπως είναι ο καπνός και τα οινοπνευματώδη και σε παράνομες (εδώ θα μιλήσουμε για τις παράνομες εξαρτησιογόνες ουσίες δηλαδή τα ναρκωτικά). Παράνομες εξαρτησιογόνες ουσίες θεωρούνται οι αμφεταμίνες (κουκλίτσες, σπιντάκια), η ινδική κάνναβη που είναι το χασίσι (γκρας, χόρτο, μαύρο, φούντα), η κοκαΐνη (κόκα), το κρακ (μορφή κοκαΐνης), το όπιο (και τα παράγωγα του), η μορφίνη και η ηρωίνη. Επίσης τα παραισθησιογόνα όπως είναι το LSD (κρύσταλλος, τρυπάκι), τα μαγικά μανιτάρια, το πεγιότ και η P.C.P (Φαινικλιδίνη). Τέλος τα συνθετικά ναρκωτικά όπως το Έκσταση (MDA ή MDMA) και η Κεταμίνη αλλά και τα εισπνεόμενα / πτητικά.

Ανοχή ονομάζουμε την ανάγκη αύξησης της δόσης της ουσίας ώστε ο χρήστης να έχει τα ίδια αποτελέσματα. Είναι το φαινόμενο που παρουσιάζεται μετά από κάποιο διάστημα συστηματικής χρήσης μιας εξαρτησιογόνου ουσίας.

Συμπτώματα στέρησης είναι τα σωματικά και ψυχολογικά συμπτώματα που εμφανίζονται αν διακοπεί απότομα η χρήση της ουσίας αυτής. Συνήθως τα συμπτώματα είναι αντίθετα από αυτά που προκαλούσε η ουσία.

Εξάρτηση ονομάζουμε την συνεχή ανάγκη για χρήση μιας ουσίας. Η εξάρτηση μπορεί να είναι σωματική δηλαδή ο οργανισμός του χρήστη δεν μπορεί να λειτουργήσει φυσιολογικά χωρίς την ουσία αυτή και ψυχολογική όταν ο χρήστης έχει την ανάγκη της ουσίας για να διατηρήσει την ψυχική του συνοχή. Η εξάρτηση υποδηλώνεται με παρουσία στερητικού συνδρόμου εάν ο χρήστης δεν λάβει την ουσία, με ανάπτυξη ανοχής στη χρήση της ουσίας, με έντονη επιθυμία για χρήση της ουσίας, με εμμονή στη χρήση της ουσίας και με εγκατάλειψη σημαντικών δραστηριοτήτων (επαγγελματικών, κοινωνικών, ψυχαγωγικών) λόγω της χρήσης.

Κάθε ναρκωτικό έχει τα δικά του ιστορικά στοιχεία, διαφορετικούς τρόπους χρήσης, διαφορετικά άμεσα αποτελέσματα και διαφορετικά μακροχρόνια αποτελέσματα.

Μερικά γενικά από τα πολλά αποτελέσματα μακροχρόνιας χρήσης ναρκωτικών είναι οι αλλαγές στην αντίληψη του σώματος, η ευερεθιστικότητα, η υπερκινητικότητα, η παρανοειδής επεξεργασία, οι ακουστικές και οπτικές ψευδαισθήσεις, το διωκτικό παραλήρημα και ο θάνατος (όταν υπάρχει μίξη ουσιών ή ιστορικό προβλημάτων υγείας ή υπερβολική δόση).

Ποια είναι τα ανησυχητικά σημάδια που θα πρέπει να προσέξουν οι γονείς

Μερικά σημάδια τα οποία σε συνδυασμό μεταξύ τους μπορεί να κινήσουν την υποψία στους γονείς για περαιτέρω διερεύνηση είναι οι σωματικές αλλαγές δηλαδή απώλεια βάρους, μια εμφάνιση μη υγιή, απουσία ενδιαφέροντος για την εξωτερική του εμφάνιση και δυσκολίες συντονισμού και συγκέντρωσης. Επίσης οι αλλαγές στους φίλους όπως για παράδειγμα να σταματήσει να κάνει παρέα με τους φίλους του και να αρχίσει να βλέπει νέα άτομα τα οποία δεν γνωρίζετε. Άλλο σημάδι είναι οι αλλαγές στην συμπεριφορά και στην προσωπικότητα του παιδιού όπως αδιαφορία για το σχολείο και τους βαθμούς, χαμηλή απόδοση, μειωμένη όρεξη για διάβασμα. Οι εκδηλώσεις εκνευρισμού, θυμού ή ευφορίας και οι απότομες αλλαγές στην διάθεση του. Τέλος όταν το παιδί επιζητά να μένει μόνο του και δεν είναι πια κοινωνικό όπως παλιά.

Όλα τα παραπάνω είναι σημάδια ότι το παιδί δεν αισθάνεται καλά ψυχολογικά και σωστό είναι να υπάρξει η ανάλογη βοήθεια όμως δεν μας αποδεικνύουν ότι σίγουρα το παιδί κάνει χρήση ναρκωτικών ουσιών. Ένας σημαντικός όμως λόγος είναι να βρείτε αντικείμενα ή σημάδια στα ρούχα ή στο δωμάτιο του παιδιού που να είναι ύποπτα για χρήση ναρκωτικών ουσιών.

Συμβουλές

Ο τρόπος που θα αντιμετωπίσουν αυτό το πρόβλημα οι γονείς είναι πολύ σημαντικός και δύσκολος λόγω της ψυχικής αναστάτωσης που θα τους προκαλέσει αυτή η κατάσταση.

Οι γονείς πρέπει χωρίς θυμό και συναισθήματα ενοχής να ενεργήσουν ήρεμα, γρήγορα και νηφάλια γιατί ο θυμός θα απομακρύνει ακόμη περισσότερο το παιδί. Θα πρέπει να μιλήσουν με το παιδί τους χωρίς να το κατηγορήσουν για τις όποιες υποψίες έχουν και να ζητήσουν έπειτα βοήθεια από ειδικό. Θα πρέπει να δείξουν ενδιαφέρον για το τι συμβαίνει στη ζωή του και να είναι ειλικρινείς για τις υποψίες τους. Να εξηγήσουν τις αρνητικές επιπτώσεις των ναρκωτικών και να το διαβεβαιώσουν πως θα είναι δίπλα του ώστε να ξεπεράσουν μαζί τις οποίες δυσκολίες. Θα πρέπει να βρεθούν τα αίτια που ώθησαν το παιδί σε αυτή την κατάσταση αλλά και κατά πόσο εκείνοι έχουν μερίδιο σε αυτό. Είναι καλό στην καθημερινή του ζωή να εφαρμοστούν κάποια όρια και κανόνες και να υπάρχει συναισθηματική ανταπόκριση και διάλογος. Τα παιδιά χρειάζονται ασφάλεια και σταθερότητα αλλά και να μπορούν να εκδηλώνουν τα συναισθήματά τους. Η εμπιστοσύνη είναι ύψιστης σημασίας και θα πρέπει να καλλιεργηθεί ανάμεσα στους γονείς και το παιδί.

Σύμφωνα με έρευνα της Ευρωπαϊκής Μελέτης Eu-da που πραγματοποιήθηκε στο διάστημα 2004-2007 οι νέοι που συμμετέχουν σε προγράμματα πρόληψης έχουν 25-30% λιγότερες πιθανότητες να καπνίσουν τσιγάρο, να κάνουν χρήση αλκοόλ και να δοκιμάσουν κάνναβη.

Πηγές

- National Institute on Drug Abuse
- www.epipsi.gr