

Akademia
zdrowia i psychopatologii uzależnień



PSYCHODIA

1. Wprowadzenie do uzależnień

CO TO JEST UZALEŻNIENIE

Uzależnienie jest złożonym stanem, który obejmuje zarówno aspekty psychiczne, jak i fizyczne. Zgodnie z definicją Komitetu Ekspertów WHO z 1969 roku, uzależnienie to stan wynikający z interakcji pomiędzy organizmem a substancją uzależniającą, który prowadzi do zmian w zachowaniu jednostki. Uzależniona osoba odczuwa silną potrzebę regularnego zażywania substancji, aby doświadczać jej działania na psychikę. W niektórych przypadkach, uzależnienie może także obejmować potrzebę zażywania substancji, by uniknąć przykrych objawów wynikających z jej braku, takich jak objawy odstawienne.

W kontekście uzależnienia wyróżnia się zjawisko tolerancji, które oznacza konieczność stopniowego zwiększania dawki substancji, aby osiągnąć ten sam efekt. Osoba uzależniona może potrzebować więcej substancji, by poczuć się tak samo, jak na początku, co może prowadzić do niebezpiecznego wzrostu jej konsumpcji. Uzależnienie może dotyczyć różnych substancji, a osoba uzależniona może być uzależniona od więcej niż jednej substancji jednocześnie.

Międzynarodowa Klasyfikacja Chorób (ICD-10) wskazuje na szereg kryteriów diagnostycznych, które pomagają określić, czy dana osoba cierpi na uzależnienie. Należą do nich silne pragnienie lub przymus zażywania substancji, trudności w kontrolowaniu jej przyjmowania (np. trudności w rozpoczęciu lub zakończeniu jej zażywania), a także fizjologiczne objawy odstawienia, które pojawiają się, gdy osoba przestaje zażywać substancję lub zmniejsza jej ilość. Z kolei tolerancja, czyli konieczność zażywania coraz większych ilości substancji, jest również jednym z wyznaczników uzależnienia.

Ważnym objawem uzależnienia jest także zaniedbywanie innych źródeł przyjemności lub zainteresowań na rzecz pozyskiwania substancji. Uzależniona osoba może spędzać coraz więcej czasu na zdobywaniu lub przyjmowaniu substancji, bądź na radzeniu sobie z jej skutkami. Często uzależnienie prowadzi do kontynuowania używania substancji mimo wyraźnych dowodów na jej szkodliwość – zarówno fizyczną, psychiczną, jak i społeczną.

RODZAJE UZALEŻNIEŃ

Uzależnienie można podzielić na trzy główne typy: psychiczne, fizyczne oraz społeczne. Coraz częściej mówi się również o uzależnieniu behawioralnym, które odnosi się do uzależnienia od wykonywania pewnych czynności. Uzależnienie psychiczne polega na tym, że substancje uzależniające dostarczają szybkich i intensywnych gratyfikacji emocjonalnych. Powstaje ono w wyniku interakcji pomiędzy substancją, osobą ją zażywającą i kontekstem, w którym ta interakcja ma miejsce. W przypadku uzależnienia fizycznego objawy mogą występować zarówno w formie fizycznej, jak i psychicznej. Są one efektem zmian w mózgu oraz ośrodkowym układzie nerwowym, które zachodzą wskutek długotrwałego nadużywania substancji. Objawy uzależnienia fizycznego mogą obejmować:

- utrata pamięci,
- wahania nastroju,
- depresję,
- drażliwość,
- bóle głowy,
- drgawki,
- nudności,
- wymioty,
- dezorientację,
- duszność,
- suchość w ustach,
- rozszerzone źrenice,
- uczucie bólu,
- zmiany w rytmie serca,
- zmiany ciśnienia krwi.

Uzależnienie społeczne wiąże się z dążeniem do przynależności do grup społecznych, które postrzegają zażywanie substancji psychoaktywnych jako normę i element integrujący. Takie zachowania są charakterystyczne dla grup subkulturowych, nieformalnych grup rówieśniczych, a także dla zorganizowanych grup przestępczych.