

**Instytut Psychiatrii
i Neurologii w Warszawie**



Krzysztof Ostaszewski

Profilaktyka uzależnień?

Co to jest profilaktyka?

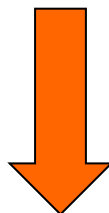
⌘ Profilaktyka to

zapobieganie
problemom
zanim one wystąpią

Dlatego,
profilaktyka ma przede wszystkim
charakter uprzedzający, a nie naprawczy

Profilaktyka uzależnień

Przez lata sądzono, że głównym problemem związanym z używaniem substancji psychoaktywnych są uzależnienia



dlatego

przyjęła się nazwa

„profilaktyka uzależnień”

Zmiana w definiowaniu problemu



Dwa podejścia do problemów związanych z używaniem substancji

Podejście skoncentrowane na:

- (1) uzależnieniu
- (2) różnych szkodach zdrowotnych/
społecznych/ rozwojowych

Podejście skoncentrowane na uzależnieniu

Założenia

- ⌘ Zaburzenia wynikające z nadużywania substancji mają swój naturalny proces od wczesnych objawów po końcowe stadium choroby-uzależnienia (równia pochyła)
- ⌘ W pojęciu „alkoholizm”, „narkomania”, „lekomania”, „nikotynizm” mieszczą się główne problemy zdrowotne i społeczne związane z używaniem substancji psychoaktywnych

Podjęcie skoncentrowane na uzależnieniu, cd.

Uzależnienia behawioralne

- ⌘ Różne konsekwencje nadmiernego korzystania z komputera/ sieci, smartfona, patologiczny hazard, nieracjonalne zakupy, obsesyjny seks, praca zawodowa itd. są przedstawiane jako uzależnienia behawioralne

Podójście skoncentrowane na r33żnych szkodach

Spostrzeżenia

- ⌘ Znaczna część pacjent33w z problemami alkoholowymi, narkotykowymi, lekowymi nie pasuje do schematu „r33wni pochyłej”
- ⌘ Szkody zdrowotne i inne problemy zwi33zane z piciem alkoholu w wi33kszości dotycz33 os33b, kt33re nie s33 s33 uzaleznione
- ⌘ Podobnie jest z braniem narkotyków, w coraz wi33kszym stopniu dotycz33 os33b, kt33re nie s33 uzaleznione

Przykład: Wzory picia alkoholu i ich konsekwencje

Pijący rozsądnie

Picie ryzykowne
potencjalnie wiąże się z powstawaniem szkód zdrowotnych (np. picie i prowadzenie samochodu)
(trudno oszacować, ale dot. dużej liczby młodzieży i dorosłych)

Picie szkodliwe
to takie, które powoduje ewidentne szkody zdrowotne np. marskość wątroby (ok. 2,4 mln)

Uzależnienie

Zespół objawów somatycznych, zaburzeń zachowania i funkcji poznawczych ok. 600 tys.

Problemy związane z używaniem substancji psychoaktywnych

1. **Szkody** związane z nieumiarkowanym i najczęściej przewlekłym używaniem - **uzależnienia i inne problemy** (infekcje, choroby, samobójstwa, niepełnosprawność, itd.)
2. **Ryzykowne zachowania** podejmowane pod wpływem substancji - np. prowadzenie samochodu, skoki do wody, przygodne kontakty seksualne itd.

Cd. Problemy związane z substancjami psychoaktywnymi

- 3. Zagrożenia dla rozwoju osobistego** - nieprawidłowy sposób zaspokajania potrzeb rozwojowych, kłopoty ze zdobyciem wykształcenia, rezygnacja z zainteresowań itd.
- 4. Szkody doznawane przez dzieci i rodziny osób uzależnionych** (nadużywających substancji) - przewlekły stres, zaniedbania, przemoc, wykorzystywanie seksualne itd.

Spostrzeżenia



- ⌘ Uzależnienia są tylko jedną z negatywnych konsekwencji używania substancji psychoaktywnych, która w dodatku nie występuje najczęściej
- ⌘ Znacznie częstszymi konsekwencjami są wypadki, urazy, utonięcia, zatrucia, konflikty z prawem, akty przemocy, konflikty z otoczeniem itp.

Profilaktyka uzależnień?



Czy raczej:

⌘ profilaktyka szkód zdrowotnych i społecznych związanych z używaniem lub nadużywaniem substancji psychoaktywnych

lub

⌘ związanych z utratą kontroli nad wykonywaniem niektórych czynności

Definicja



⌘ *Profilaktyka uzależnień* oznacza świadome działanie nastawione na jednostki lub grupy społeczne mające na celu ograniczanie rozmiarów używania/ nadużywania substancji psychoaktywnych oraz zapobieganie różnorodnym problemom związanym z używaniem substancji psychoaktywnym (zanim one wystąpią)

Dlaczego przetrwał ten termin? Bo jest potrzebny do mobilizacji

Koncentracja na
dokuczliwych i
spektakularnych
problemach
pomaga mobilizować
społeczeństwo do
działania

Narkomania

Alkoholizm

Nikotynizm

Lekomania

**Uzależnienia
behavioralne**

**Sieciholizm,
pracoholizm,
zakupoholizm,
itd**

Kompromis terminologiczny

- ⌘ Termin „profilaktyka uzależnień” jest nieprecyzyjny
- ⌘ Trudno go jednak zastąpić:
(np. profilaktyka problemów, profilaktyka zachowań ryzykownych),
ponieważ pełni istotne funkcje w polityce społecznej i wymianie informacji

Piśmiennictwo



- Habrak B. (1996) *Szkody zdrowotne spowodowane alkoholem*. Springer PWN, Warszawa.
- Mellibruda J. (1997) *Profilaktyka problemowa*. *Remedium* 10(56), 17-20.
- Moskalewicz J., Kiejna A., Wojtyniak B. (red.) (2012) *Kondycja psychiczna mieszkańców Polski*. Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.
- Ostaszewski K. (2010): Zapobieganie używaniu substancji psychoaktywnych, [w:] Woynarowska, B. (red.): *Edukacja Zdrowotna. Podręcznik Akademicki*. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa: 483-517.