

Darbs ar bērniem, kuriem ir atkarības problēmas un uzvedības traucējumi

I diena

narkologs – psihiatrs I. Landsmane

Tēmas saturs

Atkarība kā biopsihosociāla slimība

- atkarības jēdziens un definīcija
- atkarības attīstības mehānisms
- atkarības veidošanās cēloņi
- psihoaktīvo vielu grupas – iedalījums, agrīnās lietošanas pazīmes un lietošanas veidi
- psihoaktīvo vielu reibumi, lietošanas sekas
- atveseļošanas procesa shēma un nozīme

Tēmas saturs(1)

Praktisko iemaņu apgūšana:

- 1) kā identificēt atkarības veidošanās cēloņus
- 2) kā nošķirt vēlmes no vajadzībām
- 3) kā atpazīt lietošanas uzsākšanas un turpināšanas motīvus

Atkarības jēdziens un definīcija

- atkarība ir **biopsihosociāla** slimība, tā nosaka indivīda bioloģisko, psihisko un sociālo dimensiju
- atkarība ir primāra, hroniska (pastāvīga un ilgstoša), progresējoša slimība, kas palielina invaliditātes veidošanās un mirstības risku

Atkarības jēdziens un definīcija

(1)

Apreibinošā viela:

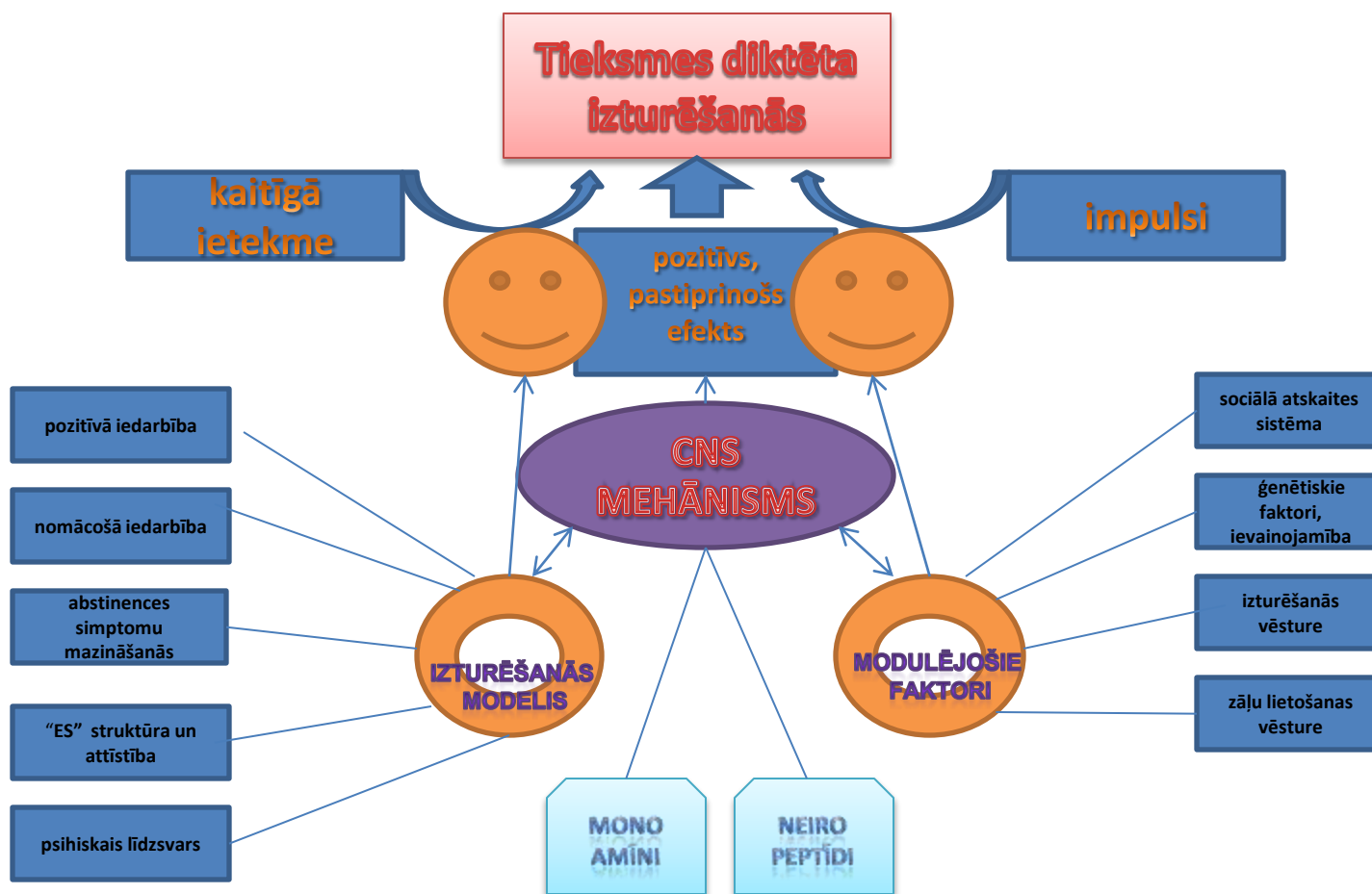
- izraisa tādu psihisku pārdzīvojumu, kuru gribas piedzīvot vēlreiz
- novērš nepatīkamu pārdzīvojumu(svešu savam “es” – pašārstēšanās teorija)
- rada tieksmi(gribas diktēta izturēšanās – meklēt vielu)
- izraisa psihisku un/ vai fizisku atkarību

Atkarības jēdziens un definīcija

(3)

- Psihe = sajūtas + domāšana + atmiņas sistēma
- Psihe = augstākā vadības sistēma indivīdam
- Psihe nosaka mūsu subjektīvo pasauli
- Mūsu pārdzīvojumi ir psihiski pēc rakstura
- “ES” un tā pasaules tēls ir biopsihosociāls
(indivīda bioloģiskā, psihiskā un sociālā dimensija)

Atkarības psihodinamiskais pamats



Atkarības jēdziens un definīcija

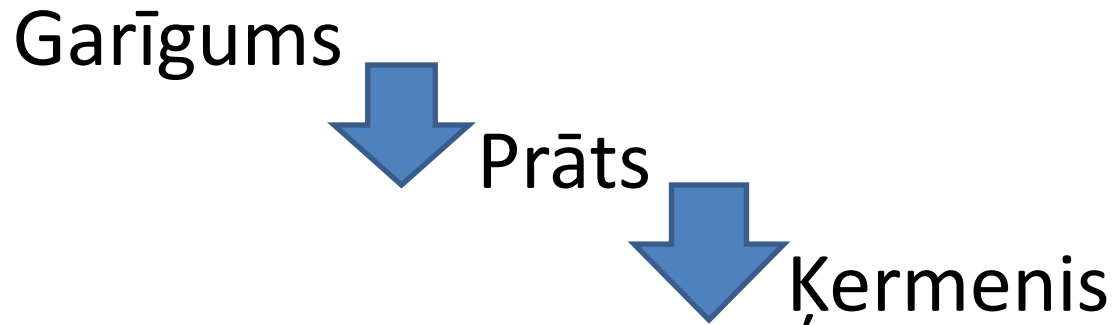
(4)

Atkarību raksturo ar:

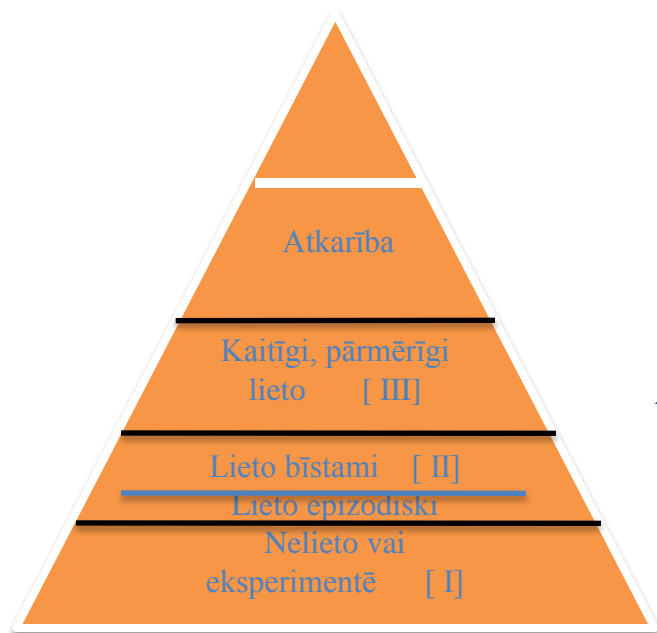
- **uzmācīgu, nepārvaramu tieksmi**
- **toleranci**
- **kontroles zudumu**
- **abstinenci**
- **sociāli bīstamu uzvedību**

Izmaiņas atkarības gadījumā

- Izmaiņas atkarības gadījumā veidojas vispirms emociju līmenī un tikai pēc tam skar ķermeni:



Lietošanas attīstības mehānisms



- 3 līmeņi līdz atkarībai
- 2. un 3. jau ir bīstami
- 3. līmenī visbiežāk atrodas pusaudži

Atkarības veidošanās cēloņi

- **Bioloģiskie riska faktori**
- **Sociālpsiholoģiskie faktori**
- **Personības riska faktori**



Atkarības redzamā daļa – **slimība**

Atkarības apslēptā daļa – **cēloņi**

Atkarības veidošanās cēloņi

(1)

Bioloģiskie riska faktori:

- **iedzimtība**
- **galvas smadzeņu patoloģija**
- **traucēts fiziskās attīstības faktors**

Atkarības veidošanās cēloņi

(4)

Sociālpsiholoģiskie faktori :

- ģimenes sistēmas nepilnības
- patogēnais audzināšanas tips ģimenē
- vājas sociālas saites ģimenē
- ļaunprātīga un pārmērīga vielu lietošana ģimenē
- sociālie faktori/sabiedriskie apstākļi

Atkarības veidošanās cēloņi

(5)

Personības riska faktori:

- pašapliecināšanās meklējumi
- nespēja apzināties un adekvāti izpaust savas jūtas
- nepietiekama paškontrole un disciplīna
- zems pašvērtējums
- dzīves jēgas un mērķa meklējumi

Pusaudžu psihoaktīvo vielu lietošana

Riska faktori	Aizsargfaktori
psiholoģiskā un emocionālā vide ģimenē (negatīva)	psiholoģiskā un emocionālā vide ģimenē (pozitīva)
draugu vide(negatīva)	draugu vide(pozitīva)
pārslodze vai daudz brīva laika	saturīga brīva laika pavadīšana
zems vai augsts pašvērtējums	adekvāts pašvērtējums, pārlicība par savām spējām
ideāli vai nelabvēlīgi sociālie apstākļi	ģimenei ir iespējas saņemt palīdzību (psiholoģisko, sociālo)
vecāku pārmērīga kontrole(hiperaprūpe)	ģimenē darbojas skaidri noteikumi
adaptācijas grūtības skolā (nesekmība, kavējumi)	nav adaptācijas grūtības skolā (iekļaujoša, atbalstoša sistēma)

**Lietošanas uzsākšanas motīvi
atbilstoši vecumposmam**

**Lietošanas turpināšanas motīvi
atbilstoši vecumposmam**

Psihoaktīvo vielu iedalījums

- Vielu atkarība
- Nevieliskā(darbības procesu)izraisītā atkarība (datoratkarība,azartspēļu atkarība0

Vielu atkarību izraisa:

- Legālas psihoaktīvas vielas
(tādas ka tabaka, alkohols, medikamenti, inhalanti)
- Nelegālas psihoaktīvas vielas:
(to juridiskais termins ir narkotikas)
- Legālās un nelegālās psihoaktīvās vielas iedala:
 - Pēc izcelsmes – dabiskās (augu valsts) un sintētiskās vielas
- Pēc iedarbības – depresanti, stimulatori un halucinogēni

Psihoaktīvo vielu grupas

1. **Psihostimulatori** (tabaka, amfetamīns, metamfetamīns, metkatinons (efedrons), kofeīns, kokaīns(kreks), ritalīns)
2. **Depresanti**
(opija alkaloīdi (heroīns, morfīns, kodeīns, papaverīns) un sintētiskie opioīdi (fentanils, metadons, buprenorfīns), alkoholiskie dzērieni, medikamenti – nomierinoši un miega līdzekļi)
3. **Halucinogēni**
(kaņepju produkti (marihuāna, hašišs, sintētiskie kanabinoīdi augu maisījumos), maģiskās sēnes (psilocibīns), meksikāņu kaktuss (meskalīns), Extasy tabletes (MDMA, MDA), LSD, inhalanti)

Agrīnās lietošanas pazīmes

Ārēji redzamās izmaiņas

Pamanāmās uzvedības izmaiņas

Psihoaktīvo vielu lietošanas veidi

- iekšķīgā lietošana

iekšķīgi lietojot tiek lietots alkohols, medikamenti, stimulatori, maģiskās sēnes, LSD

- smēķēšana

smēķējot tiek lietota tabaka, kaņepju produkti, augu maisījumi, arī heroīns un kokaīns(kreks)

- inhalēšana

inhalējot tiek lietotas gaistošas organiskas vielas(līme, benzīns, gaisa atsvaidzinātāji, šķiltavu gāze), tās uzsūcas caur mutes un deguna gļotādām. Cits inhalēšanas veids ir šņaukšana, šņaucot lieto tabaku, kokaīnu, heroīnu

- injicēšana

- intramuskulāra (injicē muskulī)
- subkutāna (injicē zem ādas)
- intravenoza (injicē vēnā)

injicējot tiek lietoti opioīdi un stimulatori

Psihostimulatoru izraisīto reibumu kopējās pazīmes

- pārmērīgs kustīgums;
- pļāpīgums;
- paplašinātas acu zīlītes
- darbošanās ir neproduktīva un vienveidīga;
- nav bada sajūtas;
- izjaukts miega un nomoda režīms;
- iestājas spēcīga seksuāla tieksme.

Vielu iedarbība ilgst no 1,5 līdz 12 stundām
(atkarībā no lietotās vielas)

Depresantu izraisīto reibumu kopējās pazīmes

- pacilātība, eiforija;
- miegainība,
- pļāpība un daudzvārdība, iestrēgšana sīkumos,
- lēna domāšana,
- paplašinātas acu zīlītes(alkohols, medikamenti) vai sašaurinātas acu zīlītes (opioīdi),
- smagā reibumā pārlicēgs rosīgums,
- apziņas traucējumi (no apdulluma līdz komai).

Vielu iedarbība turpinās 6 līdz 12 stundas(atkarībā no lietotās vielas)

Halucinogēnu izraisīto reibumu kopējās pazīmes

- paātrināts pulss, paaugstināts asins spiediens;
- paplašinātas acu zīlītes,
- roku trīce, ādas sausums;
- reibums saistīts ar izmaiņām laika, telpas un attāluma sajūtās un sava ķermeņa uztverē, rodas nereālas ilūzijas un halucinācijas.

Vielu iedarbība ilgst no 20 minūtēm līdz 12 stundām (atkarībā no lietotās vielas)

Psihostimulatoru lietošanas sekas

- ķermeņa svara pazemināšanās, avitaminozes;
- inficēšanās draudi ar HIV un hepatītu;
- smagā reibumā var iestāties nāve no akūtas sirds nepietiekamības un paaugstinātas ķermeņa temperatūras
- ēstgribas un svara zudums,
- bezmiegs;
- nepārtraukta lietošana var izraisīt depresīvus stāvokļus, aizdomīgumu (paranoju), psihomotoru uzbudinājumu, izsaukt halucinācijas un psihozes;
- veidojas izteikta psihiska atkarība (bailes un vajāšanas, pašnāvības mānijas)

Depresantu lietošanas sekas

- personības izmaiņas (kļūst kašķīgi, nesavaldīgi, disforiski)
- pazeminās intelekts
- atmiņas pasliktināšanās
- uzmanības un koncentrēšanās spēju traucējumi
- kritikas trūkums
- var rasties izmaiņas aknās, nierēs un sirds muskulī
- pārdozēšanas gadījumā iestājas nāve no elpošanas un sirdsdarbības apstāšanās (opioīdu lietošana)
- zūd sociālās saiknes - ģimene un draugi, zaudēts darbs, pieaug kriminalitāte

Halucinogēnu lietošanas sekas

- slēptas psihiskas saslimšanas(mānijas, paranoja, šizofrēnijai līdzīgi stāvokļi)
- trauksmes stāvoklis un panikas lēkmes, arī agresija
- depresija, rakstura izmaiņas
- pašnāvības draudi
- psihozes laikā var apdraudēt gan sevi, gan apkārtējos(sevis vai citu savainošana)
- pārdozēšanas gadījumā var iestāties nāve

Atveseļošanās un ārstēšanās

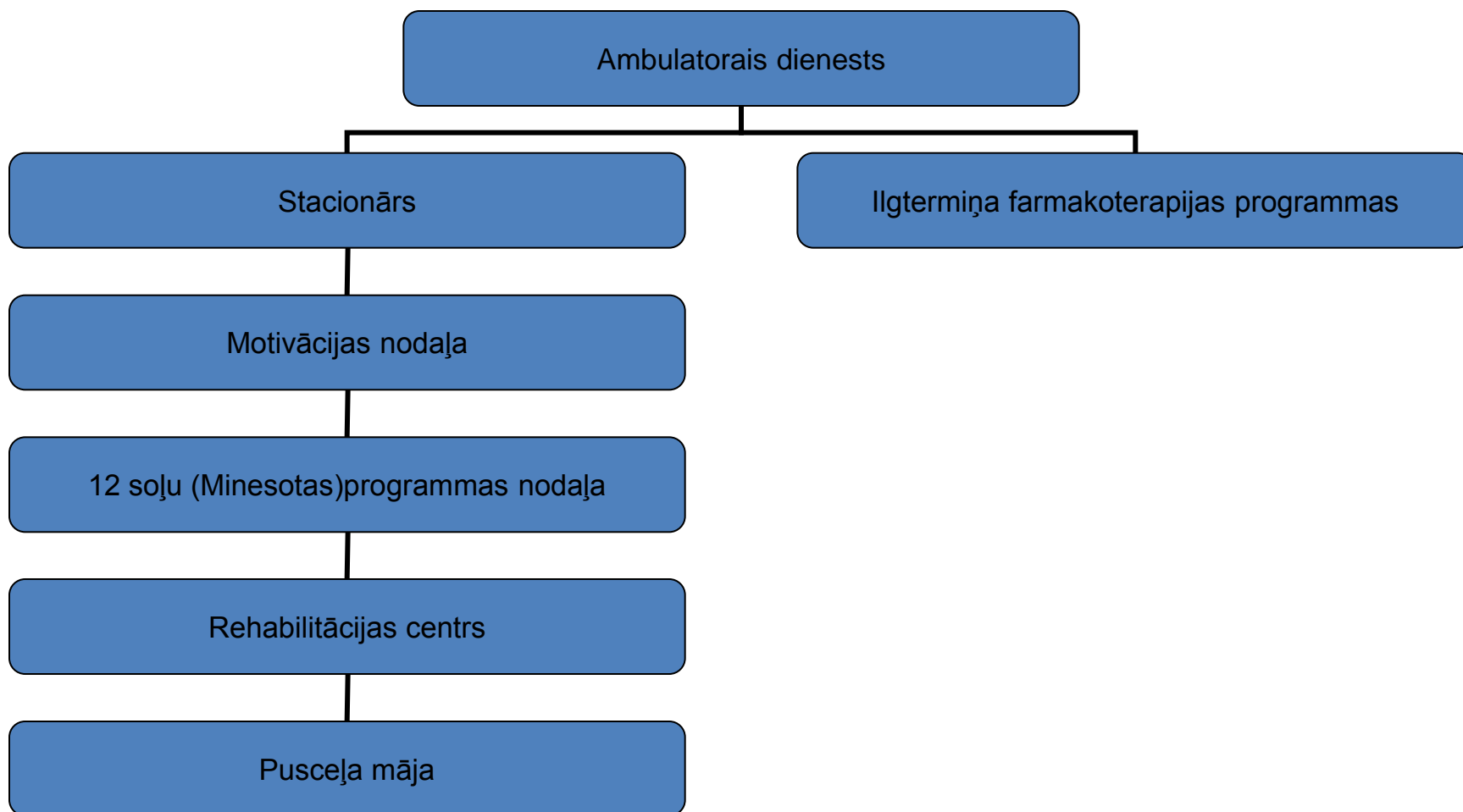
- Ārstēšanās un atveseļošanās ir savstarpēji cieši saistīti procesi, bet tas nav viens un tas pats
- Ārstēšanās ir svarīga atveseļošanās procesa sastāvdaļa
- Ārstēšanās ir pozitīvs process, kas ietver sevī dažādas atbalstošas sistēmas, kas sistemātiski palīdz pacientam dzīvot bez atkarību izraisošām vielām
- Atveseļošanās ir brīvprātīgs process, kura stratēģijā kā to sasniegt, jāiekļauj ārstēšanās
- Atveseļošanās ir ilgstošs process, vidēji 8-10 gadi
- Dzīvesveida formēšanās -10 gadi

Atveseļošanās un ārstēšanās (1)

Atveseļošanās posmi, lai nodrošinātu ilgtermiņa atveseļošanos:

- 1.pirmsārstēšanās periods
- 2.stabilizācijas periods
- 3.agrīnais atveseļošanās periods
- 4.vidējais atveseļošanās periods
- 5.vēlīnais atveseļošanās periods
- 6.skaidrības uzturēšanas periods

Narkoloģiskās palīdzības iespējas



Narkoloģiskās palīdzības iespējas (1)

- Ambulatori pakalpojumi
(konsultācijas, diagnostika un ārstēšana)
- Stacionārie pakalpojumi
- Rehabilitācija(medicīniska, sociāla)
- Pēcaprūpe