

Οι κίνδυνοι των εξαρτησιογόνων ουσιών στον ανθρώπινο εγκέφαλο

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ

■ Της ΕΛΠΙΔΑΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΟΥ

Σοβαρές επιπτώσεις στη λειτουργία του ανθρώπινου εγκέφαλου προκαλούν όλες ανεξαιρέτως οι εξαρτησιογόνες ουσίες, είτε αυτές είναι νόμιμες, είτε παράνομες. Ο εθισμός οδηγεί το άτομο σε προβληματική συμπεριφορά και σειρά άλλων παρενεργειών, το μέγεθος των οποίων εξαρτάται κατά περίπτωση, αφού σχετίζεται με το γενετικό υλικό, την ηλικία αλλά και περιβαλλοντικούς παράγοντες. Το μόνο βέβαιο είναι ότι επηρεάζεται σημαντικά η κρίση του ατόμου που είναι εξαρτημένο από ουσίες και ακόμα και να παρακολουθήσει πρόγραμμα απεξάρτησης ο εγκέφαλος διατηρεί καλά κρυμμένες μνήμες της εθιστικής συμπεριφοράς με αποτέλεσμα αρκετοί από αυτούς να υποτροπιάζουν στον πρώτο χρόνο απεξάρτησης είτε λόγω στρες είτε άλλων περιβαλλοντικών ερεθισμάτων, που θυμίζουν την περίοδο του εθισμού, καθώς έστω και μια φορά χρήσης ουσιών είναι πιθανό να οδηγήσει ξανά στην εξάρτηση. Τα παραπάνω επισημάνθηκαν μεταξύ άλλων χρηστών επιστημονικών δεδομένων σε μια ημερίδα που διοργάνωσε το ΟΚΑΝΑ, το τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης και η Ελληνική Εταιρεία για τις Νευροεπιστήμες με ομιλητές το Γιώργο Παναγή, αναπληρωτή καθηγητή Βιοψυχολογίας, τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης, τον Ανδρέα Καστελλάκη, αναπληρωτή καθηγητή Ψυχολοσοφιστολογίας, τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης και τον Δίμο Φωτόπουλο, ψυχίατρο στο Δίκτυο Θεραπευτικών Υπηρεσιών ΟΚΑΝΑ Ρεθύμνου.

«Οι εξαρτησιογόνες ουσίες αλλάζουν τη δομή του εγκέφαλου»

Οι εθιστικές ουσίες επιδρούν σημαντικά στον εγκέφαλο και αλλάζουν τη δομή και τη λειτουργία του αποτελώντας ουσιαστικά μια διαταραχή, τόνισε χαρακτηριστικά ο κ. Γ. Παναγής, αναπληρωτής καθηγητής



■ Ο καθηγητής του τμήματος Ψυχολογίας Γιώργος Παναγής αναφέρθηκε στις συνέπειες που προκαλούν οι εξαρτήσεις στον ανθρώπινο εγκέφαλο επισημαίνοντας τους κινδύνους κατανώσεως αλκοόλ από εφήβους

της Ψυχολογίας στο Τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, ο οποίος υποστήριξε πως τα επιστημονικά δεδομένα είναι τέτοια που πλέον οι εξαρτησιογόνες ουσίες αποδεδειγμένα σχετίζονται με μια δυσλειτουργία του εγκέφαλου και με σοβαρές επιπτώσεις στην μετέπειτα ζωή του ατόμου. Ιδιαίτερη ήταν η αναφορά του κ. Παναγή



■ Εξαρτήσεις και εγκέφαλος ήταν ο τίτλος της ημερίδας που διοργάνωσε το τμήμα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, ο ΟΚΑΝΑ και η Ελληνική Έταιρεία για τις Νευροεπιστήμες

«Ιδιαίτερα ευάλωτες οι ηλικίες 14-15-16 ετών από τη χρήση αλκοόλ και κάνναβης»

στο αλκοόλ, το οποίο χαρακτηρίζεται ως εξαιρετικά επικίνδυνη εξαρτησιογόνη ουσία επισημαίνοντας πως υπάρχει έλλειψη ενημέρωσης για τους κινδύνους που ελλοχεύει η κατανάλωση του, ειδικά για τους εφήβους, των οποίων ο εγκέφαλος δεν έχει ακόμα πλήρως διαμορφωθεί. Πρόσθεσε δε ότι ο κόσμος θεωρεί ότι είναι επικίνδυνη μόνο η κάνναβη, η ηρωίνη και άλλες ψυχοτρόπες ουσίες, παραγνωρίζοντας τους πολύ σοβαρούς κινδύνους που εγκυμονεί ακόμα και για τη ζωή κάποιου η κατανάλωση αλκοόλ.

«Δεν είναι ευρέως γνωστό στην κοινωνία ότι οι ουσίες αυτές επιδρούν στον εγκέφαλο και αλλάζουν τη δομή και τη λειτουργία του και επίσης δεν είναι γνωστό ότι υπάρχουν ζητήματα γενετικής προδιαθεσιμότητας -δηλαδή, κάποια άτομα μπορεί να βρίσκονται σε μια προδιάθεση για να αναπτύξουν εθισμό σε κάποιες ουσίες- αυτό δεν το γνωρίζουν τα ίδια τα άτομα φυσικά. Ο εθισμός δεν είναι μία διαταραχή, η οποία εξαρτάται αποκλειστικά από ένα γονίδιο μόνο, υπάρχουν όμως κάποια γονίδια τα οποία έχουν ενοχοποιηθεί και από εκεί και πέρα τα γονίδια αυτά επιδρούν στον εγκέφαλο, αλλάζουν κάποιες πρωτεΐνες του εγκεφάλου. Επιπλέον, υπάρχουν κάποια άτομα τα οποία έχουν αυτά τα δεδομένα -που δείχνουν δηλαδή ότι άτομα που έχουν δυσλειτουργία στις προμετωπιαίες περιοχές του εγκέφαλου, στο μετωπιαίο λοβό-, μπορεί να βρίσκονται σε ομάδες υψηλού κινδύνου στο να κάνουν κατάχρηση ουσιών και να εθιστούν. Και επιπλέον, οι εθιστικές ουσίες φαίνεται ότι επηρεάζουν τη λειτουργία του εγκέφαλου περαιτέρω -όπως για παράδειγμα επηρεάζει σημαντικά την ίδια την κρίση του ατόμου- ανέφερε μιλώντας στα «ΡΝ» ο κ. Παναγής. ενώ όπως επισήμανε ο καθηγητής Ψυχολογίας το μεγαλύτερο πρόβλημα είναι ότι οι εξαρτημένοι άνθρωποι δεν αναγνωρίζουν το πρόβλημά τους. «Το άτομο δεν αντιλαμβάνεται την προβληματική συμπεριφορά του, δεν αντιλαμβάνεται ότι έχει κάποιο πρόβλημα με τη χρήση αυτών των ουσιών και έτσι δυσκολεύεται και να ζητήσει βοήθεια από κάποιον ειδικό και να προχωρήσει στην απεξάρτηση. Κάτι ακόμα πολύ σημαντικό είναι, ότι τα άτομα τα οποία ήταν εθισμένα σε μία ουσία και έχουν ακολουθήσει κάποιο πρόγραμμα απεξάρτησης και έχουν ουσιαστικά αποτοξινωθεί, ο εγκέφαλός τους δια-

θέτει μία μνήμη αυτής της εθιστικής συμπεριφοράς. Οπότε υπάρχουν κάποιοι παράγοντες όπως είναι για παράδειγμα η απλή επανάληψη της λήψης της ουσίας, το στρες αλλά και ερεθίσματα περιβαλλοντικά ή και καταστάσεις που έχει το άτομο συνδέσει στο παρελθόν με τη λήψη της ουσίας, όπου αν το άτομο έρθει σε επαφή με αυτά τα ερεθίσματα, μπορεί να το οδηγήσουν σε υποτροπή».

Σε σχέση με τη συμπεριφορά έναντι των εξαρτημένων ατόμων από την κοινωνία και την πολιτεία ο καθηγητής ψυχολογίας ανέφερε: «Αυτό που πρέπει να γίνει σαφές στο ευρύ κοινό είναι ότι ένα άτομο το οποίο έχει εθιστεί σε μία ουσία δεν είναι εγκληματίας, δεν είναι παράσιτο της κοινωνίας, είναι ένα άτομο του οποίου ο εγκέφαλος λειτουργεί διαφορετικά. Τους λειτουργούσε διαφορετικά πριν και διαφορετικά μετά τη χρήση της ουσίας και είναι σημαντικό να το βλέπει κανείς κάτω από αυτό το πρίσμα και όχι υπό το πρίσμα το κατασταλτικό».

«Το φυτό της κάνναβης έχει τροποποιηθεί και αυτή καθίσταται ακόμα πιο επικίνδυνη»

Την επικινδυνότητα χρήσης κάνναβης σημείωσε από την πλευρά του ο κ. Ανδρέας Καστελλάκης, αναπληρωτής καθηγητής του Πανεπιστημίου Κρήτης υποστηρίζοντας πως το φυτό έχει τροποποιηθεί γενετικά τα τελευταία χρόνια, με αποτέλεσμα να καθίσταται ιδιαίτερα



■ Ο καθηγητής Ψυχολογίας Ανδρέας Καστελλάκης μίλησε για την κάνναβη και πως αυτή επηρεάζει τον ανθρώπινο εγκέφαλο

επικίνδυνο για τον άνθρωπο εγκέφαλο δημιουργώντας σοβαρά προβλήματα. «Είναι διακριβωμένο και από το Ευρωπαϊκό Παρατηρητήριο ότι οι ηλικίες των 14-15-16 ετών είναι πολύ κρίσιμες σε ότι αφορά την εξάρτηση, αλλά και τους κινδύνους, γιατί δεν έχουν αναπτυχθεί πλήρως οι δομές του εγκέφαλου, όπως είναι προμετωπιαίος λοβός, και γενικότερα ο μετωπιαίος λοβός. Επίσης, ένα ιδιαίτερο πρόβλημα που είχε απασχολήσει και προβληματίσει είναι ότι η κάνναβη, για την οποία μιλούσαμε πριν από 15-20 χρόνια, δεν είναι ίδια με την κάνναβη που είναι σήμερα. Δηλαδή θεωρητικά κρίνεται να είναι το ίδιο φυτό, θεωρητικά η ίδια δραστηριότητα, αλλά εκείνο που έχει αλλάξει και αυτό είναι ένα πολύ μεγάλο ζήτημα είναι ότι έχει εμπλουτιστεί στην πραγματικότητα μέσω γενετικών παρεμβάσεων, υδροπονικών καλλιεργειών και η ποσότητα της δραστηριότητας. Να φανταστείτε ότι τη δεκαετία του '80 μιλούσαμε για το THC 1-2% της ουσίας και σήμερα μιλάμε -κατά κανόνα ιδιαίτερα στην Ολλανδία- για ποσοστά της τάξεως του 5-10 ή και 12%. Κάποιες μάλιστα περιπτώσεις, οι οποίες είναι ανεκότες αλλά είναι πολλές, δηλαδή εμφανίζονται περιστασιακά αλλά δεν είναι κάτι τόσο σημαντικό, υποδεικνύουν ότι κάτω από κάποιες ιδιαίτερες συνθήκες τα προϊόντα της κάνναβης που πωλούνται, φτάνουν σε ένα ποσοστό εμπλουτισμού που είναι τρομακτικό, δηλαδή πλησιάζει το 50%».

Παράλληλα, κληθείς να σχολιάσει την αποικιοποίηση της κάνναβης σε κάποιες χώρες ο κ. Καστελλάκης φέρνοντας κάποια παραδείγματα τόνισε πως τελικά το πείραμα αυτό δεν είχε τα αναμενόμενα αποτελέσματα αναφέροντας μεταξύ άλλων: «Η αλήθεια είναι ότι η αποικιοποίηση είναι ένα πολύ ιδιαίτερο πείραμα που γίνεται στις διάφορες περιοχές του κόσμου, δηλαδή δεν υπάρχει ενιαία νομοθεσία, δεν υπάρχει ενιαία αντιμετώπιση. Υπάρχει μία περισσότερο φιλελεύθερη προσέγγιση σε σχέση με το ζήτημα της χρήσης κάνναβης στην Αυστραλία, στη Νέα Ζηλανδία, στην Ολλανδία στα πιο κοντινά σ' εμάς. Η πραγματικότητα έδειξε ότι είχε κάποια θετικά αποτελέσματα ιδιαίτερα στην αρχή. Από εκεί και μετά όμως λόγω μίας κατάχρησης στον τρόπο που αντιμετωπίστηκε, αναγκάστηκαν και οι ίδιοι να αλλάξουν πράγματα σε ό,τι αφορά τη νομοθεσία τους. Δηλαδή για παράδειγμα στις αρχές της δεκαετίας του '90, τα διάφορα coffee shop, τα οποία

είναι στην περιοχή του Άμστερνταμ στην ευρύτερη περιοχή της Ολλανδίας ή των πολύ παραπάνω από 1.000 Αυτή τη στιγμή, σύμφωνα μάλιστα όχι με δεδομένα σχετικά πρόσφατα αλλά της προηγούμενης δεκαετίας, έπεσα γύρω στα 700, αποτέλεσμα ακριβώς του γεγονότος ότι αυτό το πλαίσιο τι εκμεταλλεύτηκαν κάποιοι για να παραβούν στην πραγματικότητα και τα κώδικα που μπορεί να πει κανείς ότι είχε θεσπιστεί για την κοινωνία αυτών που έκαναν τη χρήση των ιδιοκτησιών αυτών των coffee shop».

«Το μεγαλύτερο πρόβλημα της εξάρτησης είναι η αναγνώριση του προβλήματος»

Το μεγαλύτερο πρόβλημα της εξάρτησης είναι η αναγνώριση του προβλήματος, επισήμανε από την πλευρά του ο ψυχίατρος Δίμος Φωτόπουλος, υπεύθυνος της μονάδας ΟΚΑΝΑ, που λειτουργεί στο Ρεθύμνο παρέχοντας υπηρεσίες αποκατάστασης και θεραπειές που αντιμετωπίζουν τέτοια προβλήματα. «Το δύσκολο κομμάτι στην απεξάρτηση είναι η αναγνώριση του προβλήματος, που σημαίνει ότι κανείς δεν μπορεί να παραδεχθεί ότι έχει πρόβλημα και να ξεκινήσει να μπει σε μία διαδικασία. Η αναγνώριση του προβλήματος βλέπουμε ότι είναι η μισή δουλειά γύρω από την εξάρτηση. Από τη στιγμή που κάποιος θα μπει σε ένα θεραπευτικό πρόγραμμα θα μπορέσει να βρει το δρόμο του» ανέφερε.



■ Ο ψυχίατρος Δίμος Φωτόπουλος αναφέρθηκε στις μονάδες αποκατάστασης που συμβάλλουν καθοριστικά στην απεξάρτηση εθισμένων ατόμων