



Ελληνική Δημοκρατία  
Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό  
Ίδρυμα Ηπείρου

# Ψυχοπαθολογία Ενηλίκων

Ενότητα 7.2: Διαταραχές σχετιζόμενες με ουσίες (II)

Σιαφάκα Βασιλική



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Τμήμα Λογοθεραπείας

## Διαταραχές σχετιζόμενες με ουσίες (II)

### Ενότητα 7.2: Διαταραχές σχετιζόμενες με ουσίες (II)

Σιαφάκα Βασιλική

Επίκουρος Καθηγήτρια

Ιωάννινα, 2015



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





# Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.





# Χρηματοδότηση

- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «**Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση**» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο ΤΕΙ Ηπείρου**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



# Σκοποί ενότητας (1 από 2)

Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι φοιτητές να γνωρίζουν :

- Τι είναι τα συνθετικά κατασταλτικά και τα διεργετικά και ποιες οι επιπτώσεις τους
- Τι είναι τα ψευδαισθησιογόνα και ποιες οι επιπτώσεις τους
- Ποια τα αίτια των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες

## Σκοποί ενότητας (2 από 2)

- Ποιες είναι οι θεραπευτικές παρεμβάσεις για την εξάρτηση από ουσίες (φαρμακευτικές και μη φαρμακευτικές)
- Πώς γίνεται η πρόληψη των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες

# Περιεχόμενα ενότητας (1 από 3)

1. Συνθετικά κατασταλτικά
2. Διεγερτικά
3. Ψευδαισθησιογόνα, Ecstasy και PCP
4. Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες
5. Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες

# Περιεχόμενα ενότητας (2 από 3)

5.1. Θεραπεία της εξάρτησης από το αλκοόλ

5.1.1. Θεραπεία ζεύγους και οικογενειακή  
θεραπεία

5.1.2. Γνωστική – Συμπεριφορική θεραπεία

5.1.3. Φαρμακευτική θεραπεία

5.1.4. Ψυχολογικές θεραπείες



# Περιεχόμενα ενότητας (3 από 3)

- 5.2. Θεραπεία εξάρτησης από τη νικοτίνη
- 5.3. Θεραπεία της κατάχρησης και της εξάρτησης από άλλες εξαρτησιογόνες ουσίες
  
- 6. Πρόληψη των Διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες



# Διαταραχές σχετιζόμενες με ουσίες (II)

# Συνθετικά κατασταλτικά (1 από 2)

- Τα βαρβιτουρικά συντέθηκαν το 1903 ως βοηθήματα για τον ύπνο και τη χαλάρωση
- Στις μέρες μας η χρήση τους αυξάνεται. Χρήση και κατάχρηση **βενζοδιαζεπινών** (π.χ. Stedon) είναι συχνή
- Χαλαρώνουν τους μύες, μειώνουν το άγχος και, σε μικρές δόσεις, προκαλούν ευφορία

(Kring A.M., Davison G.C., Neale J.M., Johnson S.L., 2010)



# Συνθετικά κατασταλτικά (2 από 2)

- **Υπερβολικές δόσεις:** δυσκολίες στην άρθρωση του λόγου και αστάθεια στο περπάτημα
- Πολλοί χρήστες οδηγούνται στο θάνατο με ταυτόχρονη λήψη αλκοόλ (μεγιστοποιεί τις επιπτώσεις των κατασταλτικών )



# Διεγερτικά (1 από 4)

Δρουν στον εγκέφαλο και στο συμπαθητικό νευρικό σύστημα, αυξάνοντας την εγρήγορση και την κινητική δραστηριότητα

**Αμφεταμίνες** :συνθετικά διεγερτικά

**Κοκαΐνη**: φυσικό διεγερτικό που εξάγεται από τα φύλλα της κόκας

**Καφεΐνη**: λιγότερο επικίνδυνη και περισσότερο διαδεδομένη διεγερτική ουσία

# Διεγερτικά (2 από 4)

## Αμφεταμίνες:

1920 : τα φύλλα ενός κάκτου θεράπευαν το άσθμα. Οι αμφεταμίνες αποτελούν συνθετικό υποκατάστατο αυτού

- Λαμβάνονται από το στόμα ή ενδοφλέβια και μπορεί να προκαλέσουν **εθισμό**
- Αυξάνουν την επαγρύπνηση, αναστέλλουν τις εντερικές λειτουργίες και μειώνουν την όρεξη για φαγητό (χρησιμοποιούνται και σε δίαιτες)

# Διεγερτικά (3 από 4)

- Ο καρδιακός ρυθμός επιταχύνεται και το άτομο νιώθει εγρήγορση, ευφορία και κοινωνικότητα, ενώ διακατέχεται από υπέρμετρη ενέργεια και αυτοπεποίθηση
- Σε πολύ μεγάλες δόσεις προκαλούν νευρικότητα, ταραχή και σύγχυση

# Διεγερτικά (4 από 4)

- Ορισμένες φορές, οι συστηματικοί χρήστες γίνονται εχθρικοί και εξαιρετικά καχύποπτοι, σε βαθμό που μπορεί να είναι επικίνδυνοι για τους άλλους

(μπορεί να εμφανίσουν εικόνα σχιζοφρένειας παρανοϊκού τύπου)





# Κοκαΐνη (1 από 3)

- Θάμνος της οροσειράς των Άνδεων (μασούν τα φύλλα)

Ευρωπαίοι: τη γνώρισαν από τους Ισπανούς κατακτητές της Αμερικής (έβραζαν τα φύλλα σε ροφήματα)

19ος αι.: απομονώθηκε το αλκαλοειδές κοκαΐνη και χρησιμοποιούνταν ως τοπικό αναισθητικό

(Kring A.M., Davison G.C., Neale J.M., Johnson S.L., 2010)



# Κοκαΐνη (2 από 3)

- **S. Freud (1884):**  
Χρήση κοκαΐνης για την κατάθλιψή του  
Δημοσιεύτηκε άρθρο του με τίτλο «Ύμνος» για τις απολαυστικές επιδράσεις που βίωσε
- Μειώνει τον πόνο
- Αυξάνει τη σεξουαλική επιθυμία
- Προκαλεί αίσθημα αυτοπεποίθησης, ευεξίας και απουσίας κόπωσης

# Κοκαΐνη (3 από 3)

## Υπερβολική δόση

- ρίγος
- ναυτία
- αϋπνία
- έντονα παρανοϊκά αισθήματα
- τρομακτικές ψευδαισθήσεις εντόμων που έρχονται πάνω στο δέρμα

## Χρόνια χρήση

- αυξημένη ευερεθιστότητα
- δυσκολία στις κοινωνικές σχέσεις
- παρανοϊκό ιδεασμό
- προβλήματα στον ύπνο και στην πρόσληψη της τροφής



# Νέα μορφή κοκαΐνης: κρακ

Αυξάνει τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου και προκαλεί γνωστικές ανεπάρκειες (δυσκολίες στη συγκέντρωση και στην ανάκληση)

Νέα μορφή κοκαΐνης κρακ (1980):  
διατίθεται σε κρυσταλλική μορφή που ο χρήστης θερμαίνει, λιώνει και καπνίζει

# Ψευδαισθησιογόνα, Ecstasy και PCP (1 από 7)

- **LSD**: ονομάστηκε ουσία ψυχωσομιμητική, επειδή προκαλεί συμπτώματα παρόμοια με εκείνα της ψύχωσης

Χρησιμοποιήθηκε ο όρος *ψυχεδελική ουσία* («ψυχή» και «δηλώνω», για να τονίσει το υποκειμενικό βίωμα της διεύρυνσης της συνείδησης = «τριπάκι»)



# Ψευδαισθησιογόνα, Ecstasy και PCP (2 από 7)

- Σύγχρονος όρος: **ψευδαισθησιογόνα** - αναφέρεται στην κύρια επίδραση ή στο επακόλουθο αυτών των ουσιών που είναι οι ψευδαισθήσεις
- Η χρήση του LSD έφτασε στο απόγειο τη δεκαετία του 1960

(Kring A.M., Davison G.C., Neale J.M., Johnson S.L., 2010)



# Ψευδαισθησιογόνα, Ecstasy και PCP (3 από 7)

- Η επίδρασή τους εξαρτάται από μια σειρά ψυχολογικών μεταβλητών (στάσεις, προσδοκίες, κίνητρα) κι όχι μόνο από τη δόση
- Κίνδυνος: μπορεί να προκαλέσει έντονη προσβολή πανικού



# Ψευδαισθησιογόνα, Ecstasy και PCP (4 από 7)

- Οι χρήστες μπορεί να εμφανίσουν **μνημονικές αναδρομές**, δηλ. αναβιώνουν ψυχεδελικές εμπειρίες, αφότου η επίδραση της ουσίας σε σωματικό επίπεδο έχει παρέλθει, και, συνήθως, όταν βρίσκονται σε συνθήκες stress, ασθένειας ή κόπωσης

(Kaplan H.I. and Sadock B.J, 1991)





# Ψευδαισθησιογόνα και Ecstasy (5 από 7)

- **Ecstasy**: νεότερη ουσία που μοιάζει με τα ψευδαισθησιογόνα. Αρχικά θεωρούνταν ακίνδυνη
- Φαίνεται να σχετίζεται με ανεπάρκειες στη μάθηση και τη μνήμη, στη λεκτική ροή και στην επιδεξιότητα



# Ψευδαισθησιογόνα και Ecstasy

## (6 από 7)

**Ecstasy:** μπορεί να προκαλέσει:

- ✓ μυϊκή ένταση
- ✓ ταχείες οφθαλμικές κινήσεις
- ✓ σφίξιμο των σιαγόνων
- ✓ ναυτία
- ✓ αδυναμία
- ✓ ρίγος ή εφίδρωση
- ✓ άγχος, κατάθλιψη, αποπροσωποποίηση και σύγχυση

# Ψευδαισθησιογόνα και Ecstasy

## (7 από 7)

Οι χρήστες αναφέρουν ότι:

- ✓ ενισχύει την οικειότητα και την ενόραση
- ✓ ανεβάζει τη διάθεση και την αυτοπεποίθηση
- ✓ βελτιώνει τις διαπροσωπικές σχέσεις
- ✓ προάγει την ευαισθησία στην αντίληψη



# Νιτρώδες οξείδιο (1 από 2)

- Άχρωμο αέριο: προκαλεί ζάλη και ευφορία μέσα σε λίγα δευτερόλεπτα
  - ✓ Το άτομο νιώθει ότι κατακλύζεται από σημαντικές ενοράσεις
  - ✓ Αυξάνεται η αντοχή στον πόνο
  - ✓ Αντιλαμβάνεται καθημερινά γεγονότα και σκέψεις ως πάρα πολύ αστεία



# Νιτρώδες οξείδιο (2 από 2)

- Γι' αυτό και ονομάζεται «*αέριο του γέλιου*»
- Μπορεί να προκαλέσει καρδιακή ανεπάρκεια και θάνατο, το λεγόμενο «*αιφνίδιο θάνατο από εισπνεόμενα*»

# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (1 από 13)

## A. Η διεργασία της ουσιοεξάρτησης

Θετική στάση ⇨ Πειραματισμός ⇨ Τακτική χρήση ⇨  
Βαριά χρήση ⇨ Εξάρτηση ή κατάχρηση

## B. Κοινωνικοπολιτισμικοί παράγοντες:

Το κοινωνικό πλαίσιο μπορεί να επηρεάσει το ενδιαφέρον των ατόμων για τις ουσίες και την πρόσβαση σε αυτές



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (2 από 13)

- ✓ Επιρροές από συνομήλικους και γονείς
- ✓ Επιρροές που ασκούνται από τα ΜΜΕ
- ✓ Τι θεωρείται αποδεκτή συμπεριφορά σε συγκεκριμένους πολιτισμούς

Σε χώρες που πίνουν κρασί (π.χ. Γαλλία), βρίσκει κανείς κρασί ακόμη και στις καφετέριες των πανεπιστημίων  
Η κατανάλωση αλκοόλ από μαθητές στη Σκωτία φτάνει το 99%



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (3 από 13)

## Γ. Οικογενειακοί παράγοντες:

Η έκθεση του παιδιού σε χρήση αλκοόλ από τους γονείς αυξάνει τις πιθανότητες να πίνει και το ίδιο

Η κατάχρηση ουσιών σχετίζεται επίσης με: ψυχιατρικά, συζυγικά ή νομικά προβλήματα που μπορεί να απασχολούν την οικογένεια

Η έλλειψη συναισθηματικής υποστήριξης συνδέεται με αυξημένη χρήση τσιγάρων, μαριχουάνας και αλκοόλ





# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (4 από 13)

## Δ. Μέσα μαζικής ενημέρωσης:

Οι τηλεοπτικές διαφημίσεις συνδέουν το αλκοόλ με άνδρες που είναι πετυχημένοι και με καλλίγραμμες

Οι διαφημίσεις αλκοόλ στα περιοδικά έχουν αυξηθεί και φαίνεται ότι επηρεάζουν κυρίως τα κορίτσια

Εξισώνουν τα τσιγάρα με τη διασκέδαση και το μοντέρνο στυλ (στόχος: η στρατολόγηση νέων καπνιστών)



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (5 από 13)

## Ε. Ψυχολογικοί παράγοντες

### 1. Μεταβολή της διάθεσης:

η χρήση ουσιών ενισχύεται επειδή αυξάνει τη θετική διάθεση και μειώνει την αρνητική

Σύνθετη διαδικασία

Η χρήση ουσιών : όταν άλλοι μηχανισμοί που διαθέτει το άτομο για να αντιμετωπίζει τα συναισθήματά του έχουν αποτύχει

# **Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (6 από 13)**

**2. Προσδοκίες σχετικά με την επίδραση ουσιών:**  
το αλκοόλ καταναλώνεται μετά από stress, όχι επειδή αυτό πραγματικά μειώνει την ένταση, αλλά επειδή υπάρχει η προσδοκία ότι θα τη μειώσει

# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (7 από 13)

## 3. Πεποιθήσεις για τους κινδύνους και τον επιπολασμό:

Κατά πόσο το άτομο θεωρεί μια ουσία βλαβερή;  
Κατά πόσο πιστεύει ότι η ουσία είναι διαδεδομένη;

Όσο περισσότερο το άτομο θεωρεί ότι η ουσία είναι επικίνδυνη, τόσο λιγότερες είναι οι πιθανότητες να τη χρησιμοποιήσει



# **Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (8 από 13)**

## **4. Ψυχοπαθολογία και προσωπικότητα:**

Δεν κάνουν χρήση όλα τα άτομα ενός συγκεκριμένου πολιτιστικού – κοινωνικού πλαισίου, ούτε αυξάνουν τη χρήση ουσιών όλοι όσοι βιώνουν stress

**Η προσωπικότητα και άλλες ατομικές διαφορές** μπορούν να ερμηνεύσουν τη χρήση

# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (9 από 13)

- **Δυο χαρακτηριστικά που σχετίζονται με την ψυχοπαθολογία και την προσωπικότητα:**
  - α. το υψηλό επίπεδο αρνητικού συναισθήματος
  - β. η επίμονη επιθυμία για διέγερση και αυξημένο θετικό συναίσθημα



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (10 από 13)

## Ψυχοπαθολογία και προσωπικότητα

Σύνδεση ανάμεσα στη χρήση ουσιών και:

- α. στην αντικοινωνική διαταραχή προσωπικότητας  
(για τους άνδρες)
- β. στη μεταιχμιακή διαταραχή προσωπικότητας  
(για τις γυναίκες)

Η κατάχρηση μπορεί να αποτελεί μέρος της συμπεριφοράς αναζήτησης έντονων συγκινήσεων που παρατηρούμε στις διαταραχές αυτές



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (11 από 13)

- Η κατάχρηση συνδέεται επίσης με τη **ΔΕΠΥ** και τη **διαταραχή διαγωγής** στην παιδική ηλικία



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (12 από 13)

**Στ. Γενετικοί παράγοντες:**

Έχουν μελετηθεί λίγο

Διαδραματίζουν ρόλο στην εξάρτηση από το αλκοόλ και πιθανά στην εξάρτηση από τη νικοτίνη

Αυτό που μεταφέρεται γονιδιακά είναι η ικανότητα του ατόμου να ανέχεται το αλκοόλ και να μεταβολίζει τη νικοτίνη



# Αιτιολογία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (13 από 13)

## Ζ. Νευροβιολογικοί παράγοντες:

Έχουν μελετηθεί τα εγκεφαλικά συστήματα που σχετίζονται με τις οδούς της ντοπαμίνης, δηλ. οι βασικές νευρικές οδοί της ανταμοιβής

- ❖ Η θεωρία της ευαισθητοποίησης αναφέρεται στο πως ο εγκέφαλος εμπλέκεται στην κατανάλωση των ουσιών και στον πόθο για αυτές

# Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (1 από 6)

- **Πρώτο βήμα:** να παραδεχτεί το άτομο ότι έχει πρόβλημα
- Τα θεραπευτικά προγράμματα απαιτούν, επίσης, το σταμάτημα της λήψης αλκοόλ ή ουσίας πριν ξεκινήσουν το πρόγραμμα (η απαίτηση αυτή πιθανά αποκλείει πολλούς που επιθυμούν και χρειάζονται θεραπεία)



# Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (2 από 6)

- **Θεραπεία της εξάρτησης από το αλκοόλ :**  
Η αποτοξίνωση (ενδονοσοκομειακή) διαρκεί περίπου ένα μήνα (συχνά είναι δύσκολη τόσο σε σωματικό όσο και σε ψυχολογικό επίπεδο)

Για να μπορέσουν να περάσουν το στερητικό χρειάζονται διαλύματα υδρογονανθράκων, βιταμίνες του συμπλέγματος Β και αντισπασμωδικά



# Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (3 από 6)

## Ανώνυμοι αλκοολικοί:

Η μεγαλύτερη και γνωστότερη ομάδα αυτοβοήθειας στον κόσμο

Ιδρύθηκε το 1935 από δυο αλκοολικούς

Οι ΑΑ έχουν περισσότερα από 70.000 παραρτήματα και πάνω από 2 εκατομμύρια μέλη σε όλο τον κόσμο

Τα μέλη παροτρύνονται να τηλεφωνούν ο ένας στον άλλο, σε 24ωρη βάση, όταν χρειάζονται στήριξη και ενθάρρυνση, για να μην υποτροπιάσουν

# Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (5 από 6)

- **Θεραπεία ζεύγους και οικογενειακή θεραπεία:**  
Αλληλοσυσχέτιση ανάμεσα στην κατάχρηση αλκοόλ και στις οικογενειακές συγκρούσεις  
(η αιτιώδης σχέση είναι αμφίδρομη)

Δε θα πρέπει να υποτιμάται η σημασία που έχει για το άτομο που έχει πρόβλημα με το αλκοόλ η υποστήριξη που δέχεται από το/τη σύντροφό του



# Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (6 από 6)

- Γνωστική – Συμπεριφορική θεραπεία:
  - α. Θεραπεία μέσω της αποστροφής:

Προκαλείται στο άτομο ηλεκτροσόκ ή ναυτία την ώρα που προσεγγίζει ή αρχίζει να πίνει αλκοόλ
  - β. Με **άλλη τεχνική** καλείται να φανταστεί ότι το ποτό τού προκαλεί αηδία και ναυτία

# Θεραπεία των διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (7 από 7)

- **Φαρμακευτική θεραπεία:**

Μπορεί να θεωρηθεί ως συμπληρωματική, δηλ. μπορεί να προσφέρει κάποιο όφελος, εφόσον συνδυαστεί με ψυχολογική θεραπεία

Ορισμένα ψυχοδραστικά φάρμακα χρησιμοποιούνται για να αντιμετωπίσουν το άγχος ή την κατάθλιψη που εμφανίζονται παράλληλα



# Θεραπεία εξάρτησης από τη νικοτίνη (1 από 3)

- **Ψυχολογικές Θεραπείες:**  
Έχουν δοκιμαστεί πολλές τεχνικές με στόχος να κάνουν το κάπνισμα δυσάρεστο ή ακόμη και αηδιαστικό

# Θεραπεία εξάρτησης από τη νικοτίνη (2 από 3)

- Περιλαμβάνουν:
  - ✓ γρήγορη εκπνοή του καπνού  
(το άτομο καπνίζει γρήγορα χωρίς να εισπνέει)
  - ✓ το εστιασμένο κάπνισμα (καπνίζει για πολλή ώρα, αλλά σε φυσιολογικό ρυθμό)
  - ✓ το κράτημα του καπνού (συγκρατεί τον καπνό στο στόμα για αρκετά λεπτά χωρίς να εισπνέει)



# Θεραπεία εξάρτησης από τη νικοτίνη (3 από 3)

- Υποκατάσταση με νικοτίνη και φαρμακευτική θεραπεία

Στόχος: να μειωθεί ο πόθος των καπνιστών για τη νικοτίνη, παρέχοντάς την με διαφορετικό τρόπο

Η υποκατάσταση γίνεται με τσίγλες, αυτοκόλλητα ή συσκευές εισπνοής

# Θεραπεία της κατάχρησης και της εξάρτησης (1 από 5)

## Ψυχολογικές θεραπείες (I)

Περιλαμβάνουν:

- ✓ Απομάκρυνση από κοινωνικές σχέσεις που συντελούν στη διατήρηση της εξάρτησης
- ✓ Παροχή συνεχούς υποστήριξης
- ✓ Παρουσία προτύπων που παλαιότερα ήταν εξαρτημένα



# Θεραπεία της κατάχρησης και της εξάρτησης (2 από 5)

## Ψυχολογικές θεραπείες (II)

Περιλαμβάνουν:

- ✓ Ομαδική θεραπεία: οι ασθενείς καλούνται να αναλάβουν την ευθύνη για τα προβλήματά τους
- ✓ Πλαίσιο που σέβεται τους ασθενείς και δεν τους αντιμετωπίζει ως αποτυχημένους ή ως εγκληματίες

# Θεραπεία της κατάχρησης και της εξάρτησης (3 από 5)

- **Θεραπεία μέσω υποκατάστασης και φαρμακευτική θεραπεία:**  
Χορήγηση υποκατάστατων ηρωίνης (ουσίες χημικά παρόμοιες που αναπληρώνουν τον πόθο του σώματος): **μεθαδόνη**  
Και αυτή η ουσία είναι εθιστική  
Η απότομη διακοπή της προκαλεί στερητικό σύνδρομο (πιο ήπιο)

# Θεραπεία της κατάχρησης και της εξάρτησης (4 από 5)

- Ορισμένοι χρήστες ηρωίνης που παίρνουν μεθαδόνη καταφέρνουν:
  - ✓ να εργάζονται
  - ✓ να μη διαπράττουν εγκληματικές πράξεις
  - ✓ να απέχουν από τη χρήση άλλων παράνομων ουσιών

Επίσης, μειώνεται η συχνότητα της επικίνδυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς

# Θεραπεία της κατάχρησης και της εξάρτησης (5 από 5)

Αιτίες αποχώρησης από το πρόγραμμα της μεθαδόνης:

- Η μεθαδόνη δεν προκαλεί ευφορία
- Λόγω των παρενεργειών της:  
αϋπνία, δυσκοιλιότητα και μειωμένη σεξουαλική λειτουργία
- Λόγω του στίγματος των κλινικών μεθαδόνης





# Πρόληψη των Διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (I)

## Στόχος οι έφηβοι

- Εκπαίδευσή τους στην αντίσταση στις πιέσεις των συνομηλίκων
- Αποκατάσταση λανθασμένων πεποιθήσεων και προσδοκιών
- Αντίσταση στα μηνύματα των ΜΜΕ

# Πρόληψη των Διαταραχών που σχετίζονται με ουσίες (II)

- Χρησιμοποίηση συνομηλίκων με αναγνωρισμένο κύρος ως καθοδηγητές
- Ενημέρωση για την επίδραση, μέσω της μίμησης, του καπνίσματος των γονέων



# Βιβλιογραφία

Getzfeld, A.(2009).*Βασικά στοιχεία ψυχοπαθολογίας*. Πάτρα : Gotsis.

Kaplan H.I.& Sadock B.J. (1991). *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences, clinical psychiatry*. Baltimore, MD: Williams &Williams

Kaplan, H.I.S. and B.J. Sadock (2000). *Ψυχιατρική*, τόμος Β'. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας.

Kring, A., Davison, G., Neale, J., & Johnson, S.(2010). *Ψυχοπαθολογία*. Αθήνα : Gutenberg

Nakken, C. (2006). *Το προφίλ του εθισμού : Κατανοήστε τη διαδικασία της εξάρτησης και την ψυχαναγκαστική συμπεριφορά*. Αθήνα : Ισόρροπον

Stanton, M. D. & Todd, C. T. (2009). *Οικογενειακή θεραπεία για την κατάχρηση ουσιών και την εξάρτηση*. Αθήνα : Ερευνητές, Κέντρο Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων (ΚΕ.Θ.Ε.Α.).

Yalom, I. (2011). *Αλκοόλ : Από την εξάρτηση στη θεραπεία*. Αθήνα : Ερευνητές



# Βιβλιογραφία

Γρίβας, Κ. (2002). *Οπιούχα, εξάρτηση και απεξάρτηση : Εγχειρίδιο αυτοβοήθειας και αυτοάμυνας.*

Θεσσαλονίκη : Ιανός

Κοντούλης, Ν.(2008). *Εξάρτηση, εθισμός και αυτοδιαχείριση των ναρκωτικών .* Αθήνα: Παπαζήσης

Ξανθογιώργου, Σ. (2008). *Με λένε Σιμώνη και είμαι αλκοολική σε ανάρρωση : Συγκλονιστικές, προσωπικές μαρτυρίες ανθρώπων που εξομολογούνται το πώς πέρασαν, από το σκοτάδι της εξάρτησης, στο φως της ελπίδας για μια καινούργια ζωή, μακριά από το αλκοόλ.* Αθήνα : Ισόρροπον

Ξανθογιώργου, Σ. (2008). *Με λένε Αντώνη και είμαι ναρκομανής σε ανάρρωση : Συγκλονιστικές, προσωπικές μαρτυρίες ανθρώπων που εξομολογούνται το πώς πέρασαν, από το σκοτάδι της εξάρτησης, στο φως της ελπίδας για μια καινούργια ζωή, μακριά από τις ουσίες.* Αθήνα : Ισόρροπον

Ποταμιάνος, Γ. (2005). *Αλκοόλ : Επιστημονικά δεδομένα για τη χρήση και την κατάχρηση της αλκοόλης, το σύνδρομο εξάρτησης και τη θεραπεία.* Αθήνα : Α. Α. Λιβάνη



# Χρήσιμες ιστοσελίδες

<http://www.kethea.gr/FAQ/tabid/72/language/el-GR/Default.aspx?QuestionID=3&AFMID=524>

<http://www.drugabuse.gov/drugs-abuse/commonly-abused-drugs-charts-0>

<http://www.prolipsis.gr/index.php?exartisi>

[http://49lyk-athin.att.sch.gr/EREYNHTIKES\\_ERGASIES\\_files/EJARTHSHIOGONES\\_OYSIES.pdf](http://49lyk-athin.att.sch.gr/EREYNHTIKES_ERGASIES_files/EJARTHSHIOGONES_OYSIES.pdf)

[www.teiath.gr/userfiles/roussou/kataxrisi\\_ousiwn.doc](http://www.teiath.gr/userfiles/roussou/kataxrisi_ousiwn.doc)



# Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Τεχνολογικό Ίδρυμα Ηπείρου. <Σιαφάκα Βασιλική>. <Ψυχοπαθολογία Ενηλίκων>.

Έκδοση: 1.0 <Ιωάννινα>, 2015. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:

<http://eclass.teiep.gr/courses/LOGO102>



# Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά Δημιουργού-Μη Εμπορική Χρήση-Όχι Παράγωγα Έργα 4.0 Διεθνές [1] ή μεταγενέστερη. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, Διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.el>



# Τέλος Ενότητας

Επεξεργασία: <Τσάνταλη Ελένη>  
<Ιωάννινα>, 2015



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης







# Σημειώματα





# Διατήρηση Σημειωμάτων

Οποιαδήποτε αναπαραγωγή ή διασκευή του υλικού θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει:

- το Σημείωμα Αναφοράς
- το Σημείωμα Αδειοδότησης
- τη Δήλωση Διατήρησης Σημειωμάτων
- το Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων (εφόσον υπάρχει)

μαζί με τους συνοδευόμενους υπερσυνδέσμους.



# Τέλος Ενότητας



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης