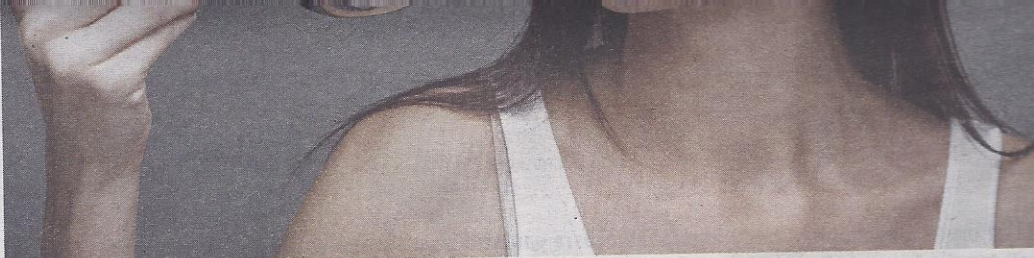


tatót, gyanakodhat és aggódhat. A súlyos elvonási tünetek miatt a leszokáshoz is orvosi segítség kellhet.



**Észrevétlenül válhat függővé bárki. A felnőtt magyar lakosság közel fele szed rendszeresen tablettákat.**

## SZENVEDÉLYBETEGSÉG KISS TÍMEA

Gyógyszer – már a nevében is benne van, hogy egy olyan anyag, ami segít rajtunk. Nem él bennünk a tudat, hogy bizonyos esetekben nemhogy árt-hat, még függőséget is okozhat – ahogy a drog vagy az alkohol. Az ön táskájában mindig lapul fájdalomcsillapító? Ivott nyugtató teát tegnap, tegnapelőtt és azelőtt? Nem csak a vényköteles, „erős” kemikáliák okozhatnak függőséget, egy recept nélküli altatóra vagy egy fájdalomcsillapítóra is rászokhatunk nem csak pszichésen.

A felnőtt magyar lakosság közel fele szed rendszeresen tablettákat vagy használ vényköteles gyógyszert, ami az európai országokéhoz képest nagyon magas arány – adta hírül a Társ. A 2013-as adatok szerint évente 7,3 millió ember vált ki receptet, a Magyar Gyógyszer-gyártók Országos Szövetsége szerint csak a hazai készítmények fogyasztása évente úgy 3–4 százalékkal nő.

## INKÁBB A PIRULA, MINT A FÁRADTSÁG

Olvassonk, Gyöngyi időnként altatókat szed, mert éjszaka dolgozik, pihenőnapján nem tud álomba szenderülni. – Szintetikus gyógyszert használok, mert a gyógynövényes nem ér semmit. Tudom, hogy nem jó, hozzá lehet szokni, de inkább heti egy-

két altató, mint az álmatlanság és a fáradtság. Így kipihenten és frissen ébrednek. Ezt csak az tudja, aki állandóan éjszakás! – mesélte a fiatal nő, aki hoztette: nem függő, soha nem volt gondja gyógyszerrel.

Életmódjuk, napirendjük sokakat készítenet hasonló készítmények alkalmazására, de Urbán-Szabó Gábor, a Kiút Alapítvány koordinátora, szociális munkása úgy véli, ez nem indok a gyógyszerek alkalmazására. – Nem egyszerű dolog, de egy életmód- vagy munkahely-váltás sok mindentől megkímélhet. Könnyű elhessegetni a függőségnek a gondolatát is, de bizonyos hatóanyagok, mint a diklofenák, benzodiazepil, nem csak pszichés, kémiai függést is kiválthatnak – fogalmazott, és hozzátette: a függőség tárgya bármi lehet, ami oldja a feszültséget, szorongást, és ez lehet akár egy vény nélküli készítmény is. A függőségen túl azonban a legtöbb készítmény egészségkárosító is hosszú távon: elég megnézni a bizonyosságához egyikét betegtájékoztatót. Mivel a legtöbbekben nem tudatosul, hogy rászoktak, nem tudjuk, a lakosság mekkora része érintett a gyógyszerfüggőségben. A szakember beszámolójából azonban kiderült: a gyógyszer az idősök baja, de leginkább „női dolog”.

## A FÜGGŐSÉG REJTETT MÓDON ALAKUL KI

Hogy ezt megelőzzék, a szakorvosok a beteg bizonyos

**Inkább változtasunk életmódunkon, mint hogy pirulákra szoruljunk.**

Urbán-Szabó Gábor szociális munkás

gyógyszereit gyakran változtatják: más hatóanyagúra cserélik, illetve időnként gyengítik az adagját. Enélkül elindulna egy hozzászokási folyamat, leggyakrabban a fájdalomcsillapítók, altatók és nyugtatók használatakor. Ha a beteg nem követi ezt, visszaélészerűen használja a gyógyszert.

– Visszaélni annyit tesz: drogként alkalmazni – szögezte le Urbán-Szabó Gábor. – A szer a szervezetbe jutva megváltoztatja annak működését, mondjuk enyhíti a fájdalmat, oldja a szorongást, bódít, javítja a hangulatot, azaz eltompítja a problémákat és akár az érzéseket, gondolatokat. Nem feltétlenül tudatos ez a használat, mégis okoz függőséget – utalt arra a szakember, hogy a függőség rejtett módon alakul ki, ezért sokan nem is tudnak róla. Először azt érezzük egy gyógyszertől: „Ez jó! Így nem fáj.” Legközelebb ugyanazt kérjük: akkor nem csak a fájdalom fog elmúlni, biztonságérzetünk lesz. Legközelebb már ha nem tartunk a táskában a szerből, nem lesz meg ez a komfortérzetünk.

## GYÓGYSZERRE ALKOHOL

De a függő személyiség bármitől függhet, az is előfordul, hogy aki az egyik szerről „lejön”, áttér másra. Ez történt Zoltánnal is. A férfi most 52 éves, 25 évig alkoholista volt. Végül kórházba került. Gyógyszerekkel próbálták az állapotán javítani. – 25 éves aktív időszakom alatt sokszor kerültem be a kórházba, ahol gyógyszerekkel javították, illetve tü-

**A függő személyiség bármitől függhet, az is előfordul, hogy aki az egyik szerről „lejön”, áttér másra.**

Zoltán

## A GYÓGYSZERFÜGGŐSÉG TÜNETEI

Függőségre utalhat, ha valaki az orvosnál azt hazudja, eltűnt a receptje, álpanaszokkal keres fel szakembert, gyógyszert lop, kér kölcsön vagy vásárol a fekete piacon. Ha a függő gyógyszerét nem kapja meg, elvonási tünetek (ingerlékenység, nyugtalanság, émelygés, hányinger, fejfájás, a fizikai ingerekre való túlérzékenység) jelentkeznek. A legrosszabb esetben hallucinációk vagy akár epilepsziás rohamok is előfordulnak, így a szakorvos segítségét kell kérni erős gyógyszerfüggőség esetén!

netmentesítették az állapotomat. Ezután jöttem rá, a nyugtató enyhíti az elvonási tünetemet, és ha a nyugtatóra fogyasztok alkoholt, hamarabb kerülök abba az állapotba, amiről azt hittem, jó nekem. Nem gyógyultam meg, annak ellenére, hogy a zárójelentés végére azt írták, „intézményünkben gyógyultan távozott”. Függő vagyok, és az is maradok, viszont tünetmentesen tudom élni az életem hátralévő időmben, amennyiben nem fogyasztok tudatmódosító szereket. Nekem az egy is sok, de az ezer is kevés! – idézte fel a múltat Zoltán, akinek a zsebében mindig volt egy-két levél pirula, amit akár az orvosának hazudva szerzett be. A férfi ma már tiszta, saját tapasztalataiból tanulva másoknak segít.

Urbán-Szabó Gábor és Zoltán ma már együtt segíti a szenvedélybetegeket.

