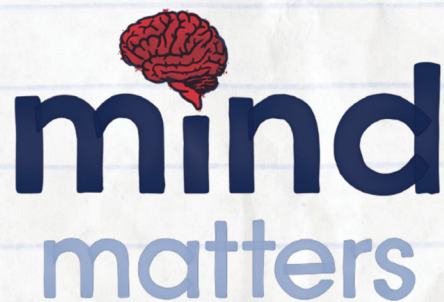




Η ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΤΑ ΣΥΝΤΑΓΟΓΡΑΦΟΥΜΕΝΑ ΔΙΕΓΕΡΤΙΚΑ

Γεια χαρά! Το Mind Matters είναι μια σειρά εντύπων που έχει στόχο να παρουσιάσει τον τρόπο με τον οποίο διάφορες ουσίες επηρεάζουν τον εγκέφαλο, το σώμα και τη ζωή σου. Σε αυτό το τεύχος θα μιλήσουμε για τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά.

Τι είναι τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά;

Τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά είναι μια κατηγορία φαρμάκων που μπορεί να δώσουν οι γιατροί σε κάποιον, για να τον βοηθήσουν με τη Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) ή με σοβαρά προβλήματα ύπνου. Μπορεί να έχεις ακουστά ως τέτοια φάρμακα το **Adderall®** ή το **Ritalin®**. Συνήθως έχουν τη μορφή χαπιού.

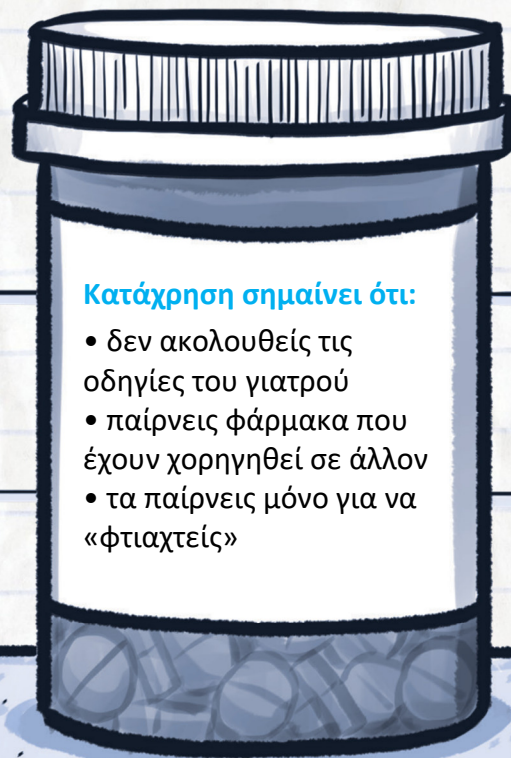
Το συνταγογραφούμενο διεγερτικό βοηθάει κάποιον με ΔΕΠΥ να είναι σε εγρήγορση, να εντείνει την προσοχή του, να συγκεντρώνεται καλύτερα και να έχει περισσότερη ενέργεια.



Για ποιον λόγο μπορεί κάποιος να κάνει κατάχρηση συνταγογραφούμενων διεγερτικών;

Όταν οι άνθρωποι που χρειάζονται αυτού του είδους τα φάρμακα ακολουθούν τις οδηγίες του γιατρού και παίρνουν την κατάλληλη ποσότητα, νιώθουν καλύτερα και μπορούν να συγκεντρωθούν περισσότερο στο σχολείο.

Κάποιοι όμως κάνουν κατάχρηση αυτών των διεγερτικών για να «φτιαχτούν», να είναι σε μεγαλύτερη εγρήγορση ή στην προσπάθειά τους να πάρουν καλύτερους βαθμούς. **Εάν δεν έχεις ΔΕΠΥ**, δεν υπάρχουν έρευνες που να δείχνουν ότι αυτά τα φάρμακα μπορούν να βελτιώσουν τους βαθμούς σου. Μπορεί να υπάρχουν πολλοί άλλοι λόγοι που κάποιος δεν τα πάει πολύ καλά στο σχολείο.

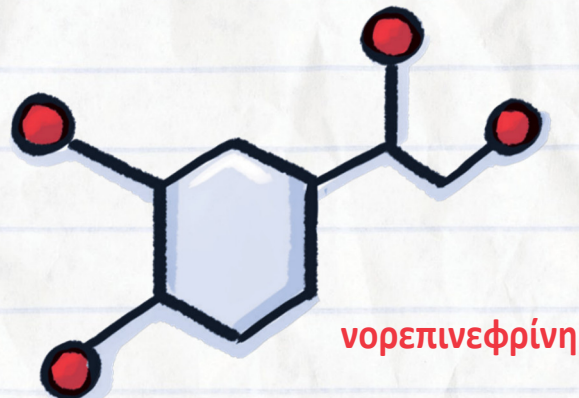
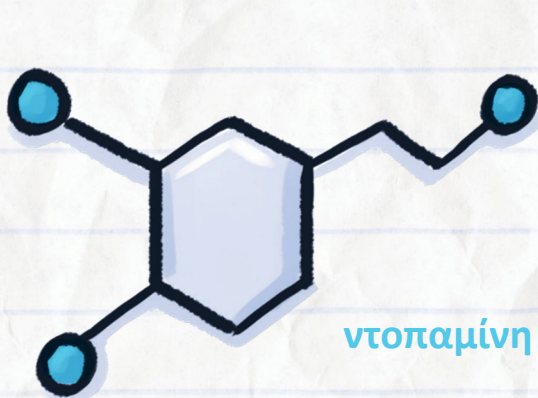


Κατάχρηση σημαίνει ότι:

- δεν ακολουθείς τις οδηγίες του γιατρού
- παίρνεις φάρμακα που έχουν χορηγηθεί σε άλλον
- τα παίρνεις μόνο για να «φτιαχτείς»

Πώς επιδρούν τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά;

Τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά αλλάζουν τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί ο εγκέφαλος, επιδρώντας σε δύο νευροδιαβιβαστές, την **ντοπαμίνη** και τη **νορεπινεφρίνη**. Η ντοπαμίνη σε κάνει να θέλεις να πάρεις την ουσία ξανά και ξανά, ενώ η νορεπινεφρίνη προετοιμάζει το μυαλό και το σώμα σου να δράσουν.

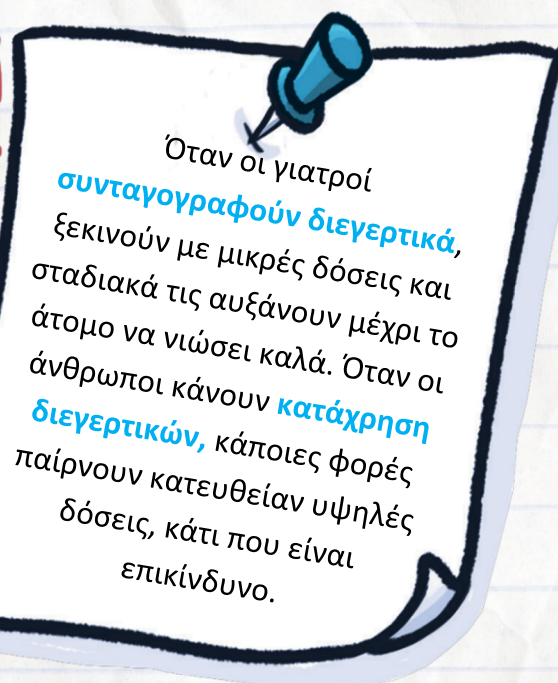


Με ποιον τρόπο επηρεάζουν τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά τον εγκέφαλο και το σώμα σου;

Τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά μπορεί να έχουν άσχημες παρενέργειες, ακόμη κι αν έχουν συνταγογραφηθεί από γιατρό. Η κατάχρηση αυτών των ουσιών μπορεί να είναι ιδιαίτερα επικίνδυνη.

Η κατάχρηση διεγερτικών μπορεί να προκαλέσει:

- Υψηλή πίεση στο αίμα
- Προβλήματα ύπνου
- Ταχυκαρδίες
- Ξεσπάσματα θυμού
- Αύξηση της θερμοκρασίας
- Καρδιακά προβλήματα του σώματος

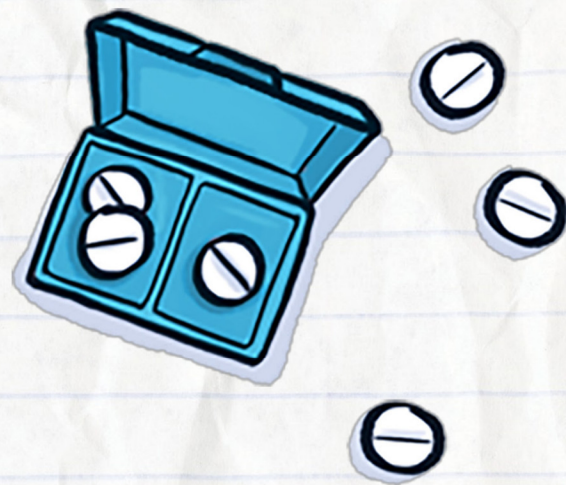


Μπορεί κανείς να εξαρτηθεί από τα συνταγογραφούμενα διεγερτικά;

Ναι, μπορεί. Με την πάροδο του χρόνου η λανθασμένη χρήση επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί ο εγκέφαλος και μπορεί να οδηγήσει στην εξάρτηση. Αυτό σημαίνει ότι συνεχίζεις να παίρνεις μια ουσία, ακόμη κι αν σου συμβαίνουν άσχημα πράγματα, π.χ. αρχίζεις να παίρνεις χαμηλούς βαθμούς ή έχεις προβλήματα με την οικογένεια και τους φίλους σου. Επίσης, εάν διακόψεις απότομα τη χρήση, μπορεί να βιώσεις σύνδρομο στέρησης. Αυτό μπορεί να σου προκαλέσει δυσφορία, να είναι επίπονο και να σε κάνει να νιώθεις πραγματικά άσχημα. Είναι πολύ δύσκολο να σταματήσεις να παίρνεις την ουσία. **Για αυτό και είναι πολύ σημαντικό να τηρούνται οι οδηγίες του γιατρού.**

Εάν κάποιος δεν μπορεί να σταματήσει να παίρνει την ουσία, αυτό σημαίνει ότι είναι εξαρτημένος. Δεν έχει σημασία πού μένει ή πόσο έξυπνος είναι. Δεν μπορεί κανείς να προβλέψει ποιος θα εξαρτηθεί και ποιος όχι. Η σωστή θεραπεία μπορεί να βοηθήσει κάποιον που είναι εξαρτημένος να νιώσει καλύτερα και να σταματήσει να κάνει κατάχρηση. Όμως η θεραπεία είναι δύσκολη και χρειάζονται πολλά χρόνια για να απεξαρτηθεί κάποιος. **Η καλύτερη λύση είναι να μην ξεκινήσει κανείς καθόλου τη χρήση.**





Εάν κάποιος γνωστός μου χρειάζεται βοήθεια;

Εάν πιστεύεις ότι κάποιος φίλος σου ή κάποιο μέλος της οικογένειάς σου έχει πρόβλημα με τα ναρκωτικά, μίλα χωρίς καθυστέρηση με κάποιον ενήλικο που εμπιστεύεσαι, όπως γονιό, προπονητή/ρια ή δάσκαλο/α.

Θυμήσου: υπάρχει θεραπεία, και μπορεί να γίνει καλά.

Για περισσότερες πληροφορίες κάλεσε στο 1145 ή μπες στο www.kethea.gr



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES NIH Publication
No. 19-DA-8075
Printed June 2019

This publication is available for your use and may be reproduced in its entirety without permission from NIDA. Citation of the source is appreciated, using the following language:

Source: National Institute on Drug Abuse; National Institutes of Health; U.S. Department of Health and Human Services.

Προσαρμογή στα **ελληνικά**: Τομέας Εκπαίδευσης ΚΕΘΕΑ

ΚΕ  ΕΑ
ΤΟΜΕΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΚΕ  ΕΑ
ΣΧΗΜΑ + ΧΡΩΜΑ

Διατίθεται Δωρεάν