

Σύγχρονες προβληματικές  
σε σχέση με την εργασία με  
gay άνδρες: το  
παράδειγμα του chemsex.

Αντώνης Πούλιος  
Κλινικός Ψυχολόγος, MSc, PhD

# Κοινωνικός δεσμός

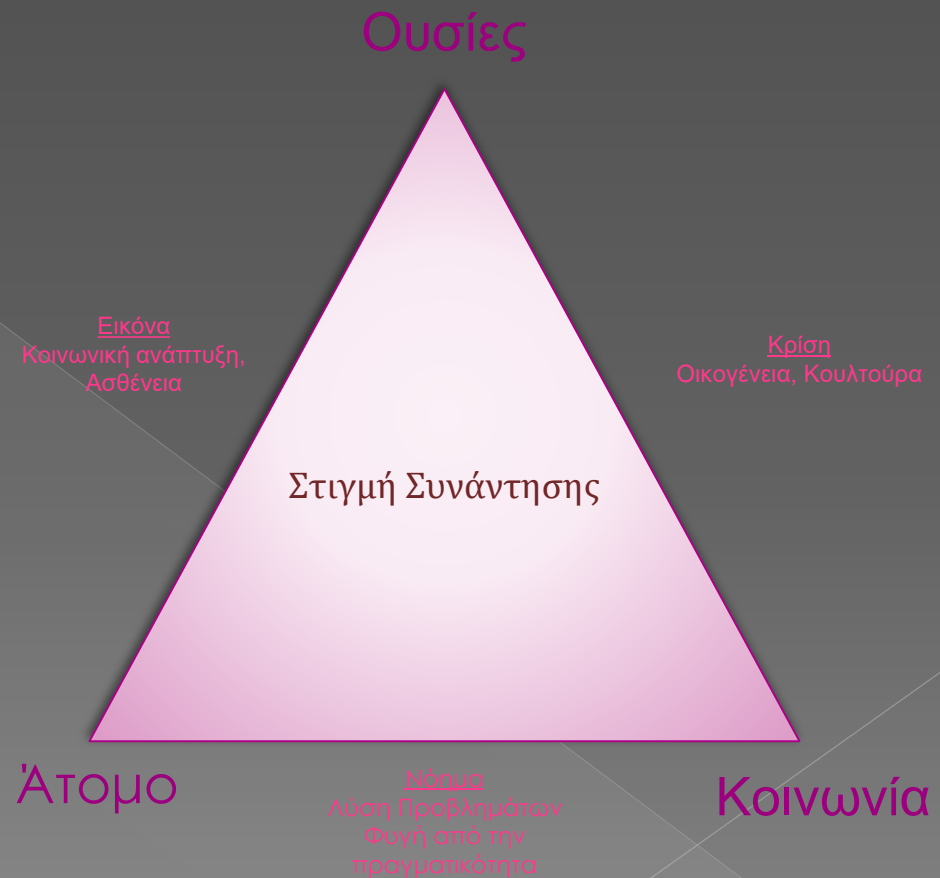
- HIV και εξαρτήσεις: σύνδεση με περιθωριακές απολαύσεις και στίγμα «ασθένειες του Άλλου» – παράγοντας που συμβάλλει στις επιπτώσεις τους
- Δεν είναι δυνατόν να προσεγγιστούν εκτός του πλαισίου που εμφανίζονται, κάτι που καθοδηγεί το πώς χρειάζεται να αντιμετωπιστούν
- Σήμερα είμαστε αντιμετώπιες/οι με την επίφαση της ευκολίας και το ιδανικό της ανεξαρτησίας και της πληρότητας-στόχους άπιαστους
- Αυτό οδηγεί σε περαιτέρω διακρίσεις, επιθετικότητα και συγκεκριμένες μορφές ψυχοπαθολογίας.
- Οι ομάδες που υπόκεινται διακρίσεων βρίσκονται υπό την πίεση αυτών των παραγόντων πολλαπλασιαστικά και διαθεματικά.

# Σύγχρονες συμπτωματολογίες - εξαρτήσεις

- Βία, αποκλεισμός, επίκεντρο το σώμα/εικόνα
- Εθιστικές λύσεις: γνωστές και νέες ψυχοδραστικές ουσίες, συμπεριφορές (διαδίκτυο, διατροφή, γυμναστική)
- «Λύση»
  - το αντικείμενο εθισμού ή και εξάρτησης λειτουργεί ως 'φάρμακο'
  - ρυθμίζει τη σχέση με το σώμα, την εικόνα, τη σχέση, τη σεξουαλικότητα (όχι μόνο ως σεξουαλική πρακτική)
- Τίμημα είναι τα προβλήματα, έως και θανάσιμα, που επέρχονται από την προβληματική χρήση
- Η εξάρτηση ιδιαίτερο πεδίο για τον ψυχισμό μιας και όλες/οι έχουμε περάσει από αυτή.

# Εξάρτηση

- Εξάρτηση: Η ζωή μέσα από την ουσία
- Ουσία: Παίξει ρόλο «φαρμάκου»
- Η εξάρτηση είναι μια δομικά «οικεία» κατάσταση για τον άνθρωπό
- Όταν δεν υπάρχει σχέση με τον Άλλον/η επαφή αυτή είναι τραυματική, μεσολαβεί η ουσία



# Το φαινόμενο του Chemsex

- Χρήση συγκεκριμένων ουσιών στα πλαίσια σεξουαλικής δραστηριότητας και εντός μιας συνήθως ιδιαίτερης λογικής
- Αυξανόμενη δραστηριότητα σε ΑΣΑ κατά την τελευταία δεκαετία
- Στόχος:
  - > διευκόλυνση και ενίσχυση της σεξουαλικής εμπειρίας
  - > αύξηση διάρκειας σεξ
  - > άρση αναστολών
  - > δημιουργία κλίματος συναισθηματικής και σεξουαλικής εγγύτητας
- Μάλλον συχνότερο σε ανθρώπους που ζουν με τον HIV (30-50% έναντι 10-15%)

# Το φαινόμενο του Chemsex

- Μολονότι οι εξαρτήσεις παρουσιάζουν υψηλότερα ποσοστά στον lgbtq+ πληθυσμό, το chemsex φαίνεται να μην είναι καθαυτό θέμα εξάρτησης αλλά άπτεται περισσότερο σεξουαλικών και διαπροσωπικών θεμάτων σε συνδυασμό με την ψυχοτρόπο επίδραση και τον εθισμό
- Δεν εμπλέκονται σε chemsex όλοι οι ΑΣΑ που αντιμετωπίζουν προβλήματα εξάρτησης
- Δεν αντιμετωπίζουν προβλήματα όλα τα άτομα που εμπλέκονται με το chemsex

# Ουσίες του chemsex

- Κρυσταλική μεθαμφεταμίνη (crystal meth)
- Μεθυλομεθαθινόνη και παράγωγα (methedrone, meth)
- γ-βουτυρολακτόνη – GBL, γ-υδροβουτυρικό οξύ – GHB (G)
  - > Συνδυαστικά με αυτές μπορούν να χρησιμοποιούνται MDMA, Κεταμίνη, Κοκαΐνη, Χασίς, αλκοόλ, αλκυλονιτρώδη (poppers), Φάρμακα στυτικής δυσλειτουργίας, αγχωλυτικά και αντικαταθλιπτικά φάρμακα.

# Επίδραση του chemsex

- ◉ Άρση αναστολών
- ◉ Έντονη σεξουαλική διέγερση
- ◉ Υπερεσεξουαλικότητα
- ◉ Πολλαπλοί σύντροφοι
- ◉ Μειωμένη όρεξη
- ◉ Συμπεριφορές υψηλού κινδύνου



# Συμπεριφορές υψηλού κινδύνου

- ◉ Αύξηση ενέσιμης χρήσης
- ◉ Μειωμένη χρήση προφυλακτικού
- ◉ Κακή τήρηση αντιρετροϊκής αγωγής
- ◉ Μη υιοθέτηση συμπεριφορών ασφαλέστερου σεξ/χρήσης ουσιών
- ◉ Εξάρτηση-εθισμός
- ◉ Υπερβολική δόση-τοξίκωση

# Chemsex πού και πώς γίνεται;

## ◉ Πού

- > Σπίτια
- > Σάουνες
- > Σεξ κλαμπ
- > Πάρκα

## ◉ Πώς

- > Κοινωνικά δίκτυα
- > Social media
- > Πειραματισμός
- > Dating apps

# Πώς ο Grindr επηρεάζει την ψυχική υγεία των gay;

- Εφαρμογές όπως το Grindr έχουν σχεδιαστεί για να διευκολύνουν την εύρεση του σεξ και αυτό είναι που κάνει τη διακοπή της χρήσης τους δύσκολη.
- Ο οργασμός ενεργοποιεί περιοχές ευχαρίστησης του εγκεφάλου, ενώ απενεργοποιεί περιοχές που εμπλέκονται με τον αυτοέλεγχο. Η λειτουργία μοιάζει με αυτή που συμβαίνει στον εγκέφαλο όσων χρησιμοποιούν ηρωίνη ή κοκαΐνη. Έτσι όταν μια ουδέτερη ενέργεια (πχ κάνοντας κλικ στο Grindr) συνδυάζεται με μια ευχάριστη απάντηση στον εγκέφαλο (οργασμός), οι άνθρωποι μαθαίνουν να κάνουν αυτή τη δράση ξανά και ξανά.
- Η λειτουργία αυτή μπορεί να είναι μια φυσιολογική ανταπόκριση ευχαρίστησης ή θα μπορούσε να είναι η αρχή για τον εθισμό, ανάλογα με την κατάσταση και το άτομο.

# Πώς ο Grindr επηρεάζει την ψυχική υγεία των gay

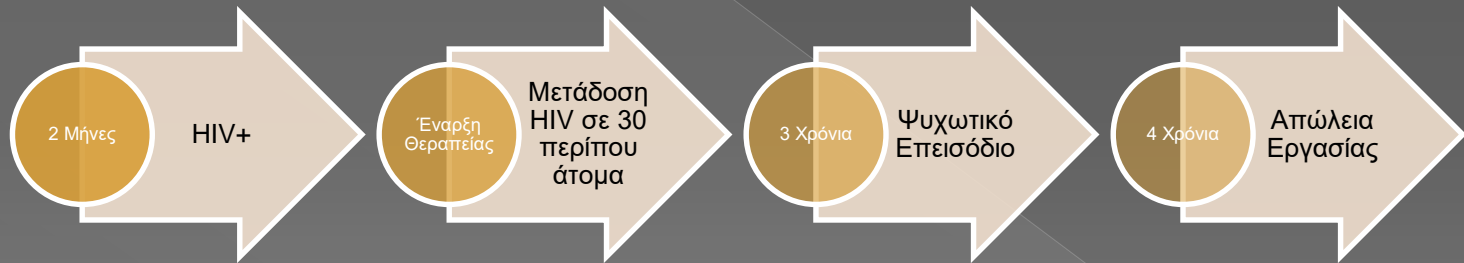
- Στο Grindr μπορείς να βρεις ευχαρίστηση αμέσως, αλλά μπορεί να σου πάρει και ώρες. Η ανταμοιβή γίνεται σε απρόβλεπτα διαστήματα και αυτό είναι που κάνει δύσκολη τη διακοπή της χρήσης.
- Οι κουλοχέρηδες είναι ένα κλασικό παράδειγμα. Επειδή οι παίκτες δεν γνωρίζουν ποτέ θα έρθει η επόμενη πληρωμή, δεν μπορούν να σταματήσουν να τραβούν τη λαβή. Κρατάνε την ελπίδα ότι το επόμενο τράβηγμα θα τους δώσει τον ευχαριστο ήχο των νομισμάτων που πέφτουν πάνω στο μεταλλικό κάδο και καταλήγουν να τραβάνε κατ' επανάληψη για ώρες.



# Επιπτώσεις προβληματικού chemsex

- ◉ Μετάδοση ΣΜΛ
- ◉ Ψυχική υγεία (άγχος, παράνοια, επιθετικότητα, αυτ/κός ιδεασμός), ψυχώσεις
- ◉ Κώμα – θάνατος
- ◉ Εμπλοκή σε σεξουαλικές εμπειρίες χωρίς συγκατάθεση
- ◉ Σωματικές βλάβες
- ◉ Απρόβλεπτες αλληλεπιδράσεις φαρμάκων-ουσιών
- ◉ Απώλεια εργασίας
- ◉ Κοινωνική απομόνωση
- ◉ Προβλήματα με το νόμο

# Επιπτώσεις συστηματικής εμπλοκής (έρευνα προ-PrEP)



# Αιτίες chemsex

- ◉ Self-medication hypothesis
- ◉ Κοινωνικό στίγμα-διακρίσεις
- ◉ Εσωτερικευμένη ομοφοβία
- ◉ Βία-ρατσιστικές συμπεριφορές
- ◉ Ιστορικό κακοποίησης
- ◉ Έλλειψη ικανοποιητικού κοινωνικού δικτύου
- ◉ Γεγονότα ζωής
- ◉ Απουσία σεξουαλικής αγωγής

# Chemsex στην Ελλάδα

(Poulios, Apostolidou, Tapeinos et al. under review)

- 20.4% ΑΣΑ σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη έχουν εμπλοκή με το chemsex
- Οι μισοί συστηματικοί χρήστες
- Σημαντικά συχνότερο σε ΑΣΑ που ζουν με HIV
- Πλημμελής χρήση προφυλακτικού
- Άρση αναστολών
- Πιθανή εμπλοκή με μη επιθυμητές συμπεριφορές
- Οι μισοί αναγνωρίζουν ότι τους προκαλεί προβλήματα
  - > Οι ΑΣΑ που ζουν με HIV αναφέρουν σοβαρότερες επιπτώσεις μολονότι δε διαφοροποιούνται από του HIV- ως προς συχνότητα κλπ



# Επιπτώσεις της χρήσης/αναζήτηση βοήθειας σε HIV+ ΑΣΑ (Πούλιος, Πρωτοπαπάς, Ψυχογιού και συν 2018)

- 6,8% έχει λάβει ψυχιατρική αγωγή για τη χρήση
- 7,8% έχει μεταφερθεί στα επείγοντα νοσοκομείου εξαιτίας της χρήσης
- 15,5% έχει αναζητήσει συμβουλή/βοήθεια εξαιτίας της χρήσης (91,7% από θεράποντα ιατρό, 64,3% από ψυχολόγο, 55,6% από ψυχίατρο)
- Αν θα ζητούσαν βοήθεια, θα απευθύνονταν σε:
  - > Θεράποντα ιατρό (94,9%)
  - > Lgbtq+ υπηρεσία (48,4%)
  - > Κλινική σεξουαλικής υγείας (23,3%)
  - > Κέντρο απεξάρτησης (21,1%)

# Chemsex: κλινικές κατευθυντήριες

# Αναγνώριση

- Επαγγελματίες/ειδικοί:
  - > Αναγνώριση των δικών μας στερεοτύπων, προκαταλήψεων, κανονικοτήτων
  - > Επαρκείς γνώσεις Igbtqi+ θεμάτων, εξαρτήσεων, σεξουαλικής υγείας
- Ωφελούμενοι:
  - > Συχνά δεν αναγνωρίζουν ότι αντιμετωπίζουν πρόβλημα
  - > Ιστορικό χρήσης/εξαρτήσεων
  - > Ποσοστό νηφάλιας σεξουαλικής ζωής
  - > Είδος χρήσης, τρόπος χρήσης
  - > Γεγονότα ζωής
  - > Φόβος στιγματισμού

# Διερεύνηση

- Βοηθητικό να μπορούν να μιλήσουν για συγκεκριμένες σεξουαλικές πρακτικές χωρίς να αισθάνονται ότι θα απορριφθούν
- Θέματα σεξουαλικής υγείας, επικίνδυνων πρακτικών
- ΑΣΑ ετερογενής ομάδα με ιδιαίτερες ανάγκες και χαρακτηριστικά (προσφυγες, εργαζόμενοι στο σεξ, bi, gay κα)
- Μοτίβα χρήσης, triggers
- Τι θεραπεύει η χρήση;
- Κοινωνικό δίκτυο

# Αντιμετώπιση

- Όχι κλασικό μοντέλο απεξάρτησης
- Μείωση βλάβης – παροχή καθαρού εξοπλισμού
- Διεπιστημονική προσέγγιση σε συνεργασία με την κοινότητα
- Κλινικά θέματα:
  - > Σε κάθε θεραπευόμενο μπορεί να ταιριάζει/χρειάζεται διαφορετική προσέγγιση
  - > Στάδιο σχέσης με την ουσία: απόλαυση/άρνηση, αμιθυμία, απελπισία, αλλαγή
  - > Αρχικός στόχος ο έλεγχος της χρήσης
  - > Αρχική στάση: holding και containing, το Συμβολικό δυσλειτουργεί
  - > Επανεκκίνηση μαζί με ψυχοθεραπεία
  - > Από την κλινική του chemsex στην κλινική με το chemsex



# Το παράδειγμα του Chemsex Support

- Κοινωνική υπηρεσία ενημέρωσης υποστήριξης και μείωσης βλάβης σε σχέση με το chemsex
- Πρωτοβουλία του Συλλόγου Οροθετικών Ελλάδος και των Checkpoint – έναρξη λειτουργίας (6/2020)
  - Ερευνητικό έργο σε συνεργασία με τις ΜΕΛ της 4<sup>ης</sup> Παθολογικής Κλινικής ΠΓΝ «Αττικόν», της 1<sup>ης</sup> Παθολογικής Κλινικής ΓΝΑ «Λαϊκό», το Εργαστήριο Κλινικών Ερευνών: Υποκειμενικότητα και κοινωνικός δεσμός και την Κίνηση Συμπαράστασης για AIDS Κύπρου
  - Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση της κοινότητας και του γενικού πληθυσμού (<https://www.facebook.com/ChemSexGR>)
  - Βραχείες παρεμβάσεις μείωσης βλάβης βασισμένες στο μοντέλο των ομοτίμων, οι οποίοι έχουν εκπαιδευτεί και βρίσκονται σε συστηματική εποπτεία
  - Εκπαίδευση φορέων και υπηρεσιών σε σχέση με το chemsex

«Σ' αυτό το σύμπαν, παραδομένο αίφνης στη σιωπή, υψώνονται οι χιλιάδες μικρές, έκθαμβες φωνές της γης. Ασυνείδητα και μυστικά καλέσματα, προσκλήσεις όλων των προσώπων, αποτελούν την απαραίτητη ανάποδη όψη του νομίσματος και το τίμημα της νίκης. Δεν υπάρχει ήλιος δίχως σκιά, και πρέπει να γνωρίσουμε τη νύχτα»

A. Camus

Ο Μύθος του Σίσυφου

Ευχαριστώ για την προσοχή σας!!!