

Riippuvuusongelmien samanaikainen hoito

Apulaisylilääkäri Pekka Salmela

Tampereen psykiatria- ja päihdekeskus

Yleislääkäripäivät 23.11.2017 Hki

Sidonnaisuusilmoitus

Ei taloudellisia eikä muita sidonnaisuuksia

Riippuvuus - addiktio

- Terve riippuvuus - sairas riippuvuus
- Rakkaus - läheisyyden ja jollekin kuulumisen tarve – on ominaista kaikille nisäkkäille
- Ihminen on selvästi riippuvaisin yksilöiden välisestä rakkaudesta
- Epäitsekkäs rakkaus eli agabe
- Addiktio ”tuomion langettaminen, antautuminen tai itsensä luovuttaminen”
- Päihde- ja riippuvuusongelmat ovat kasvava ja erittäin suuri terveyskysymys

Riippuvuus

A. Aineriippuvuudet

B. Toiminnalliset riippuvuudet

1. Fysiologinen riippuvuus

2. Psyykkinen riippuvuus

3. Sosiaalinen riippuvuus

Päihderiippuvuus (ICD-10)

1. Voimakas himo tai pakonomainen halu käyttää ainetta.
2. Heikentynyt kyky hallita päihteenkäyttöä
3. Vieroitusoireet
4. Sietokyvyn lisääntyminen
5. Käytön muodostuminen keskipisteeksi
6. Käyttö jatkuu haitoista huolimatta

Kolmen tai useamman on esiinnyttävä yhdessä ainakin kuukauden ajan tai toistuvasti 12 kuukauden pituisen jakson aikana

Riippuvuusoireyhtymä

- On nykykäsityksen mukaan krooninen sairaus, joka johtuu aivojen tiettyjen hermosolujen sopeutumisesta toistuvaan päihdealtistukseen
- Mielihyväsvytteinen minäkokemus
- Oppiminen ja ehdollistuminen, toistuva turvautuminen kyseiseen aineeseen tai toimintaan
- Riippuvuutta säätelevät samat mekanismit kuin ne, jotka säätelevät elämälle positiivista motivoivaa käyttäytymistä eli viettejä
- Dopaminerginen mielihyväsrata
- Elimistön omat opioidit
- Monimutkainen systeemi, johon liittyy ehdollistuminen, muistaminen, oppiminen, motivaatio

Päihderiippuvuuteen vaikuttavat tekijät

1. Yhteiskunnalliset ja ympäristötekijät ennen kaikkea aineen saatavuus ja suotavuus
2. Perimä
3. Psyykkiset tekijät
4. Päihde: aineen kyky saada toistuvassa käytössä aikaan aivojen toiminnan muutoksia

Päihdevaikutus

- Mielihyvääkokemus (euforia, sedaatio)
 - Toimintakyvyn parantaminen (stimulaatio)
 - Psyykkisten olojen helpottaminen
 - Tajunnan laajentaminen
 - Vieroitusoireiden lievittyminen
- Päihdekokeilut -> toiminnallinen käyttö ->
epätoiminnallinen käyttö -> haitallinen käyttö
-> riippuvuus

Päihdekäyttäjän persoonallisuus

Yleensä jonkinasteinen persoonallisuushäiriö

- epävakaa persoonallisuus
- epäsosiaalinen persoonallisuus
- riippuvainen persoonallisuus

Huono ahdistuksen sieto, impulsiivisuus,
tunteidensäätelyvaikeudet

Voi kätkeä taakseen monenlaisia mielenterveydellisiä häiriöitä

- mielialahäiriöitä
- sopeutumisvaikeuksia
- vaikeita unihäiriöitä ja tuskatiloja
- ADHD, impulssikontrollin häiriöitä

Riippuvuus yksilön ongelmana

- Mitä nopeammin aine vaikuttaa, sitä helpommin se synnyttää riippuvuuden
- Neurokemiallisten ja fysiologisten muutosten ohella riippuvuutta ylläpitävät myös uskomukset kyseiseen aineeseen ja muiden vaihtoehtojen sopimattomuudesta
- Riippuvuus on ristiriitainen asia
- Häpeä ja syyllisyys
- Itsehallinnan pettäminen aiheuttaa huonommuuden tunteita
- Riippuvuuteen liittyy ongelman kieltäminen
- Ongelmaa pahentavat yksilöllisten reaktioiden ohella myös ympäristön reaktiot

Riippuvuudesta on mahdollisuus vapautua

- Edellyttää ongelman myöntämistä ja luopumista jostain ,mikä tuottaa mielihyvää
- Motivointi
- Vertaistuki
- Päätös tarttua asioihin ja vastuuttaminen
- Muutos tehdään
- Addiktioihin liittyy moraalisia ja syntipainotteisia tunneulottuvuuksia
- Stigma ja häpeä
- Jopa addiktioiden ammattilaiset ovat usein eri mieltä asianmukaisesta hoidosta

Arjen totuuksia

- Ihmisestä tulee ihminen vasta vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa
- Huolehtiminen - välittäminen
- Sympatia - empatia
- Riippuvuus on ymmärrettävä ihmisen kautta eikä aineen tai toiminnan
- Varsinkaan toiminnalliset riippuvuudet eivät näy päällepäin

DSM-5 Rahapeliriippuvuus

- 3-portainen luokittelu:lievä, keskivaikea,vaikea
- Esiintymistiheys: jaksoittainen, pitkäkestoinen
- Elpymä eli remissio: varhainen remissio >3kk>12kk pelaamatta, 12 kk tai enemmän, pysyvä elpyminen.

Kun elpymä on mahdollista ja kroonisen häiriön leimaavuus heikkenee, sen voi olettaa vaikuttavan kannustavasti potilaan muutosmotivaatioon

Rahapeli- ja päihderiippuvuuksien samankaltaisuus

- Toiminnallinen <-> aineriippuvuus
- Syntytapa : genetiikka ja neurobiologiset ominaisuudet
- Oirekuva : voimakas pakottava tarve toimia tietyllä tavalla, helpottaa ahdistusta ja tuottaa noston, impulssikontrollin menetys, sietokyvyn lasku, vieroitusoireet sekä perustarpeiden että velvollisuuksien laiminlyönti
- Samankaltaiset muutokset aivoalueilla, jotka vastaavat motivaatiosta, tunteiden säätelystä ja kognitiivisista toiminnoista

Samankaltaisuudet jatkuvat

- Tietyt persoonallisuuspiirteet korostuva
- Yhteiskunta: saatavuus ja suotavuus
- Retkahdusalttius
- Luonnollinen toipuminen ilman hoitoa
- Samankaltaisia psykoterapeuttisia ja farmakologisia lähestymistapoja voidaan soveltaa molempien hoidossa
- Ongelmat terveydellisiä, taloudellisia, sosiaalisia

Riippuvuuksien hoito

- Sairauden varhainen tunnistaminen ja hoito
- Vieroitushoidot
- Keskustelu
- Terapiat
- Lääkehoito
- Vertaistuki
- Omaiset

Terapiat

- Motivoiva haastattelu
- Muutosmotivaatiota tukevat mallit
- Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys
- Suuren riskin tilanteen ja ongelmakäyttäytymisen tunnistaminen
- Kognitiivinen käyttäytymisterapia
- Retkahdusten ennaltaehkäisy
- Stressinhallinta

Lääkkeet

1. Opioidiantagonistit eli mielihyväjärjestelmään vaikuttavat opiaattisalpaajat (naltreksoni ja nalmefeeni)
2. Mielialatasajajat (litium, karbamatsepiini, atyyppiset psykoosilääkkeet)
3. Masennuslääkkeet
4. Alkoholiriippuvuuden hoitoon: disulfiraami, akamprosaatti, baklofeeni, ondansetroni, topiramaatti, memantiini

Samanaikaissairauksien asianmukainen lääkehoito

Päihdetyön viisi perinteistä selitysmallia

1. Synti-> hengellinen apu
2. Moraalinen heikkous-> ojennus ja säätely
3. Fyysinen sairaus-> somaattinen päihdelääketiede
4. Psyykkinen sairaus-> päihdepsykiatria
5. Sosiaalinen ongelma-> sosiaalinen tuki

Tarina jatkuu...

mutta nyt on kiitoksen aika