

A testi függőség a szer megvonásakor jelentkezik jellegzetes elvonási tünetekben. Ezek testi fájdalom, szervi működési zavarok, lelki zavartság, depresszió formájában nyilvánulnak meg, súlyos esetben halálhoz is vezet. Az elvonási tünetek megszüntetése érdekében a drogfüggő személy bármire képes. Az újabb adag kábítószer bevétele megszünteti ezeket a tüneteket, de felerősíti a drogfüggőséget.

A tolerancia lényege, hogy bizonyos kábítószeres hatékonyasága az ismételt adagolás során fokozatosan csökken. Ezért ugyanannak a hatásnak az elérésére egyre nagyobb adagokra van szükség. Ennek két oka is lehet: az anyagcsere élénkülése, illetve bizonyos receptorok, enzimek működésváltozása. A tolerancia nem egyforma mértékű a drog különböző hatására, s időben is különbözőképpen hat. Lehetséges, hogy bizonyos hatással szemben akár néhány nap alatt is elmúljon. Ezért a drog-adag mennyiségének növelésével, a tolerancia lecsökkenése eredményeként a fogyasztó fokozott mérgezést szenved. Ezt az állapotot nevezik **túladagolás**-nak.

Felhasznált források

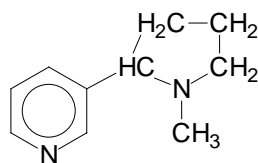
- 1] *Herzeg Balázs*: Anyagismeret I - III, Élet és Tudomány
- 2] *Nagy Gábor*: Kábítószeres kémiaja, ELTE, Kémia tanár tanártovábbképző, 2000 december.
- 3] *Villányi Attila*: Kémia III, Műszaki Könyvkiadó, 2000

A cikk folytatását folyóiratunk következő számában olvashatjátok

Máthé Enikő

A dohányzásról

A dohányzás a legelterjedtebb egészségkárosító magatartásforma. A dohányzás során a szervezetbe jutó nikotin hatására képződő pillanatnyi mámor és az anyagcsere serkentése nagyon kevés a sok rossz hatáshoz képest. Sokan azért dohányoznak, mert azt hiszik, hogy szorongásoldó tulajdonsága van a nikotinnak.



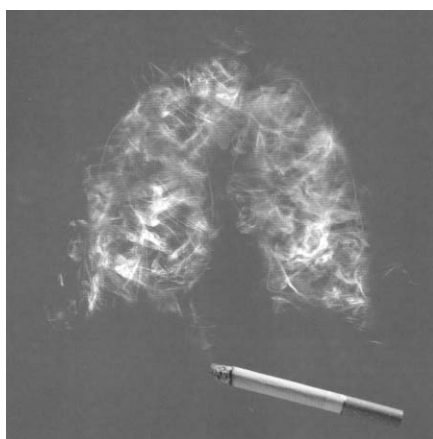
Nikotin

Színtelen, vagy halványsárga olaj (fp. 246 0C) levegőn megbarnul. Erős mérég.

A kutatások bebizonyították, hogy a szenvedélyes dohányos sóvárog a nikotinért és főleg ez okozza a szorongását, tehát az örögi kör fenntartása által a dohányos a saját és a mások egészségét károsítja. Több mint 1 milliárd ember dohányzik és sokkal több felebarátukat kényszerítik a káros füst beszívására. Mások a fölösleges kalóriákból származó zsírszöveteket próbálják a cigaretta füstjével elégetni. Pl. a magyar nők 47%-a dohányzik az új, megváltozott életkörülmények között, mivel azt hiszi hogy a nagy versengésben megszabadulhat a nikotin jóvoltából nemcsak a szorongástól, de az elhízás rémálmától is. Gyakran kettős függőség, dependencia alakul ki: a szertartásszerű viselkedés rögzül és a nehéz pillanatokban gondolkodás nélkül, reflex szerűen rágyújt (pótcselekvés) a nikotinfüggő, ugyanakkor a beszívott nikotin igen erős dependenciát hoz létre.

A dohányzás része a mindennapi életnek. Az óriási reklámokon a jómódú, tevékeny, intelligensnek látszó emberek egy hamis álomvilágban mozognak és egészségeseknek tűnnek. A társadalmi nyomás, a munkaközösségbe vagy a baráti társaságba való beilleszkedés során sok fiatal válik dohányzóvá. A cigaretta ára egyre magasabb, mégis inkább e káros szenvedélyre költenek a nikotinfüggők, mint a jó minőségű és az egészség megőrzéshez fontos táplálékra.

Átlagosan a dohányzók 22 évvel korábban halnak meg mint a nemdohányzó népesség. A dohányfüst nagyon sok káros anyagot tartalmaz. A mérgező gázok közül a NO, CO, cianid, cianid, nitrozaminok a legfontosabbak. Az irritáló anyagok (akrolein, formaldehid), sejtmérgek, oxidáns anyagok, a genotoxikus-mutagén (a genetikai anyag károsodását előidéző) vegyületek a rákkeltő (karcinogén) anyagokkal együtt támadják a légutakat és az egész szervezetet. A dohányfüst hatására a tüdő szürke és beteg lesz.



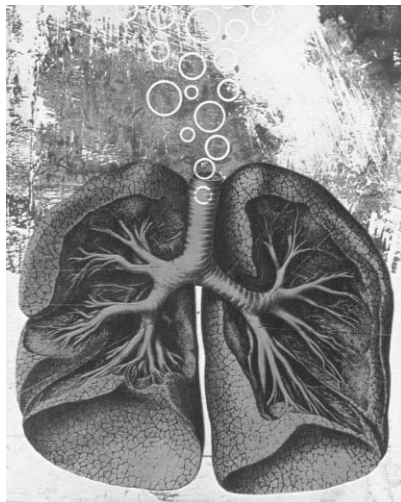
Az asztma súlyosbodik és kialakulhat vagy súlyosbodhat a gyomor és a nyombélhurut/fekély. Növeli az impotenciára való hajlamot, csökkenti az étvágyat. Gyakran koraszülés, vetélés vagy fogyatékos, beteg gyermek keseríti meg a dohányzó nő életét. Egyéb betegségek: nyelőcső-, gégerák, húgyhólyagrák, csontritkulás, gyenge fogak. Gyakran egyéb szenvedélybetegség is társul e függőséghez.

Kimutatták, hogy radioaktív anyagok, kátrányok, benzpirén, nehéz-fémek és gyulladáskeltő anyagok jutnak a szervezetbe a dohányfüsttel, ami a passzív dohányosokat sem kíméli. Világviszonylatban jelentősen növekedik a tüdőrákos betegek száma. E betegség terjedésének egyik alapvető oka a dohányzás, mely életet olt ki.

A következmények közül a legkomolyabb a tüdőrák gyakoriságának növekedése (15-szörösére). A lehelet bűzös lesz, az arcon korai ráncok jelentkeznek, nő a trombólisra való hajlam, érszűkület alakul ki, tüdőtágulat és idült hörghurut kínozza a megmondhatatlan füstölőket és sajnos a környezetükben élőket is, akik szűrő nélkül szívják még a filteres cigaretta füstjét is. A dohányzással összefüggésbe hozható megbetegedésekben évente 4 millió ember hal meg. A dohányzás okozza a legtöbb olyan betegséget, mely egyébként megelőzhető lenne.

A dohányzásról leszokottaknál jelentősen megnövekedik a várható élettartam, egészségük javul, nem alakulnak ki a dohányzással kapcsolatos betegségek, könnyebben lélegzenek, több energiájuk és pénzük lesz, ruhájuk, szobájuk frissebb és tisztább lesz.

A tüdő feltisztul, jobban tudja ellátni a funkcióját.



Akinek sikerül leszokni a dohányzás káros szenvedélyéről, büszke lehet akaraterejére. Legjobb egyik napról a másikra teljesen felhagyni a dohányzással. Mivel a nikotin a heroinnál és a kokainnál erősebb függőséget okoz, ezért tapasztalt szakember segítségét kell kérni a leszokáshoz. A gyenge, könnyű cigaretta kátrány és nikotintartalma alacsonyabb, de mivel a nikotinfüggő ember kívánja e kábítószer több cigarettát fog elszívni, mélyebbre szívja le a füstöt, gyakrabban gyújt rá és tovább szívja a cigarettát. Ezért jobb lenne hasznos szenvedélyre tartogatni energiánkat mint magunkat megcsalva pótcselekvéssel tölteni az időt és megrövidíteni életünket. A dohányzás nem azoknak való akik hosszú és boldog életre vágynak.

Mivel a fiatalok nem mindig képesek megfelelően mérlegelni és megítélni saját hosszútávú személyes érdekeiket, korán kell velük megismertetni a dohányzás mellékhatásait, de ezt csak a hiteles, nem dohányzó szülő vagy felnőtt tudja megtenni.

A dohányzás ma társadalmi probléma és szenvedélybetegségként tartják nyilván. Világszerte a nagy dohánygyártó cégek milliárdokat fizetnek kártérítésként a betegeknek vagy a hozzátartozóiknak, elismerve termékeik egészségkárosító hatását.

Mindannyian tegyünk valamit a sok szenvedés megelőzésére! Bátran jelentsük ki, hogy zavar a jelenlétünkben szívott cigaretta füstje és a dohányzó barátunk életének megrövidülése miatt is aggódunk.

Jó egészséget mindenkinek!

Péter Tibor, szakorvos