

Katarzyna MICHALSKA*

POŚREDNIE GODZENIE W ŻYCIĘ LUDZKIE: NARKOMANIA, NIKOTYNIZM, ALKOHOLIZM, DOPALACZE

Streszczenie

Dominującą chorobą naszych czasów stają się różnego rodzaju uzależnienia. Szczególnie niebezpieczne są uzależnienia pośrednio godzące w życie ludzkie. Już od bardzo dawna powszechnie znane, a zarazem uznane za bardzo szkodliwe są formy uzależnień, od substancji dostępnych legalnie. Taką trucizną jest alkohol etylowy, wszelkiego rodzaju dopalacze, papierosy (te elektryczne również) i narkotyki. Szkodliwość substancji psychoaktywnych na organizm człowieka jest powszechnie znana i oczywista. Ze skutkami uzależnień boryka się całe społeczeństwo, ponosząc przy tym ogromne straty zarówno ekonomiczne jak i społeczne. A mimo to na szczeblu państwowym są podejmowane znikome, a nawet przeciwnie działania, zmierzające w kierunku budowania trzeźwego a tym samym silnego i mądrego społeczeństwa. Współczesny człowiek osadzony w kulturze konsumpcjonizmu, zwraca się raczej ku rzeczom i płynącej z nich przyjemności, niż ku ludziom, nad czym głęboko ubolewam.

Słowa kluczowe: uzależnienie, zniewolenie, zdrowie, emocje, wolność, śmierć, samoświadomość

* Inż. Katarzyna Michalska, Wydział Nauk o Rodzinie, Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, e-mail: k.michalska@yahoo.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2731-5390>.

Wstęp

Uzależnienia od substancji godzą pośrednio, ale i bezpośrednio w życie ludzkie. Wydaje się, że to szybkie tempo życia, stres, nieumiejętność radzenia sobie z wyzwaniami, trudne doświadczenia z dzieciństwa, destrukcyjne środowisko społeczne i chęć zagłuszania prawdy na rzecz dobrego samopoczucia prowadzą do sięgania po substancje wywołujące oderwanie od rzeczywistości, czy krótkotrwałą zmianę nastroju. Jednak jest w tym drugie dno. Jakiś ukryty mechanizm sterujący człowiekiem. Gdyż z jednej strony chcemy żyć w zdrowiu i przedłużać swoje życie, a z drugiej sami wpędzamy się w choroby i sobie życie skracamy, poprzez sięganie po substancje szkodliwe i zatruwające organizm a w konsekwencji wpędzające w nałogowe ich przyjmowanie.

1. Wyjaśnienie pojęcia: uzależnienie

W najbardziej zwięzły sposób definicje uzależnienia przedstawiają Maree Teesson, Louisa Degenhardt i Wayne Hall stwierdzając, że „uzależnienie jest przymusem używania substancji, zbędnej z medycznego punktu widzenia, która prowadzi do pogorszenia stanu zdrowia lub upośledzenia funkcjonowania społecznego”¹. Z reguły każdy człowiek chce być wolny, a tymczasem ludzie płacą duże sumy i trudzą się niesłuchanie, aby mogli stać się zależni, czyli zniewoleni. Zapewne nie do końca (a raczej w ogóle) nie są świadomi zastawianej na siebie pułapki. Z drugiej strony, jak to ujmuje Krzysztof Wojcieszek nikt nie stał się alkoholikiem nie pijąc alkoholu, nikt też nie został nałogowym palaczem, nie paląc papierosów czy narkomanem, nie zażywając narkotyków². Co więcej już „samo używanie powoduje bardzo poważne skutki negatywne w życiu używających. Wielu może np. utracić zdrowie, a nawet życie na samym początku drogi używania (zakażenie wirusem HIV, wypadek drogowy czy utonięcie). Nie dojdzie wtedy do rozwoju uzależnienia, a szkoda już jest nieodwracalna”³.

Różnych substancji psychoaktywnych godzących pośrednio w życie ludzkie jest wiele.

¹ M. Teenson – L. Degenhardt – W. Hall, *Uzależnienia*, Gdańsk 2005, s. 16.

² K. Wojcieszek – M. Jędrzejko, *Zasięg i znaczenie zjawiska używania, nadużywania i uzależnienia od substancji psychoaktywnych*, w: *Współczesne teorie i praktyka profilaktyki uzależnień chemicznych i niechemicznych*, praca zbiorowa, Fundacja Pedagogium, red. M. Jędrzejko, Warszawa 2009, s. 19.

³ Tamże s. 20-21.

2. Skutki uzależnienia

Poniższa tabela obrazuje rodzaj substancji oraz skutki jej działania na organizm ludzki.

Tab. 1. Klasyfikacja substancji psychoaktywnych według T. Dimoff'a i S. Carpera

Typ substancji	Rodzaj substancji	Działanie
Środki tłumiące	Alkohol, leki nasenne i uspokajające, środki wziewne	Redukcja czynności mózgu i całego układu nerwowego, osłabienie hamulców wewnętrznych. Małe dawki wywołują pobudzenie, a duże – senność. Nawet małe dawki powodują upośledzenie procesów intelektualnych, tj. spostrzegania, zapamiętywania, podzielności uwagi
Środki pobudzające	Kofeina, nikotyna, amfetamina, kokaina	Pobudzenie czynności OUN, wyostrożenie zmysłów, po długotrwałym przyjmowaniu środka: nadaktywność, brak apetytu, bezsenność
Halucynogeny	Marihuana i haszysz, meskalina, LSD, psylocybina, PCP (fencyklidyna)	Bezpośrednie zaburzenia czynności mózgu, powodujące ubarwienie, zniekształcony obraz świata, poczucie spowolnionego upływu czasu, pseudohalucynacje
Opiaty	Morfina, kodeina, heroina, opium, meperydyna, petydyna, hydromorfon, oksykodon, pentazocyna, propoksyfen	Uśmierzanie bólu. Małe dawki wywołują stany euforii, duże natomiast – stany zamroczenia

Źródło: M. Jędrzejko, A. Kowalewska, *Narkomania* s. 31.

Substancje tłumiące są środkami ogólnie dostępnymi i legalnymi a ich działanie powoduje upośledzenie pracy mózgu. Nasuwa się tu oczywiste stwierdzenie, że łatwiej jest kierować narodem otumanionym, bezwolnym, podatnym na wpływy i sugestie, czerpiąc przy tym ogromne ekonomiczne zyski.

Konsekwencji przyjmowania substancji psychoaktywnych przez człowieka jest wiele a jedną z nich jest rozwój zespołu uzależnienia. Wielu badaczy uzależnień wskazuje na szkodliwe i rozległe działanie substancji psychoaktywnych prowadzące do szeregu problemów zdrowotnych, społecznych, moralnych i ekonomicznych. Owa toksykomania (używanie substancji psychoaktywnych) do których należy picie alkoholu, zażywanie narkotyków, palenie tytoniu, jest obecnie jedną z głównych przyczyn przedwczesnej śmierci ludzi w krajach wysoko rozwiniętych i rozwijających się⁴. Ponadto osoby będące pod wpływem substancji psychoak-

⁴ J. Mikuła, *Rozwiązywanie problemów alkoholowych w świetle dokumentów europejskich*, „Świat Problemów” 1 (2006), s. 4–13.

tywnych znacznie częściej są sprawcami wypadków samochodowych, zachowań agresywnych i przestępstw. Dodatkowo różnych konsekwencji zdrowotnych doświadczają rodziny, a szczególnie dzieci osób uzależnionych lub nadużywających substancji psychoaktywnych⁵.

Z wielości szkód zdrowotnych spowodowanych przyjmowaniem substancji psychoaktywnych można wyróżnić⁶:

- uzależnienia;
- zaburzenia psychiczne (nerwice, psychozy, stany depresyjne i lękowe);
- pogorszenie stanu fizycznego, uszkodzenia narządów wewnętrznych (wątroby, nerek, układu krwiotwórczego i innych);
- śmiertelne przedawkowania i zatrucia;
- infekcje wirusowe i bakteryjne;
- obniżenie zdolności (a nawet niezdolność) ośrodkowego układu nerwowego (OUN) do oceny sytuacji zewnętrznej prowadzące do powstawania zagrożeń zdrowia i życia.

Straty zdrowotne, rodzinne, moralne i społeczne są ogromne, a co za tym idzie diametralnie wzrastają nakłady na leczenie zarówno samych używających substancji psychoaktywnych jak i osób z nimi mieszkających. „Substancje zaspokajają specyficzne potrzeby psychospołeczne konsumentów, związane z poszukiwaniem przyjemności i prymitywnym sposobem radzenia sobie z napięciami psychicznymi. Wzrost ich używania, zarówno legalnych, jak i nielegalnych, obejmujący nowe kraje i grupy społeczne wskazuje na marną kondycję kultury współczesnej, współczesnego człowieka, który zwraca się raczej ku rzeczom i płynącej z nich przyjemności, niż ku ludziom”⁷. Pytanie kto zatem czerpie zyski z tej ludzkiej słabości i naiwności? Oczywiście ci, którzy zwiększają dostępność substancji psychoaktywnych, czy to legalnych, czy nielegalnych, gdyż mają z tego tytułu ogromne wpływy (zwróćmy np. uwagę na wielkie zyski finansowe czerpane przez producentów leków bezreceptowych promowanych w mediach). „Ekonomiczne znaczenie używek stale rośnie. Sumy, które wchodzi w grę, przewyższają zyski z wielu innych dziedzin ludzkiej działalności. Jest wielu chętnych, aby z tego korzystać, tak wśród producentów, sprzedawców, jak i reklamodawców. Ocenia się,

⁵ A. Kowalewska – M. Jędrzejko, *Człowiek a uzależnienia*, w: *Współczesne teorie i praktyka profilaktyki uzależnień chemicznych i niechemicznych*, red. M. Jędrzejko, Fundacja Pedagogium, Warszawa 2009, s. 12–13.

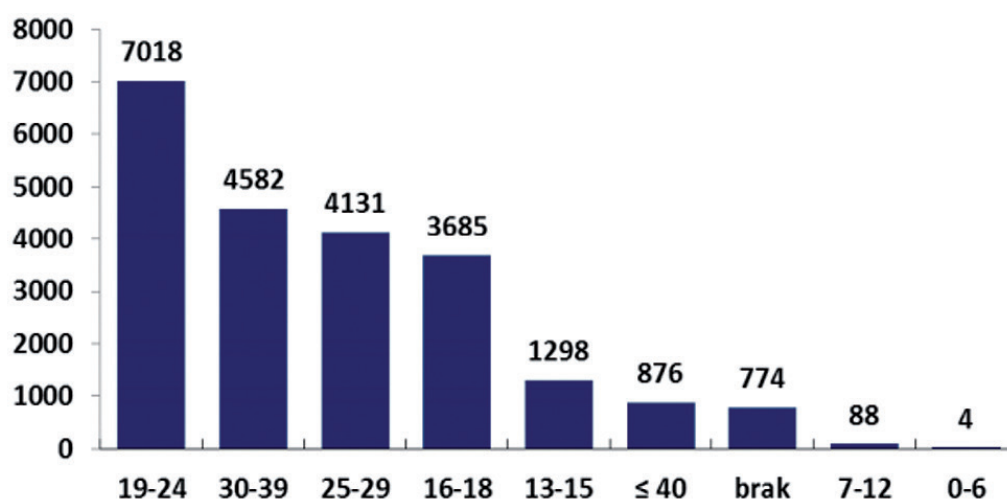
⁶ K. Ostaszewski, *Skuteczność profilaktyki używania substancji psychoaktywnych*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2003, s. 67–74.

⁷ K. Wojcieszek – M. Jędrzejko, *Zasięg i znaczenie zjawiska używania, nadużywania i uzależnienia od substancji psychoaktywnych*, dz. cyt., s. 24.

że rynek legalnych substancji psychoaktywnych przekroczył już 300 mld dolarów rocznie”⁸. Proceder pozyskiwania klientów zaczyna się od wczesnych lat szkolnych.

3. Zakres uzależnień

W ostatnich latach spore zagrożenie utraty zdrowia i życia stanowią zatrucia nowymi narkotykami (tzw. „dopalaczami”), szczególnie wśród młodzieży. Jednakże jak wynika z Raportu Głównego Inspektora Sanitarnego w Polsce w 2019 r. zanotowano spadek liczby zatruc nowymi narkotykami o połowę w stosunku do lat ubiegłych. Ma to niewątpliwie związek z nowelizacją ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii z 2018 r. zaostřejającej przepisy „anty-dopalaczowe”⁹. Jednak nie są to wystarczające działania prowadzące konsekwentnie do ograniczenia dostępności legalnych i nielegalnych substancji psychoaktywnych, szczególnie przez młodzież i dzieci.



Wykres 1. Liczba zatruc NSP/ŚZ w Polsce w latach 2015-2019 r. w poszczególnych grupach wiekowych

Źródło: *Raport Głównego Inspektora Sanitarnego dotyczący zatruc środkiem zastępczym lub nową substancją psychoaktywną w Polsce w 2019*, s. 26.

Wysoki odsetek pacjentów wymagających hospitalizacji w wyniku zatrucia dopalaczami, świadczy o poważnych konsekwencjach zdrowotnych używania nowych substancji psychoaktywnych. Niepokojący jest też fakt dostępności i sięgania po

⁸ Tamże s. 28.

⁹ *Raport Głównego Inspektora Sanitarnego dotyczący zatruc środkiem zastępczym lub nową substancją psychoaktywną w Polsce w 2019*, Warszawa 2020.

NSP/ŚZ wśród dzieci i młodzieży. Tymczasem jeszcze łatwiej jest nabyć alkohol, który jest legalną trucizną. Otóż ciekawe zjawisko zaobserwowałam w czasie tzw. Pandemii, kiedy wszystko było zamknięte jednak sklepy monopolowe były czynne 24 na 7. Ta nieograniczona dostępność i odpowiedni marketing sprzyjają sięganiu po substancje psychoaktywne. „W badaniu przeprowadzonym przez Fundację Pedagogium w 2008 roku na terenie miejscowości okalających Warszawę, na 27 prób zakupu alkoholu i tytoniu przez nieletnich w 21 przypadkach stwierdzono nieprzestrzeganie przepisów prawa. W prowadzonym wiosną 2009 roku eksperymencie na terenie Pruszkowa, Zielonki i Wołomina ponad 3/4 prób zakupu tytoniu i blisko 2/3 prób zakupu alkoholu przez nieletnich zakończyły się powodzeniem. Świadczy to o tym, że litera prawa jest martwa”¹⁰. Do tego świadomość społeczna znikoma. A przecież to całe środowisko społeczne wychowuje następne pokolenie Polaków.

Wnioski

Niewątpliwie każda forma uzależnienia ma szereg negatywnych skutków prowadzących do utraty zdrowia, statusu społecznego, zerwania więzi rodzinnych, strat ekonomicznych a w konsekwencji przedwczesnej śmierci. Zatem nie ma bezpiecznych substancji psychoaktywnych, gdyż każda jest trucizną i wpływa destrukcyjnie na organizm człowieka. Można wiele zrobić, żeby zminimalizować spożycie substancji psychoaktywnych. „Jak wynika z badań, najsilniej na spadek spożycia substancji legalnych wpływają: podwyższanie ceny i ograniczenia gęstości sieci sprzedaży i reklamy, zaś w przypadku substancji nielegalnych – skuteczność organów ścigania utrudniająca dystrybucję narkotyków”¹¹. Jako Naród mamy troszczyć się o siebie wzajemnie i starać się być ludźmi wolnymi i odpowiedzialnymi. „Polskim problemem jest społeczne (w tym rodzicielskie) przyzwolenie na łatwą dostępność do legalnych środków psychoaktywnych oraz pobudzających. Polityka „zysku” zwycięża nad polityką rozsądku. Towarzyszy temu brak wiedzy – zwłaszcza rodziców – o konsekwencji sięgania przez dzieci po tego typu substancje. Np. w szkołach masowo oferuje się (sklepiki szkolne) napoje energetyczne, których małe dzieci nie powinny w ogóle spożywać”¹². Tak więc zagrożenia są ogromne a chroniące działania państwa znikome, a nawet przychylnie i promujące nałogowy styl życia.

¹⁰ K. Wojcieszek, *Dostępność jako podstawowy powód używania substancji psychoaktywnych*, art. cyt., s. 28.

¹¹ Tamże, s. 31.

¹² Tamże, s. 33.

W roku 2017 odbył się na UKSW Narodowy Kongres Trzeźwości podczas którego został przedstawiony Narodowy Program Trzeźwości. Korzyści z trzeźwości jest wiele, więc jest o co walczyć. Wystarczy konsekwentnie wprowadzać ten program w życie całego społeczeństwa przez zaangażowanie władzy na każdym szczeblu, szkoły, rodziny i Kościoła, aby zwiększać świadomość a tym samym wykluczyć społeczną akceptację dla upijania się i wyraźnie zmniejszyć jego skalę¹³. „W wyniku tej zmiany polskość powinna się trwale kojarzyć z trzeźwością – abstynencją lub umiarem”¹⁴.

Bibliografia

Bronakowski T., *W trosce o wolność. Narodowy Kongres Trzeźwości 2017*, Warszawa 2019.

Jędrzejko M., *Narkomania spojrzenie wielowymiarowe*, Akademia Humanistyczna Im. Aleksandra Gieysztora, Pułtusk-Warszawa 2009.

Jędrzejko M., *Typologia współczesnych patologii społecznych*, Pedagogium, Warszawa 2008.

Kowalewska A., Jędrzejko M., *Człowiek a uzależnienia*, w: *Współczesne teorie i praktyka profilaktyki uzależnień chemicznych i niechemicznych*, red. Jędrzejko M. Fundacja Pedagogium, Warszawa 2009.

Mikuła J., *Rozwiązywanie problemów alkoholowych w świetle dokumentów europejskich*, „Świat Problemów” 1 (2006).

Ostaszewski K., *Skuteczność profilaktyki używania substancji psychoaktywnych*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2003.

Pstrąg D., *Wybrane zagadnienia z problematyki uzależnień*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej, Rzeszów 2000.

Raport Głównego Inspektora Sanitarnego dotyczący zatruć środkiem zastępczym lub nową substancją psychoaktywną w Polsce w 2019.

Teenson M. – Degenhardt L. – Hall W., *Uzależnienia*, Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.

Wojcieszek K., *Dostępność jako podstawowy powód używania substancji psychoaktywnych*, w: M. Jędrzejko, *Współczesne teorie i praktyka profilaktyki uzależnień chemicznych i niechemicznych, praca zbiorowa*, Fundacja Pedagogium, Warszawa 2009.

¹³ T. Bronakowski, *W trosce o wolność. Narodowy Kongres Trzeźwości 2017*, Warszawa 2019.

¹⁴ Tamże, s. 423.

Wojcieszek K. – Jędrzejko M., *Zasięg i znaczenie zjawiska używania, nadużywania i uzależnienia od substancji psychoaktywnych*, w: *Współczesne teorie i praktyka profilaktyki uzależnień chemicznych i niechemicznych*, red. Jędrzejko M., Fundacja Pedagogium, Warszawa 2009.

KATARZYNA MICHALSKA: INDIRECT CONVENIENCE IN HUMAN LIFE: DRUG ADDICTION, NICOTINISM, ALCOHOLISM, ADDITIVES

Summary

Addictions of various kinds are becoming the dominant disease of our times. Addictions that indirectly harm human life are especially dangerous. Forms of addiction to substances available legally are widely known and considered very harmful for a very long time. Such poison is ethyl alcohol, all kinds of legal highs, cigarettes (also electric ones) and drugs. The harmfulness of psychoactive substances to the human body is well known and obvious. The whole society grapples with the effects of addiction, suffering huge economic and social losses. And yet, at the state level, little or even opposite action is taken, aimed at building a sober and thus strong and wise society. Contemporary man, embedded in the culture of consumerism, turns to things and their pleasures rather than people, which I deeply regret.

Keywords: addiction, enslavement, health, emotions, freedom, death, self-awareness