

INFORMACIJSKI LETAK

LIJEKOVI: UPOTREBA I OVISNOST

Drage čitateljice i dragi čitatelji!

Lijekovi nam pomažu. Oni su važni i potrebni. Mogu nas učiniti zdravima i pomoći, npr. protiv bolova.

Ali nas i lijekovi mogu učiniti ovisnim. Stoga je važno obratiti pozornost pri propisivanju a također i kod uzimanja lijekova.

Ovim informativnim listom želimo Vas obavijestiti o ovom riziku.



www.jukus.at



[dieverschwiegenesucht2_1](#)



[DvS2_1](#)



Okvir za činjenice Ovisnost

Ovisni ljudi imaju jedan vrlo jak unutarnji poriv za određenja stanja. Ta stanja dosegnu naprimjer

- kroz alkohol, duhan, nedozvoljenu drogu ili medikamentima.
- kroz određeno ponašanje, primjerice u kocki ili u kupnji.

Ovisni ljudi imaju potrebu tom stanju sve češće da popuste. Ako to ne čine, dobiju jako neugodne duševne i fizičke probleme, kao naprimjer bol, strah, nesanicu ili zbunjenost.

Okvir za činjenice Ovisnost i medikamentati

- Ovisnost o lijekovima je bolest.
- Ovisni ljudi imaju veliku potrebu za lijekovima. Samo sa tim svojim lijekovima mogu upravljati svakodnevnicom.
- U Austriji je oko 150.000 ljudi ovisno o lijekovima.
- Mnogo ljudi niti ne znaju da su ovisni, jer im liječnici propisuju lijekove.
- Svatko može postati ovisan lijekovima.
- Osobito su česte žene i starije osobe ovisne lijekovima.

Upotreba lijekova i ovisnost

Lijekovi ublažavaju ili liječe zdravstvene probleme. To mogu biti duševni ili tjelesni problemi. Zbog lijekova i njihovog ublaživanja, uzimaju ih ljudi često i predugo.

Ponekad i ne prestanu nikada s time. Kao nuspojava može i ovisnost da se pokaže. Važno je da Vam liječnici oprezno propisuju lijekove i da ste upućeni kako ih treba uzimati.

Što mogu sam učiniti?

- **Obavite medicinski razgovor sa liječnikom**
 - Trebam li ja još taj lijek?
 - Koliko dugo trebam uzimati taj lijek?
 - Ima li drugih mogućnosti osim toga medikamenta?
- **Zatražite drugo liječničko mišljenje.** Porazgovarajte sa drugim liječnicima o Vašem stanju i bolesti.

Uzrok ovisnosti o medikamentima

Najčešće se radi na početku o duševnom ili tjelesnom problemu. Taj problem se liječi medikamentima.

Uzima li se taj medikament duže vrijeme, može doći do ovisnosti. Kod nekih lijekova se to može i nakon dva tjedna desiti. Ali i tu postoje velike razlike.

Znakovi ovisnosti

- Vaš lijek ne djeluje više dobro.
Trebam Vam veća doza, kako bi djelovalo.
- Imate jaku potrebu uzimati „Vaš“ lijek
- znakovi ovisnosti, ako prestanete uzimati lijek:
 - nemir, nesanica, tjeskoba
 - grčevi, velika tuga, zbunjenost

Ovi znakovi se nazivaju simptomima povlačenja.

Ovisnost o određenim medikamentima može dovesti do poremećaja memorije. Može se dobiti i blaga demencija.

Sredstva za ublažavanje bolova, smirenje i spavanje

Mnogi medikamenti protiv straha, stresa ili nesаницe mogu činiti ovisni. U prvom koraku djeluju dobro, a nakon nekog vremena mogu pridonijeti ovisnosti. I medikamenti koji nas drže budnima ili sprejevi za nos mogu izazvati ovisnost. To se također odnosi i na lijekove koji pomažu u prestanku pušenja.

Kako mogu druge upozoriti koji su možda ovisni?

Porazgovarajte sa osobama i kažite im:

- Imam dojam da taj tvoj lijek ne djeluje više.
- Imaš li osjećaj da svoj lijek moraš nositi uvijek sa sobom?

Liječenje

- Može biti da se medikament ne mora više uzimati. Na tom polju je medicinska podrška jako važna.
- Nemojte **nikada** sami prestati piti lijekove. Može doći do rizika naglog ustezanja simptoma.

Samo-testiranje ovisnosti na medikamente

Možete ovaj test koristiti na liječničkom razgovoru.

Upozorenje!

Ovim testom ne možete sami odlučiti, jeste li ovisni ili ne.

Molimo Vas porazgovarajte o Vašim rezultatima sa liječnikom.

Ako ste odgovorili „tačno“ na više od dva pitanja, preporučujemo obavezno liječnički savjet. Porazgovarajte zajedno i saznajte jeste li ovisni ili ne.

Svakodnevnicu samo uspijete lijekovima?
U ovom slučaju je važno i korisno potražiti savjet i podršku.

Ovdje je popis savjetovališta u Štajerskoj:
gdje pronaći pomoć?

www.jukus.at/gesundheit/infoblatt

1. Ne mogu dobro spavati bez lijekova.

točno netočno

2. Za svoju sigurnost, uvijek imam dovoljno tableta kod kuće.
Ne želim ostati bez lijekova.

točno netočno

3. Bio/bila bih zadovoljan/zadovoljna sam/a sa
sobom ako nisam uzimao/uzimala nikakve lijekove.

točno netočno

4. Postoje situacije koje ne mogu bez lijekova da savladam.

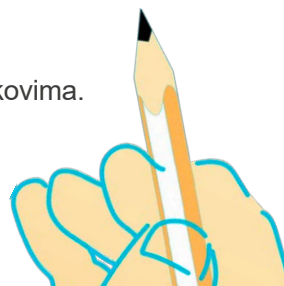
točno netočno

5. Drugi ljudi misle da imam probleme s lijekovima.

točno netočno

6. Osjećam da mogu učiniti više u svakodnevnicu s lijekovima.

točno netočno



Ovdje je popis savjetovališta u Štajerskoj:
gdje pronaći pomoć?

www.jukus.at/gesundheit/infoblatt

Ili skenirajte ovaj QR kod.



Ako imate pitanja, obratite se:

Alena Strauss
E: alena@jukus.at
T: +43 316 722865-220

Viktoria Erne
E: viktoria@jukus.at
T: +43 316 722865-221

Ein Projekt von



Fördergeber*innen

