

Stigma (etiketimi) dhe diskriminimi ndaj përdoruesve të drogës

“Niveli i stigmës ka shumë të ngjarë të zvogëlohet si rezultat i edukimit të publikut dhe pranimi më gjerësisht të fenomenit të varësisë nga substancat si një sëmundje që mund të trajtohet”

Instituti i Mjekësisë, SHBA.

Përdoruesit e drogës përballen me një stigmë të përhapur dhe kjo përbën thelbin e problemeve me të cilat ata ndeshen. Stigma mund të përcaktohet si “një qëndrim që turpëron individin, i mohon pranimin e plotë në shoqëri, dhe ku nocionet e përfshirjes dhe përjashtimit social janë ato që dalin më shumë në pah.” (HDN, 2006)

Rrënjët e stigmës ndaj përdoruesve të drogës janë nga më të ndryshmet dhe shpesh kanë të bëjnë me keqkuptimin e fenomenit të varësisë ndaj substancave; gjykimet dhe frikën e lidhur me pamjen fizike, sjelljen dhe gjendjen shëndetësore si HIV-i, hepatitet, Tuberkulozi apo çrregullimet

mendore. Stigma ndikon në mënyrën se si bashkëmoshatarët, anëtarët e familjes dhe shërbimet mjekësore e sociale punojnë me përdoruesit e drogës. Po ashtu ajo ndikon në efektin që jep ligji dhe politikat në acarimin apo në shkaktimin e shumë problemeve të tjera të lidhura me përdorimin e drogës, si dhe ndikon në mënyrën se si portretizohen përdoruesit e drogës në masmedia. Në shërbimin social e mjekësor, stigma mund të pengojë mundësinë për të dhënë kujdesin e duhur, të cilin e kthen në diskriminim apo shfaqje të përbuzjes dhe mungesë dëshire për të hyrë në kontakt. Në disa raste përdoruesve të drogës u mohohet sistematikisht mundësia për trajtim. Për shembull në disa vende në rajon, përdoruesve të drogës u mohohet hapur mundësia për t'u trajtuar nga hepatiti, duke u konsideruar si një grup pa prioritet, që e ka të kufizuar hapësirën për të marrë një trajtim të tillë. Dhe madje si një grup, i cili nga sa thuhet nuk e ka të lejuar trajtimin e nevojshëm. Në Rusi dhe në disa vende të tjera, para vitit 2004, përdoruesve të drogës u mohohet sistematikisht mundësia për të marrë trajtimin për HIV-in, me pretendimin se u mungon “perspektiva sociale”. Shpesh përdoruesve të drogës u mohohet mundësia për një

terapi të përshtatshme të trajtimit ndaj dhimbjeve. Stigma mund të pengojë më lehtësisht mundësinë për trajtim, duke filluar që me përbuzjen apo fjalët e ashpra të mjekut e të infermieres që e bëjnë pacientin të ndihet shumë keq, deri në atë pikë sa të mos rikthehet më që të marrë shërbimin e nevojshëm. Ky është një efekt vdekjeprurës edhe një diskriminim direkt.

Stigmës në shërbimin mjekësor mund t'i kundërpërgjigjemi me edukimin e duhur profesional të këtij fenomeni dhe informacionet e nevojshme për varësinë nga substancat. Përfshirja e përdoruesve të drogës në planifikim, zbatim dhe vlerësimin e shërbimeve mund të zvogëlojë efektin e stigmës dhe do të ndërtojë urën e besimit mes mjekëve dhe përdoruesve.

Diskriminimi mund të eliminohet me ushtrimin e të drejtave të njeriut dhe ato ligjore.

Nga ana tjetër përdoruesit e drogës janë të stigmatizuar edhe nga komuniteti në përgjithësi, miqtë dhe familja. Braktisja nga miqtë dhe familja mund të thellojë izolimin e depresionin, duke përkeqësuar më shumë problemin e përdorimit të drogës së bashku me tërheqjen nga ambienti social. Kalvarit të

mundimeve të përdoruesve të drogës u shtohet edhe stigma në media. Edhe fushatat që kanë qëllime të mira në parandalimin e përdorimit të drogës ndonjëherë damkosnin përdoruesit e drogës në vend që të përqendroheshin në dëmin që sjell ky problem.

Perceptimi i stigmës mund të çojë në “vetë-stigmatizim” ose “stigmatizim të brendshëm”, duke ulur vetë-vlerësimin dhe dëshirën për të ecur përpara. Programet që fuqizojnë përdoruesit dhe komunitetet e tyre si një përpjekje për të edukuar median, familjen dhe shoqërinë për natyrën e varësisë nga droga mund të ndihmojnë në pakësimin e stigmës. Stigma ndaj përdoruesve të drogës ndikon edhe tek politikat ligjore. Ndonëse njihen si shërbime efektive në reduktimin e dëmit, ato sërish mbeten ende në një nivel të dobët dhe në përpjestim të zhdrejtë me barrën që u japin përdoruesve të drogës, e gjithë kjo për shkak të “jopopullaritetit” të tyre. Forma më e fundit e stigmatizimit e krijuar në politikat ligjore është kriminalizimi i fenomenit të përdorimit të drogës, dhe pozicioni i mbajtur për shumicën e drogave të shfrytëzuara për përdorim personal. Kjo sjell burgosjen e përdoruesve të drogës. Përsëri, mbrojtja e të drejtave të njeriut, edukimi, fushatat e advokacisë dhe ndërjegjësimi apo fuqizimi i komunitetit mund të çojnë në përmirësimin e situatës.

Grupet me nevoja të veçanta

Gratë përbëjnë 20-30 % të përdoruesve intravenozë në Evropën Lindore dhe Azinë Qendrore. Përqindja e grave përdoruese është në rritje. Bashkimi Evropian (BE) raporton rritjen e përqindjes së vajzave në moshë të re, të cilat përdorin droga të llojeve nga më të ndryshme. Rritja e numrit të femrave intravenoze (PDI) kërkon zbatimin e shërbimeve të zvogëlimit të dëmit dhe programe për të rregulluar nevojat që kanë ato. Po t'i referohemi këndvështrimit historik, epidemia e HIV-it në Evropën Lindore dhe Azinë Qendrore filloi tek përdoruesit e drogave intravenoze (PDI), ku shumica e tyre ishin meshkuj. Shumica e shërbimeve të zvogëlimit të dëmit për përdoruesit e drogave intravenoze është projektuar për meshkujt, duke i kushtuar shumë pak rëndësi ndjeshmërisë gjinore. Megjithatë në vitet e fundit, është rritur numri i femrave që përdorin droga, që kërkojnë trajtim dhe që janë diagnostikuar me HIV në Evropën Lindore dhe Azinë Qendrore. UNAIDS ka zbuluar se 85% e femrave pozitive me HIV në rajon, ishin infektuar nëpërmjet përdorimit të drogave intravenoze ose marrëdhënies seksuale me një partner intravenoz.

Vulnerabiliteti, risqet dhe nevojat

Vulnerabilitetet, risqet dhe nevojat e femrave intravenoze shpesh ndryshojnë nga ato të meshkujve dhe variojnë prej mjedisit social dhe atij kulturor. Përdorimi i drogës, veçanërisht

injektimi, tek femrat është shpesh më stigmatizues se sa tek meshkujt. Dhe kjo u sjell më shumë pengesa femrave në mundësinë për të përfitur nga shërbimet shëndetësore, zvogëlimin e sjelljeve të rrezikshme dhe mbrojtjen e të drejtave të tyre. Ka diçka të përbashkët midis përdorimit të drogës dhe punëtoreve të seksit, qofshin formale apo informale. Kjo ka të bëjë me nivelin e ulët të përdorimit të prezervativëve dhe frekuencës së lartë për të transmetuar HIV-in, e infeksione të tjera të marra në rrugë seksuale (IST). Femrat që janë përdoruese të drogës ka më shumë të ngjarë të kryejnë marrëdhënie seksuale me partnerë të rregullt, të cilët janë përdorues intravenozë dhe shkëmbejnë shiringat me ta. Këta faktorë rrisin më tej vulnerabilitetin dhe zvogëlojnë aftësinë e tyre për të kontrolluar nëse janë përdorur prezervativë apo pajisje sterile injektimi. Dhuna dhe kërcënimi me dhunë në marrëdhëniet intime i shtohet vulnerabilitetit të shumë femrave intravenoze. Shërbimet për femra, të cilat janë viktime të dhunës, rrallë ndodh që të jenë në përshtatje me nevojat e atyre që janë përdoruese intravenoze. Ndonjëherë ato janë përjashtuese për përdoruesit e drogës. Këshillimi i lidhur me aftësitë për të nxitur përdorimin e prezervativit dhe shërbimeve të tjera për shëndetin riprodhues, shpesh reduktohen në zvogëlimin e dëmit. Ndërkaq janë shumë të rralla shërbimet për zvogëlimin e dëmit, të specializuara në rolet gjinore tek punonjësit në terren (*outreach*) dhe grupet në mbështetje të femrave. Problemet e femrave

që përdorin drogë përballen me shumë sfida të veçanta siç janë shtatzania dhe kujdesi për fëmijën. Ato shpesh nuk marrin informacionin e duhur për përdorimin e drogave dhe trajtimin prej tyre gjatë shtatzanisë. Po ashtu ka shumë pak programe që ofrojnë shërbimin në terren dhe që mbështesin përdorueset shtatzanë të drogave. Disa përdoruese intravenoze nxiten që ta prishin shtatzaninë e tyre, duke u thënë se nuk mund të lindin fëmijë të shëndetshëm, dhe kështu do t'iu mohohet kujdesi i duhur. Shumë femra që janë përdoruese të opiateve, veçanërisht ato në Rusi, nuk kanë mundësi për të marrë pjesë në terapinë zëvendësuese, e cila është pjesë thelbësore e kujdesit për ato që janë përdoruese shtatzënë të këtyre lloje drogash. Disa shërbime rehabilitimi dhe detoksifikimi nuk i pranojnë klientet shtatzanë, kurse disa të tjera nuk pranojnë femrat. Ka edhe të tjerë që nuk pranojnë kujdesin ndaj fëmijës, duke përjashtuar nga ky shërbim nënat e reja. Gratë që i lënë fëmijët e tyre në shërbimet e rehabilitimit, ndonjëherë humbasin të drejtën e kujdestarisë, një tjetër pengesë për të marrë pjesë në trajtim.

Shërbimet

Shërbimet e përmirësuara dhe mundësia e femrave intravenoze për të marrë pjesë në to, kërkon vlerësimin e nevojave të tyre, vulnerabilitetin dhe përshtatjen për të reaguar në mënyrë më efektive.

Shembujt e shërbimeve të zvogëlimit të dëmit me fokus përkatësinë gjinore, përfshijnë:

- Punën me punonjëset femra në terren (*outreach*) dhe keshillueset bashkëmoshatare
- Hapësira e veçantë, grupet për gra, dhe ku do të ketë qendra shërbimi vetëm për femra
- Alternativat e kujdesit për fëmijën të grave që duan të marrin pjesë në grupime të ndryshme, apo aktivitete që lidhen me këto shërbime
- Materiale informuese të adresuara për nevojat e veçanta të femrave
- Shpërndarja e kutive me pajisje të veçanta higjienike për gratë
- Furnizimi me ushqim, veshmbathje dhe të tjera nevoja për fëmijët
- Programet e trajtimit të varësisë nga droga të hartuara për t'u përballur me nevojat psikologjike të grave
- Programet e dhunës në familje
- Këshillimi në çift, trajnimi për përdorimin e prezervativit, dhe teknika të tjera komunikimi
- Këshillimi për zvogëlimin e dëmit dhe pajisje të ofruara në mënyrë të fshehtë në qendrat shëndetësore për femra, si dhe shërbimet për punëtorët e seksit, së bashku me ofrimin e ndihmës për

gra që kanë frikë të tregojnë se përdorin drogë.

- Shërbime të tjera për gratë (si kujdesi gjinekologjik, kujdesi paralindjes, strehëzat, etj)

Është thelbësore që shërbimet e zvogëlimit të dëmit t'i referojnë klientët e tyre në të tjerë shërbime (si kujdesi gjinekologjik, kujdesi paralindjes, strehëzat, etj), por që ato të jenë miqësore ndaj grave që përdorin droga intravenoze dhe të përshtatshme me nevojat e tyre. Do të jetë e nevojshme advokacia për edukimin më të mirë të stafit për natyrën e varësisë ndaj drogave dhe problemin e përdorimit të drogave. Shërbimi i zvogëlimit të dëmit duhet të lidhet me shërbimet e tjera dhe të kontribuojë për të rritur njohuritë dhe aftësitë pozitive.

OKB-ja bën thirrje për Eliminimin e Boshllëqeve në Shërbimet për Përdoruesit e Drogave dhe për Dekriminalizimin e Përdoruesve të Drogave

Një rezolutë e OKB-së e Këshillit Social dhe Ekonomik është shtuar me një tjetër më datën 27 korrik 2009: "...(ECOSOC) e cilëson të nevojshëm adresimin e boshllëkut të krijuar në shërbimet për përdoruesit e drogave intravenoze, tek të

gjitha institucionet, duke përfshirë edhe burgjet. Zhvillimin e modeleve të përshtatshme të shërbimeve për përdoruesit e drogave intravenoze, parandalimin e stigmatizimit dhe diskriminimit, mbështetjen e ngritjes së kapaciteteve, dhe burimeve për sigurimin e një pakete më të mirë ndërhyrjesh për këtë target-grup, pa harruar programet e zvogëlimit të dëmit...” Kjo deklaratë është në vazhdim me atë të Sekretarit të Përgjithshëm të OKB-së, Ban Ki-Mun, dhënë më datën 7 maj 2009: “Përveç kriminalizimit të transmetimit të virusit HIV, shumë vende japin sanksione kriminale për marrëdhëniet me të njëjtin seks, prostitucionin dhe injektimit e drogave. Të tilla ligje krijojnë barriera më të mëdha për t’u kaluar nga popullatat që kanë nevojë për shërbimet për HIV-in. Këto sjellje duhet të dekriminalizohen, dhe njerëzit me varësi nga drogat duhet të përfitojnë shërbime shëndetësore për trajtimin e vuajtjes së tyre.”

Shumë fëmijë përdorin droga ADHD për t’u bërë dru

Një studim që analizon telefonatat në qendrat e kontrollit të helmimeve ka zbuluar se mjekimet e lidhura me abuzimin me drogat që sjellin çrregullimin e vëmendjes dhe deficietit të hiperaktivitetit, e njohur ndryshe si (ADHD), janë rritur me 76%, nga 317 në 581. Studimi do të botohet në buletin e shtatorit të Pediatriisë dhe mban firmën e Akademisë

Amerikane të Pediatriisë (AAP). ADHD ka prekur 8% deri në 12% të fëmijëve dhe 4% të të rriturve në të gjithë botën. Sipas AAP-së, ka një rritje të madhe në përdorimin e stimulantëve të marrë me recetë me anën e të cilëve mund të trajtohet ADHD. Studimi i quajtur “Abuzimi i Adoleshentëve me medikamentet me Recetë të ADHD është rritur po aq sa recetat për këto medikamente”, ka analizuar Shoqatën Amerikanë të Sistemit të të Dhënave të Qendrës Kombëtare të Kontrollit të Helmimeve nga viti 1998 deri në vitin 2005, për të gjitha rastet që përfshijnë moshat nga 13-19 vjeç, të cilët me qëllim kanë abuzuar ose keqpërdorur medikamentet me recetë të ADHD-së. Po ashtu ky studim ka nxjerrë në pah se përqindjet për marrjen me recetë nga adoleshentët tek paraadoleshentët kanë një rritje me 133% për amfetaminat, 52% për metilfenidatën dhe 80% për të dyja së bashku. Ndonëse pjesa më e madhe e adoleshentëve i përdorin sipas parametrave medikamentet për ADHD-në, autorët e studimit kanë nxjerrë në pah se rritja e abuzimit mbetet në përpjestim të drejtë me mundësinë për të përdorur këto medikamente.

Përdorimi i drogave dhe i alkoolit nga adoleshentët është ndikuar nga sjellja e prindërve

Krahasuar me adoleshentët, të cilët nuk i kanë parë prindërit e tyre të dehen, të tjerët janë dy herë më shumë të prirur që të dehen një herë brenda një muaji,

si dhe tre herë më shumë të dhënë që të tymosin marijuhanë e duhan. Këto janë të dhënat e marra nga Studimi Kombëtar i Qëndrimeve Amerikane ndaj Abuzimit me Substancat XIV: *Adoleshentët dhe Prindërit*, anketa e 14-t e drejtuar nga Qendra Kombëtare e Varësisë dhe Abuzimit me Substanca (CASA) në Universitetin e Kolumbias. Ky studim i CASA zbuloi se 51% e 17-vjeçarëve kanë parë njërin apo të dy prindërit, duke konsumuar pije alkoolike dhe 34% e 12-17-vjeçarëve kanë parë njërin apo të dy prindërit duke konsumuar pije alkoolike. Ndër të tjera, studimi zbuloi se sjellja e konsumit të pijeve alkoolike tek adoleshentët është e lidhur ngushtë me mënyrën se si ata mendojnë se do të ndiheshin baballarët nën efektin e alkoolit. Krahasuar me adoleshentët që besojnë se babai i tyre është kundër pijeve alkoolike, ata të cilët besojnë të kundërtën, janë dy herë e gjysmë më të prekur nga dëshira për t’u dehur të paktën një herë në muaj. Ky studim zbuloi se 5% e vajzave 12-15 vjeçare dhe 9% e djemve 12-15 vjeçarë thoshin se baballarët e tyre i inkurajojnë për të pirë. Edhe 13% e vajzave 16-17 vjeçare dhe 20% e djemve 16-17 vjeçarë thoshin se baballarët e tyre i inkurajonin për të pirë. “Disa sjellje dhe qëndrime nënash e baballarësh i bëjnë ata prindër tolerantë, prindër të cilët u dërgojnë adoleshentëve nga mosha 12 deri në 17 vjeç, mesazhin se nuk ka asnjë problem nëse pinë duhan, pije alkoolike, dehen si dhe të përdorin droga ilegale si marijuhana,” thotë Xhozef A. Kalifano, Jr., drejtori i CASA-s, si dhe themelues dhe ish-

Sekretar i SHBA-ve për Shëndetin, Edukimin dhe Mirëqenien. “Sjellja e adoleshentëve është e lidhur ngushtë me sjelljen dhe pritshmëritë e prindërve të tyre, kështu prindërit të cilët presin që fëmijët e tyre të pijnë alkool dhe të përdorin droga, do të kenë të bëjnë me fëmijë që pijnë alkool dhe që përdorin droga” - shton Kalifano. Këtë vit studimi i CASA-s vuri re me vëmendje alkoolizimin e adoleshentëve dhe zbuloi se 65% e 12-17 vjeçarëve që pinë çdo muaj, tregojnë se dehen të paktën një herë në muaj. Studimi zbuloi se 1/3 e adoleshentëve pijedashës, zakonisht pinë me synimin për t’u dehur. Sërish duke iu referuar këtij studimi, krahasuar me adoleshentët që nuk kanë provuar asnjëherë alkool, adoleshtët që dehen një herë në muaj janë:

- 18 herë më të dhënë për të provuar marijuanë
- Katër herë më shumë në gjendje për të përdorur marijuanë çdo një orë
- Pothuajse katër herë më shumë të dhënë për t’u njohur me moshatarët e tyre, të cilët abuzojnë me drogat e marra me recetë
- Më shumë se tre herë të dhënë për të pasur shokë që përdorin marijuanë, dhe
- Më shumë se dy herë të dhënë për të njohur moshatarë që përdorin metamfetaminë, ekstazi apo droga të tjera si kokaina, heroina ose LSD-ja.

Motivimet e duhanpiresve te vjeter dhe perpjekjet per te lene duhanin: studim i thelluar epidemiologjik i çeshtjes: Stil jetese kundrejt Varesise.

Background: Kohet e fundit vemendje e veçante e medias eshte fokusuar ne kerkesat nga mjeket profesioniste te organizuar ne Gjermani per nje ndryshim te kornizes ligjore ne lidhje me pagesen per nderhyrjen per dhenien fund te pirjes se duhanit. Me kete zhvillim, çeshtja nese duhani eshte nje stil i pavaruar jetese apo nje varesi qe çon ne semundje ne te drejten e saj, ka ardhur serish ne qender te vemendjes se debateve publike.

Metodologjia: Ne nje studim publik ne shtetin Gjerman te Saarland-it, 10 000 persona te grupmoshes 50 deri 74 vjeç u pyeten rreth sjelljeve te tyre ne lidhje me shendetin dhe historine mjekesore. Frekuenca e perpjekjeve per te lene duhanin, dhe motivimin per t’a bere kete, u analizua ne lidhje me numrin total te duhanpiresve qe moren pjese ne studim dhe ishte i shtresezuar, duke respektuar semundjet ekzistuese, potenciali per risqet kardiovaskulare ishte perkeqesuar nga duhanpirja.

Rezultatet: Midis 1528 personave te cilet pinin duhan ne fillim te studimit, 76% raportuan se ishin perpjekur t’a linin te pakten njehere. Ndermjet duhanpiresve me

kushte ekzistuese te rriskut te larte kjo shifer ishte me e larte, duke arritur 89% ne duhanpiresit me semundje kardiovaskulare. Vetem 11% e duhanpiresve ishin te kenaqur me sjelljen e tyre te duhan-pirjes; 30% u shprehen se deshironin t’a reduktonin dhe 59% u shprehen se donin t’a linin fare duhanin.

Konkluzione: Duhanpiresit me te vjeter ne Gjermani do te donin t’a linin duhanin dhe jane perpjekur ne menyre te perseritur dhe pa sukses. Ne menyre te veçante, pacientet me risk te larte, numri i te cileve do te rritet ashtu si edhe mosha e popullsisë, jane shume te motivuar per te lene duhanin, dhe mund te kene perfitime te medha nga asistenca efektive me nderhyrjen per lenien e duhanit.

Nuk eshte ne diskutim fakti qe situata ne Gjermani ne lidhje me konsumin e duhanit vazhdon te jete diçka shume e pakenaqshme. Vetem ne Gjermani vdekshmeria si pasoje e duhanit vleresohet te jete nga 100 000 ne 140 000 vdekje ne vit. Debate rreth nje lufte me te forte kunder këtij problemi serioz per shendetin jane rigjeneruar nga deklaratat te nxjerra nga Shoqata Mjekesore Gjermane (BÄK, Bundesärztekammer) ne pergjigje te rekomandimeve te Keshillit te Drogës dhe Adiktiveve te Komisionerit Federal te Gjermanise per Drogat Narkotike. (Drogenbeauftragte der Bundesregierung) ne 5 Shtator 2008, ne te cilen BÄK kritikoi rekomandimet strategjike te cilat synojne te ndihmojne njerezit

per te lene duhanin, por qe nuk po funksionojne ashtu sic duhet. Kerkesa ka te beje me njohjen si semundje te trajtueshme, pasi "varesia ndaj duhanit i ploteson kriteret e dhena ne ICD 10, F17" dhe per krijimin e "nje kuadri ligjor te pershtatshem per kompesim" per nderhyrjet e rendesishme te cilat rriten interes shume te madh te medias. Çeshtja nese pirja e duhanit eshte fenomeni i nje stili jetese te vet-percaktuar apo nje sjellje me status mjekesor, eshte kthyer serish ne arenen publike. Eshte fakt qe vetem 5% e duhanpiresve te cilet perpiqen te lene duhanin vet, pas nje viti jane ende abstinent. Studime klinike te terapive te ndryshme farmaceutike kane treguar nje shkalle sukcesi afersisht te dyfishte, i cili eshte arritur me hapje te lehta qetesuese.

Si nje kontribut te debatit te tanishem publik, ne ketu pershkruajme frekuencen e perpjekjeve dhe deshires per te lene duhanin ndermjet duhanpiresve te vjeter, duke i kushtuar vemendje te veçante duhanpiresve me semundje te meparshme kardio-vaskulare, dhe semundje te tjera kronike te cilat lidhen me pirjen e duhanit. Ashtu si edhe mosha e pergjithshme e popullsisë, edhe prevalenca e ketyre semundjeve do te rritet. Keto semundje ne vetvete permbajne nje prognoze veçanerisht te dobet, ose nje rrezik kardio-vaskular te konsiderueshem, gje qe e perkeqesojne me pirjen e duhanit.

Pjesemarresit te cilet u shprehen se ishin duhan-pires ishin te klasifikuar sipas pergjigjeve te

tyre rreth perpjekjeve per te lene duhanin. ("A keni bere ndonjehere perpjekje per te lene duhanin?" "Jo. / Po, njehere. / Po, me shume se njehere") dhe deshires se tyre per t'a lene apo reduktuar duhanin ("Do te donit t'a linit duhanin apo do te donit te pinit me pak?" "Jo per te dyja. / Po, do te doja pija me pak, / Po, do te doja t'a lija fare."). Perqindjet per secilin bllok te pergjigjeve u analizuan se pari sipas moshes dhe seksit, dhe me pas ne lidhje me ate nese pjesemarresit raportonin nese kishin apo jo ndonje semundje tjeter te rende. Perqindjet jane dhene me intervale sigurie 95%, (95% CI); rastesisht, per qartesi jane dhene numra absolute.

Rezultate

Rezultatet tregojne se pjesa me e madhe e duhanpiresve te vjeter ne Gjermani deshirojne ta lene duhanin, dhe raportojne perpjekje te deshtuara- shpesh me teper se nje- per t'a lene. Midis pacienteve me zemer ne kuptimin e gjere, kjo deshire eshte akoma me e madhe.

Frekuenca e varesise ndaj duhanit dhe perpjekjeve te deshtuara per ta lene, jane publikuar per sa i perket Gjermanise. Manifestimi i nje semundje shoqeruar me pirjen e duhanit mund te jete si nje stimul shume i rendesishem- ne mos edhe shume shkurt - per te kaluar varesine. Perveç kesaj, mbetet nje pjese e madhe e matshme e personave me semundje serioze kardiovaskulare, te cilet deshtojne ne perpjekjet e tyre

per te lene duhanin, dhe vazhdojne te pijne pavaresisht deshires se tyre per te ndaluar kete sjellje te rrezikshme. Numri i pacienteve te tille – me rrezikshmeri te larte por me deshire per t'a lene, do te rritet, pjeserisht nepermjet ndryshimeve demografike, por gjithashtu per shkak te mundesive terapeutike te permiresuara, si p.sh. infarkti miokardiak. Keta jane pikerisht pacientet te cilet duhet te marrin me teper trajtim per varesine e tyre ndaj duhanit. Fakti qe ata nuk mund te lene duhanin pavaresisht bashkejeteses se tyre me semundjen ben nje imitim te keq te deklarates se pirja e duhanit eshte se pari nje fenomen i stilit te jeteses – nje pohim i cili gjithsesi kundershohet nga njohja ne rritje e njohjes se faktoreve riskues gjenetik ne pirjen e duhanit dhe varesise ndaj tij. Rezultatet e koheve me te fundit te studimeve epidemiologjike sugjerojne se edhe masa te lehta strukturore, mund te kene nje kontribut te konsiderueshem per promovimin e lenies se duhanit ne kontekstin e kujdesit te pergjithshem mjekesor. P.sh. ne nje studim te mbledhur rastesor, shkalla e lenies "spontane" te duhanit katerfishohet kur kostot e mbeshtetjeve mjekesore efektive per terheqjen (p.sh. perdorimi i nikotines zevendeson pergatitjet ose bupropion) jane rimbursuar. Kjo mase ka treguar se eshte shume efektive edhe ne kosto.

Evidenca ne rritje te Rreziqeve te Potenciale te Pirjes se Marijuaes.

Nje studim Kanadez raportonte ne gazeten "Te Rejat Mjekesore te Dites", se kishte gjetur se tymosja e marijuanes, ashtu sic pihet duhani, ka efekte toksike ne qeliza, duke sfiduar besimin se pirja e marijuanes eshte me e sigurt se pirja e cigareve.

Rebecca Maertens dhe koleget e saj vune re se shpesh njerezit e shohin marijuanen si nje produkt "natyral" dhe me pak te demshem se duhani. Me ndryshimet e sjelljes se publikut ndaj marijuanes dhe me lehtesirat ne kufizimet ligjore ne shume vende, perdorimi i marijuanes eshte rritur. Shkencetaret e dine se perdorimi i marijuanes ka efekte negative ne mushkeri. Gjithsesi, ka pak njohuri rreth aftesise se marijuanes per te shkaktuar kancer te mushkerive fale veshtiresise ne identifikimin dhe studimin e personave te cilet kane perdorur vetem marijuane.

Nje studim i ri nis te adresoje kete ceshtje duke krahasuar pirjen e marijuanes kundrejt pirjes se duhanit, persa i perket toksikimit te qelizave dhe te ADN-se. Shkencetaret ekspozuan qeliza te kultivuara te qelizave dhe baktere te kafsheve per te permbledhur mostra te pirjes si te duhanit, ashtu edhe te marijuanes. Kishte ndryshime te dukshme ne nivel dhe ne tipin e toksikimit nga pirja e duhanit dhe e cigares. Studiuesit vune re se, pirja e marijuanes shkaktonte demtime me te medha ne qeliza dhe ADN sesa pirja e duhanit. Gjithsesi, pirja e duhanit shkaktonte demtime te kromozoneve, ndersa marijuana jo.

Studimi i NIDA-s tregoi se Programi Parandalues ne Shkolla redukton Sjelljet Problematike ne Klasen e 5-te me gati 50%.

Nje studim sugjeron se programet parandaluese qe bazohen ne shkolla, te nisura ne shkollat fillore mund te reduktojne dukshem sjelljet problematike tek nxenesit. Nxenesit e klases se peste te cilet me pare kishin marre pjese ne nje program shkollor parandalues interaktiv per nje apo 4 vjete, vetem pothuaj gjysma e tyre kishte gjasa te perfshihej ne substanca abusive, sjellje violente apo aktivitet seksual, krahasuar me ata nxenes te cilet nuk kishin marre pjese ne kete program. Studimi i mbeshtetur nga NIDA Insitituti Kombetar i Abuzimit te Drogës, nje komponent i Insitituti Kombetar te Shendetit, ka dale ne Gusht 2009 ne Gazeten Amerikane te Shendetit Publik. Nderkohe gjendet edhe versioni online.

"Ky studim ofron te dhena bindese qe nderhyrja me te rinjte eshte nje qasje premtuese per parandalimin e perdorimit te drogës dhe sjelljeve te tjera problematike," eshte shprehur Drejtoresha e NIDA Dr. Nora Volkow. "Fakti qe nje nderhyrje e nisur ne klasen e pare sjell nje efekt kaq te konsiderueshem ne sjelljen e femijes ne klasen e 5-te e fuqizon ceshtjen per fillimin e programeve parandaluese ne shkollat fillore, perpara se shumica e femijeve te kene

filluar te perfshihen ne sjellje problematike."

Studimi u krye ne 20 shkolla fillore publike ne Havai. Shkollat pjesemarrrese kishin rezultatet e testit poshte mesatares standarte dhe nxenes nga popullsia te ndryshme, dhe ku gati 55% e te cileve merrnin dreke falas ose me çmime te reduktuara.

Nderhyrja e testuar ishte nje Aksion Pozitiv (PA), nje program zhvillimi social-emocional gjithperfishires K-12 per te permiresuar sjelljet dhe arrijtet akademike. Shkollat ishin percaktuar ne menyre te rastesishme nga palet per te implementuar apo jo PA. Programi konsistoi ne leksione interaktive 15-20 minuta çdo dite, duke u fokusuar ne tema te tilla si pergjegjeshmeria per vet-menaxhimin, shoqerizimi me te tjeret dhe vet-permiresimi. Ne shkollat ku u implementua nderhyrja, keto leksione zune rreth nje ore ne jave duke filluar ne klasat e para ose te dyta.

Ne klasen e 5-te, 976 nxenes (pjesa me e madhe e grupmoshes 10 apo 11 vjeç) u pergjigjen pyetesorit me shkrim, i cili permbante pyetje rreth perdorimit nga ana e tyre te substancave, perfshire duhanin, alkoolin, dhe drogat ilegale; perfshirjen ne sjelljet e dhunshme, te tilla si mbajtja me vete e nje thike apo te kercenuarit e dikujt tjetër; dhe aktivitetet seksuale. Numri i pergjithshem i nxenesve qe raportuan se ishin perfshire ne nje nga keto sjellje, ishte i vogel. Gjithsesi, nder nxenesit qe moren pjese ne programin PA, gati gjysma e tyre kishin gjasa te

raportonin perfshirje te tyre ne ndonje nga keto sjellje, krahasuar kjo me nxenesit te cilet nuk u perfshine ne programin. Ndermjet nxenesve te perfshire ne PA, te cilet moren leksione per tre apo me shume vite raportojne nivele me te ulta te eksperiencave me ndonje nga keto sjellje problematike.

"Ky studim tregon se nje program social dhe me karakter zhvillimi gjithperfshires, i shtrire neper shkolla, mund te kete nje impakt thelbesor ne reduktimin e sjelljeve problematike, te rendese se shendetit publik ne moshat e femijeve te shkolles fillore" eshte shprehur Dr. Brian Flay, investiguesi kryesor i studimit, nga Universiteti i Oregonit.

Nuk jane vetem njerezit me fame te cilet vdesin nga mbidozat e ilaceve te pershkruara nga mjeku.

Çfare kane te perbashket Anna Nicole Smith, Heath Ledger dhe Michael Jackson? Pervecse kane lene emer ne Hollywood, secili prej tyre ka vdekur para kohe, si pasoje e mbi-perdorimit te ilaceve.

Ne Shtetet e Bashkuara, keqperdorimi i farmaceutikeve 'ka arritur ne nje shkalle alarmante, duke prekur jetet jo vetem te njerezve famoze, por edhe te nje numri te madh njerezish jo te njohur, perfshire edhe adoleshente,- sipas nje reviste shkencore.

www.livescience.com.

Nje studim i fundit i sherbimeve shteterore shendetesore dhe humane ne Shtetet e Bashkuara, gjeti se abuzimi me keto ilace qe jepen me receta, eshte gati dyfishuar nga viti 2000 ne 2007. Raporti zbuloi se vendi ishte ne 'kercenimin e nje epidemie ne rritje e abuzimit me drogat/ilacet e lejuara e me recete, perfshire ketu opioidet si OxyContin dhe Vicodin, depresantet si Valiumi dhe Xanax, dhe stimulantet si Ritalin dhe Adderall'.

Jane fakte te frikshme ne te vertete. Ne Australi historia nuk eshte shume roze. Sipas Melbourne's Herald Sun, 'GPs jane duke dhene nje rekord prej 10 milion receta ne vit per pacientet me dhimbje kronike, ADHD, me depresion dhe ankth'.

Dhe ata qe jane me te rrezikuar nga keqperdorimi i farmaceutikeve jane Australianet e grupmoshave 20 deri ne 29 vjec, sipas nje gazete ditore te Sidneit, "Sydney's *The Daily Telegraph*".

'Nje vezhgim i Strategjise Kombetare te Ilaçeve i vitit, gjeti se 600,000 Australiane kishin perdorur qetesues per perdorim ko-mjekesor, ne gjashte muajt e pare".

Siç, Dr Alex Wodak, i Spitalit St Vincent's ne Sidney, u shpreh ne gazete: 'Ne jemi te shqetesuar, pasi ne rast se perdorimi vazhdon te rritet, do te fillojme te shohim te njejtat probleme qe paten Shtetet e Bashkuara, me vdekjet si pasoje e overdozave te ketyre lloj ilaceve, duke mos perfshire ketu

vdekjet nga overdoza e heroines ne vitin 2000.'

Ndikimi midis ngrënies se tepruar, abuzimit te alkolit dhe depresionit tek femrat e reja ne moshe

Sipas nje vezhgimi te raportuar nga Sherbimi i lajmeve mbi sjelljet e shendetshme, perdorimi i tepruar i alkolit mund te shpjegje ne depresion, si dhe ne mbikonsumimin e ushqimeve tek femrat e reja ne moshe.

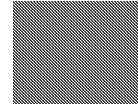
"Kushdo qe eshte prekur nga depresioni, obeziteti apo alkolizmi e di se ne vetevete keto crregullime mund te jene shkaterruese. Ne rastet kur ato kombinohen me njera - tjetren, keto crregullime behen me te kushtueshme, me te veshtira per t'u trajtuar, dhe me dempruese." - shprehet doktoresha Carolyn McCarty autore dhe drejtuese e studimit, si dhe profesoreshe e asociuar ne fushen e kerkimit ne universitetin e Washingtonit dhe Institutit te kerkimeve te femijeve te Siatellit.

Ne studimin e botuar ne Revisten e Spitalit te Pergjithshem te Psikiatrise te nr shtator/tetor kerkuesit vezhguan tek 393 burra dhe 383 femra te moshave midis 24, 27 dhe 30 vjec, peshen, perdorimin e alkolit, si dhe simptomat depressive pergjate nje viti.

“Pergjate viteve mund te vihet re se perdorimi i alkolit dhe obezitetit cojne ne depresion. Pamja e pergjithshme eshte kjo; keto crregullime edhe pse diferencojne nga njera –tjetra si ne shfaqjen e tyre ashtu edhe ne simptomat, duket se kane lidhje midis tyre per disa grupe femrash.” – shprehet McCarty

Kërkuesit zbuluan se gra te moshave 24 vjecare te cilat kishin crregullime si rrjedhoje e abuzimit me alkolin kishin 3 fishin e predispozitetit per te qene obese kur te arrinin moshen 27 vjecare se sa grate te cilat nuk abuzonin.

Per rrjedhoje grate obese te moshes 27 vjecare kishin te ngjarë qe te ishin 2 fishin te depresuar ne moshen 30 vjecare, si dhe grate e depresuara te moshes 27 vjecare kishin nje rrezikshmeri të lartë qe te kishin crregullime të abuzimit me alkolin në moshen 30 vjecare.



**Përgatiti Aksion Plus,
shtator 2009**