

Κάνναβη, χασίς, μαριχουάνα: Η άλλη όψη της οικονομικής κρίσης και η ψυχική υγεία



Γράφει η Δρ Αλεξάνδρα Παναγιώτου, PhD, Psychol *

Παρόλο που οι περισσότεροι νέοι πιστεύουν ότι το χασίς δεν είναι επικίνδυνο για την υγεία, όλο και περισσότερες επιστημονικές έρευνες μας δείχνουν ότι η χρήση κάνναβης έχει αρνητική επιρροή όχι μόνο στη σωματική υγεία αλλά και στην ψυχική

Τους τελευταίους μήνες διαβάσω και βλέπω όλο και πιο συχνά ότι έχουν αυξηθεί οι ψυχικές διαταραχές όπως η κατάθλιψη, το άγχος, και οι κρίσεις πανικού εξαιτίας της οικονομικής κρίσης. Σίγουρα υπάρχουν ένα ποσοστό ατόμων που έχουν επηρεαστεί από την οικονομική κρίση και τις επιδράσεις που έχει αρχίσει να έχει στην καθημερινή τους διαβίωση και παιδιά ζωικά, αλλά επίσης υπάρχει και ένα ποσοστό ατόμων (και νομίζω ότι όσο περνάει ο καιρός τόσο πιο μεγάλη αύξηση θα έχει το φαινόμενο αυτό) και ειδικά νέων ή και εφήβων, οι οποίοι στρέφονται προς τη χρήση ναρκωτικών ουσιών που έχουν πιστέψει ότι θα τους κάνει να "εξασθενούν", να "πρεμούσουν" ή να "εξοργιστούν". Ένα τέτοιο είδος ναρκωτικού είναι και η λεγόμενη μινιέη κάνναβη ή στην κοινή γλώσσα το ονομαζόμενο "χασίς" ή μαριχουάνα. Παρόλο που οι περισσότεροι νέοι πιστεύουν ότι το χασίς δεν είναι επικίνδυνο για την υγεία, όλο και περισσότερες επιστημονικές έρευνες μας δείχνουν ότι η χρήση κάν-

ναβης έχει αρνητική επιρροή όχι μόνο στη σωματική υγεία αλλά και στην ψυχική, αφού συσχετίζεται σημαντικά με τις κρίσεις πανικού, την κατάθλιψη, την αποπροσωποποίηση και ακόμη και με πιο σοβαρές ψυχικές διαταραχές όπως την ψύχωση. Συγκεκριμένα, επιδημιολογικές μελέτες μας δείχνουν ότι όσο μεγαλύτερη είναι η χρήση κάνναβης τόσο μεγαλύτερο είναι το ρίσκο να εμφανιστεί άγχος και ένα υγιές άτομο ψύχωση (σοβαρή ψυχική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από απώλεια επαφής με την πραγματικότητα, ψευδαισθήσεις και παραληρηματικές ιδέες). Θα πρέπει βέβαια να τονίσουμε ότι σε αρκετές περιπτώσεις η χρήση κάνναβης δεν φαίνεται να προκαλεί από μόνη της ψυχικά συμπτώματα, αλλά όταν συνυπάρχουν μαζί η γενετική ευαλωτότητα (π.χ. ο γονότυπος COMT val158met) και άλλοι περιβαλλοντολογικοί παράγοντες (π.χ. τραύμα κατά την παιδική ηλικία, το να μεγαλώνει κανείς μέσα σε ένα αστικό περιβάλλον) τότε οι πιθανότητες αυξάνονται σημαντικά. Επίσης, όσο νεώτερο γίνεται η χρήση κάνναβης και όσο πιο σοβαρή είναι τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες για δο-

μικές αλλαγές στον εγκέφαλο, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε διαταραχές συμπεριφοράς και άγχους. Παρόλο που δεν είναι ακόμη απόλυτα κατανοητός ο ακριβής βιολογικός μηχανισμός σύμφωνα με τον οποίο η κάνναβη αυξάνει την πιθανότητα για ψυχικά επεισόδια, φαίνεται ότι η ουσία THC (το κύριο ψυχοδραστικό συστατικό της κάνναβης) αυξάνει τα επίπεδα της ντοπαμίνης (ψυχική χημική ουσία στον εγκέφαλο-νευροδιαβιβαστής) σε διάφορες περιοχές του εγκεφάλου. Η αύξηση της ντοπαμίνης συσχετίζεται με την εμφάνιση των ψυχικών συμπτωμάτων, αφού φαίνεται ότι η κάνναβη προκαλεί απορύθμιση της ντοπαμίνης στον εγκέφαλο γεγονός που οδηγεί στην εμφάνιση ψευδαισθήσεων και παραληρηματικών ιδεών. Τόσο η χρήση όσο και η εξάρτηση από την κάνναβη έχουν συσχετιστεί με την αύξηση του άγχους και των κρίσεων πανικού. Ο πανικός χαρακτηρίζεται από κρίσεις έντονου άγχους, φόβου ή τρόμου, που εκφράζονται κυρίως με σωματικά συμπτώματα όπως αίσθημα παλμών, εφίδρωση, έντονος τρόμος, αίσθημα πνιγμονής, πόνος ή δυσφορία στο



Η χρήση και η εξάρτηση από την κάνναβη έχουν συσχετιστεί με την αύξηση του άγχους και των κρίσεων πανικού.

στήθος, ναυτία, αίσθημα ζάλης ή αστάθειας, αποπροσωποποίηση (αίσθημα μη πραγματικότητας από τον εαυτό), φόβος ότι το άτομο τρελαίνεται και ότι πεθαίνει, παρορμητικές (μούδιαμας), γέγος ή ξερνική αίσθηση ζέσης. Επίσης ο συνδυασμός του καπνίσματος με τη χρήση και εξάρτηση από την κάνναβη σχετίζονται με την αύξηση των κρίσεων πανικού. Παρόλο που δεν είναι ακόμη κατανοητό το πώς το κάπνισμα μπορεί να οδηγήσει σε κρίσεις πανικού, η επικρατέστερη άποψη μέχρι τώρα υποστηρίζει ότι το κάπνισμα επηρεάζει αλλαγές στην αναπνευστική λειτουργία, όπως και η χρήση κάνναβης, πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε κρίσεις πανικού. Τόσο η νικοτίνη όσο και η οπιοΐνη από αυτήν σε περιόδους διακοπής συσχετίζεται με την εμφάνιση αυτών των κρίσεων πανικού. Αξιοσημείωτο είναι ότι πολλές φορές η κατάθλιψη, το άγχος και τα ψυχικά συμπτώματα μπορεί να οδηγήσουν το άτομο στη χρήση χασίς έτσι ώστε να ανακουφιστεί από τις επίμονες αυτές ψυχικές καταστάσεις. Προσποθούν δηλαδή μερικά άτομα που υποφέρουν από συμπτώματα κατάθλιψης, άγχους, πανικού και ψύχωσης να βρουν ανακούφιση σε ουσίες όπως η κάνναβη και το αλκοόλ. Αυτή η προσέγγιση της "προσωπικής φαρμακευτικής αγωγής" έχει ως αποτέλεσμα να μην αντιμετωπίζονται οι ψυχικές διαταραχές παρά μόνο όταν η εξάρτηση του ατόμου από την κάνναβη ή το αλκοόλ τον οδηγεί αναγκαστικά στο να ζητήσει επαγγελματική βοήθεια για να απεξαρτηθεί από τις ουσίες.

Το κοινωνικό αυτό φαινόμενο, της αυξανόμενης χρήσης κάνναβης που πολλοί πιστεύουν ότι είναι μια οθόνη ουσία, είναι αυτό που θα πρέπει να προβληματίσει όχι μόνο τους γονείς, δασκάλους, και τους επαγγελματίες υγείας αλλά και την πολιτεία και το μέσο μαζικής ενημέρωσης, το οποίο μας βομβαρδίζουν καθημερινά και ανελέητα με το θέμα της οικονομικής κρίσης. Αναρωτιέμαι εάν υπάρχει μέσα στους ακρογωνιαίους λίθους της ελληνικής κοινωνίας η παραμικρή ευαισθησία να υπάρξει μια κίνηση ενημέρωσης και πρόληψης των νέων ανθρώπων για τα ευαίσθητα κοινωνικά θέματα που απασχολούν και θα απασχολήσουν την κοινωνία μας, όπως είναι η χρήση των μη ορθών ναρκωτικών ουσιών όπως η κάνναβη, εξαιτίας της οικονομικής κρίσης, της κοινωνικής και διαπροσωπικής υποβάθμισης αλλά και της συσχέτισης που έχει αυτή η χρήση ως προς τη σωματική και ψυχική τους υγεία. Ίσως μια απάντηση σε αυτήν την ερώτηση να είναι τα σοφά λόγια του ποιητή Κ. Καβάφη:

-Γιατί 'ν αρχίσει μονομάς αυτή η ανθρωπιά κ' η σύγκρις. (Τα πρόσωπα η σοβαρά που εγίναν).
Γιατί αδειάζουν γρήγορα οι δρόμοι κ' οι πλατέες,
κι όλοι γυρνούν στα σπίθα τους παύλ συλλογομένοι.
Γιατί ενύκτωσε κ' οι βάρβαροι δεν ήλθαν. Και μερικοί έφθασαν απ' τα σύνορα, και είπανε πως βάρβαροι πιο δεν υπάρχουν.
Και τώρα η θα γένομε χωρίς βάρβαρους. Οι άνθρωποι αυτοί ήσαν μια κάποια λύσις.

(Περμεινόντος τους Βαρβάρους από τα Ποίηματα 1897-1933)

* κλινική ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια διδάκτωρ πανεπιστημίου του Λονδίνου, King's College London