

## Øvelse 13: Fakta og myter om stofmisbrug

### Instruktion til øvelsen

Dette ark skal ikke udleveres til kursisterne. Inddel gulvet i to felter; Et der betegner 'myte' og et andet, der betegner 'fakta'. Læs udsagnene op og bed derefter deltagerne stille sig i det felt, som markerer deres svar på udsagnet. Efter hvert udsagn gennemgås svaret i plenum før næste spørgsmål stilles.

### Udsagn

#### **1. Nogle mennesker er født med en særlig sårbarhed over for at udvikle et misbrug: Fakta**

Nyere forskning peger på, at nogle mennesker er født mere sårbare over for misbrug. Både genetisk og FAS/FAE (Fetal Alcohol Syndrome/ Fetal Alcohol Effect).

#### **2. Stoffer fra planter er mindre skadelige end syntetisk fremstillet stoffer: Myte**

Der er ingen sammenhæng mellem om stoffet er syntetisk eller naturligt i forhold til skadesvirkning fra stoffet.

#### **3. Ved vedvarende brug er det generelt sådan, at man skal have mere af et stof for at opnå samme effekt som tidligere: Fakta**

Et af de centrale problemer ved misbrug er, at man udvikler en tolerance over for stoffet, hvilket betyder, at man med tiden behøver en større mængde af stoffet for at opnå sammen virkning. Den øgede mængde af stofferne forøger derfor også de negative effekter af stofferne. Det vil altså sige, at man ved at bevare de positive effekter af stoffet også øger de negative effekter.

#### **4. Ved at indtage centralstimulerende stoffer samtidig med at man indtager centralhæmmende stoffer kan man forlænge sin rus: Fakta**

I denne sammenhæng kan vi tale om det såkaldte poly-forbrug. Det er meget farligt af flere grunde. For det første er det meget svært at behandle ved forgiftning, da man har sværere ved at give modgift. Derudover er risikoen for forgiftning højere, fordi man sætter naturlige stopmekanismer ud af spil. Hvis man eksempelvis både drikker alkohol og har taget kokain, så vil man typisk blive ved med at kunne drikke uden at alkoholens sløvende effekt rammer en. Det farlige er, at kokainen er meget hurtigt ude af kroppen, hvilket kan betyde, at man så kan rammes meget pludseligt af effekten fra den høje promille, man har opnået ved hjælp af alkoholen.

#### **5. Hash er helt uskadeligt: Myte.**

Nyere studier peger på de negative konsekvenser af hash misbrug. Eksempelvis: Lavere IQ blandt dem der har røget meget som unge, lavere kognitiv funktionsevne og større risiko for at udvikle skizofreni tidligere.

#### **6. Hash har den samme styrke i dag som det var i 1970'erne? Myte**

Koncentrationen af THC er steget voldsomt igennem forædling af planterne, og forskellige behandlingsprocesser. Det er således et meget kraftigere produkt i dag end for 30-40 år siden. Der er således mange flere forskellige typer stærk hash.

### **7. Det er lovligt at bære 1.5 g hash på sig til eget forbrug: Myte**

Det er ikke længere lovligt at bære hash på sig i Danmark. Det er dog ikke ulovligt at være påvirket af det.

### **8. Mange misbruger for at hjælpe sig selv: Fakta**

Mange misbrugere oplever en positiv effekt af deres misbrug, altså en rus som kan lette på f.eks. følelsesmæssig smerte. Der er således, på kortsigt, en positiv effekt af misbruget. På langt sigt er dette dog en dårlig strategi, da misbruget skaber nye problemer, som man således har brug for at håndterer evt. ved yderligere misbrug.

### **9. Hvis man kan lade være med at indtage sit stof et par dage har man ikke et misbrug: Myte**

Afhængighed og misbrug er ikke det samme. Et misbrug er, når forbruget er medvirkende til forskellige fysiske, psykiske og sociale problemer

### **10. Langt de fleste, der har et misbrug, er ambivalente i forhold til deres misbrug: Fakta.**

Misbrugeren oplever som oftest både positive og negative konsekvenser ved deres misbrug. Det kan være svært for personen at acceptere, at nogle negative konsekvenser udspringer af egne handlinger, som personen typisk gør for at løse andre problemer.

### **11. Det vigtigste element for at hjælpe folk, der har et misbrugs problem, er at man tvinger dem til behandling: Myte**

Det vigtigste element i forhold til behandling er vedkommendes egen motivation. Hvis ikke der er en parathed og et stærkt ønske om forandring, er udsigterne for at gennemføre behandlingen meget ringe.