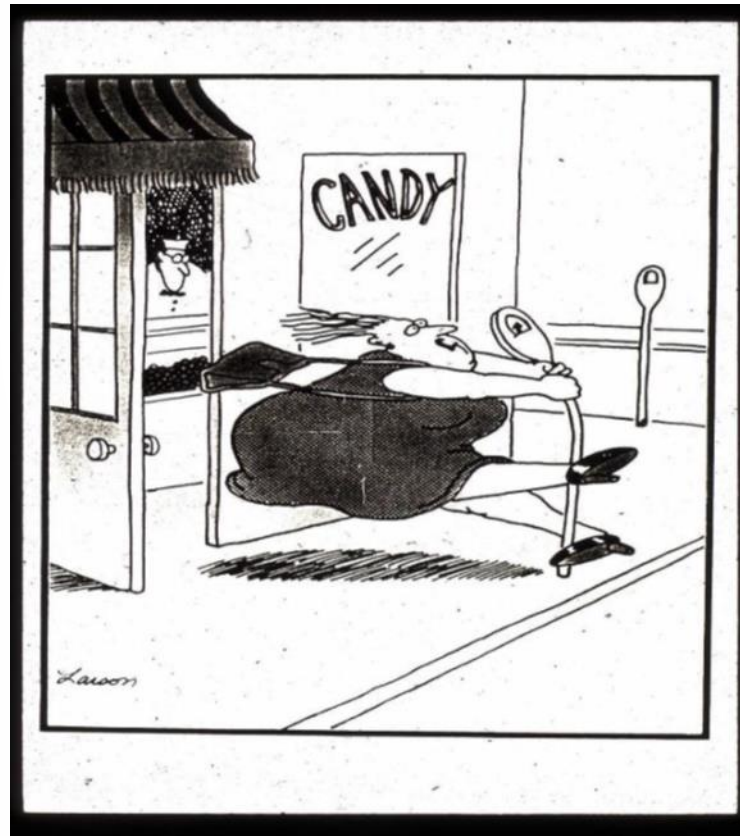


HVORDAN FORSTÅ AVHENGIGHET?

Trond Willmann
Psykologspesialist
ÅBS

Avhengighet:

«å ikke klare seg uten»



Bruk/misbruk/avhengighet



Diagnosen avhengighet

- ICD-10:
 - Sterk lyst eller følelse av tvang til å innta stoffet
 - Problemer med å kontrollere inntaket, med hensyn til innledning, avslutning og mengde
 - Fysiske abstinenser når man slutter å bruke stoffet eller reduserer forbruket
 - Toleranseutvikling
 - Likegyldighet overfor andre gleder eller interesser
 - Fortsetter å bruke stoffet til tross for åpenbare negative konsekvenser

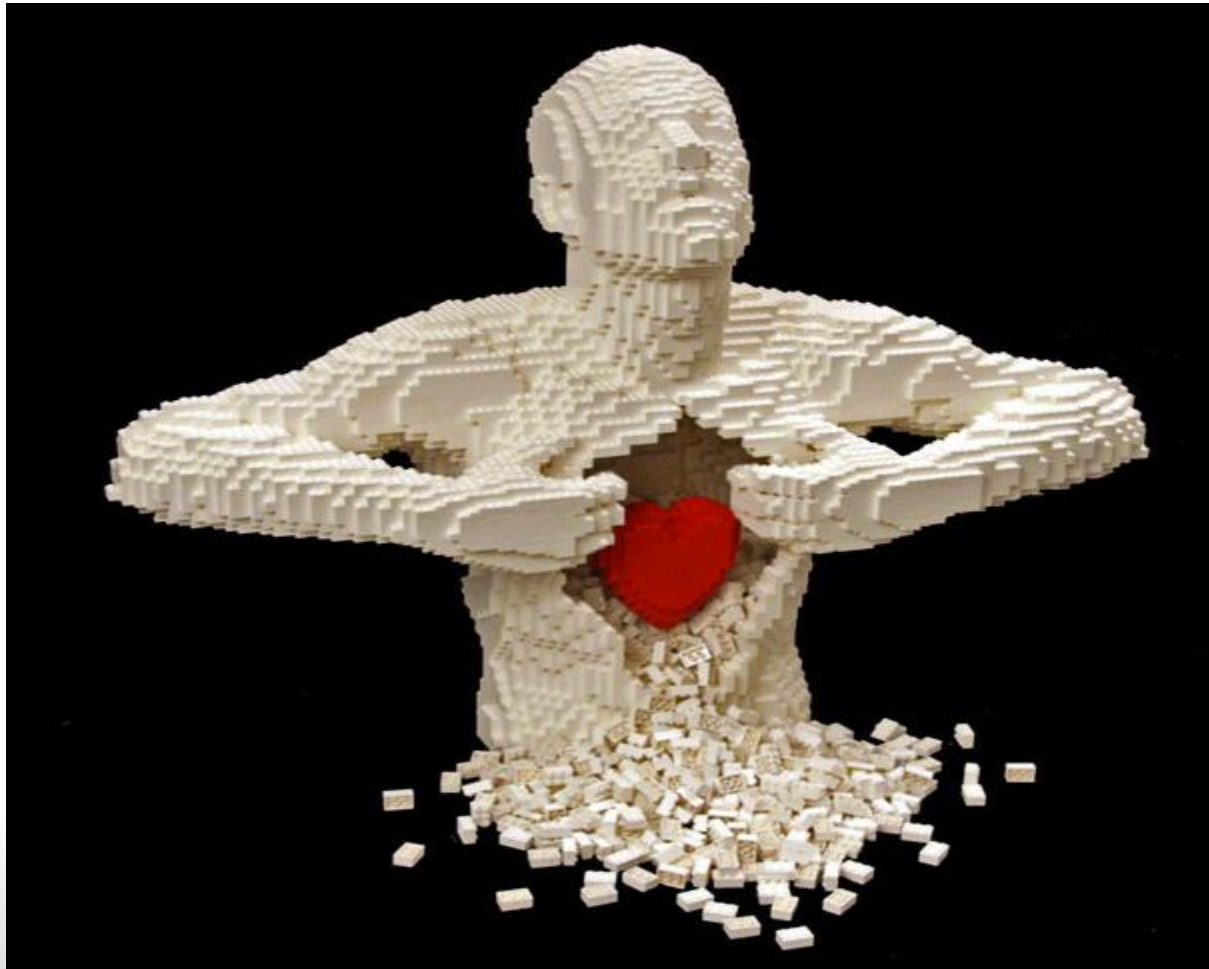
Sentrale spørsmål

- Er avhengighet en sykdom eller er det snakk om valg?
- Forårsaket av biologiske, psykologiske eller sosiale faktorer?
- Skyldes det egenskaper ved stoffene?
- Handler det om den rusavhengiges personlighet?
- En destruktiv mestringsstrategi for å takle emosjonelle konflikter?

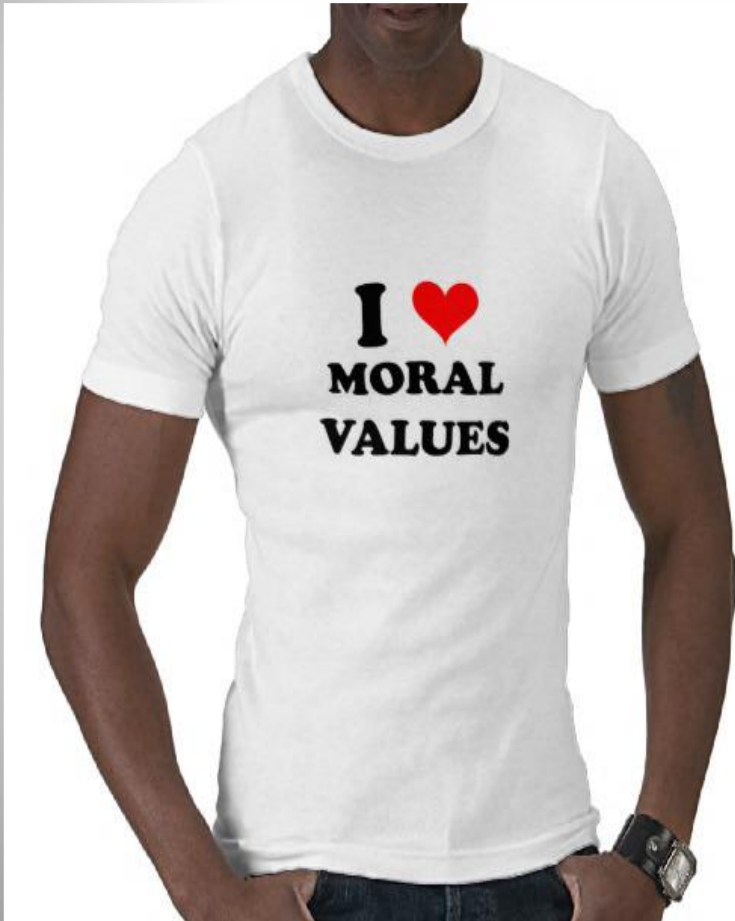
Spørsmålene er mange!!

Spør forskere: Svar som spriker i alle retninger!!!!

Ulik forståelse av avhengighet



Det moralske syn



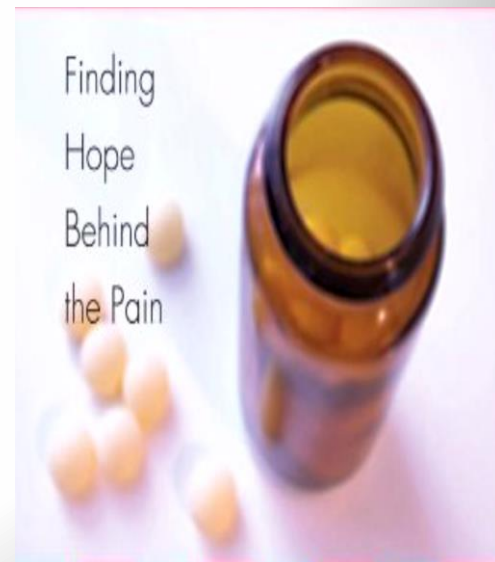
- Rusavhengige = umoralske og kriminelle
- Det er galt!!!
- Rusbruk kan kontrolleres!!
- Behandling:
Sanksjoner og straff

Sykdomsmodellen

- Avhengighet som hjernesykdom → genetisk predisposisjon + miljømessige faktorer
- Eksponert for rusmidler → blir raskt avhengig
- Irreversibel/ kronisk tilstand
- Den avhengige er offer for krefter han/ hun ikke kan styre
- Fører til mangel på bevisst kontroll
- Holdes i sjakk/ «sovende» gjennom totalavhold
- Mål for behandling = totalavhold

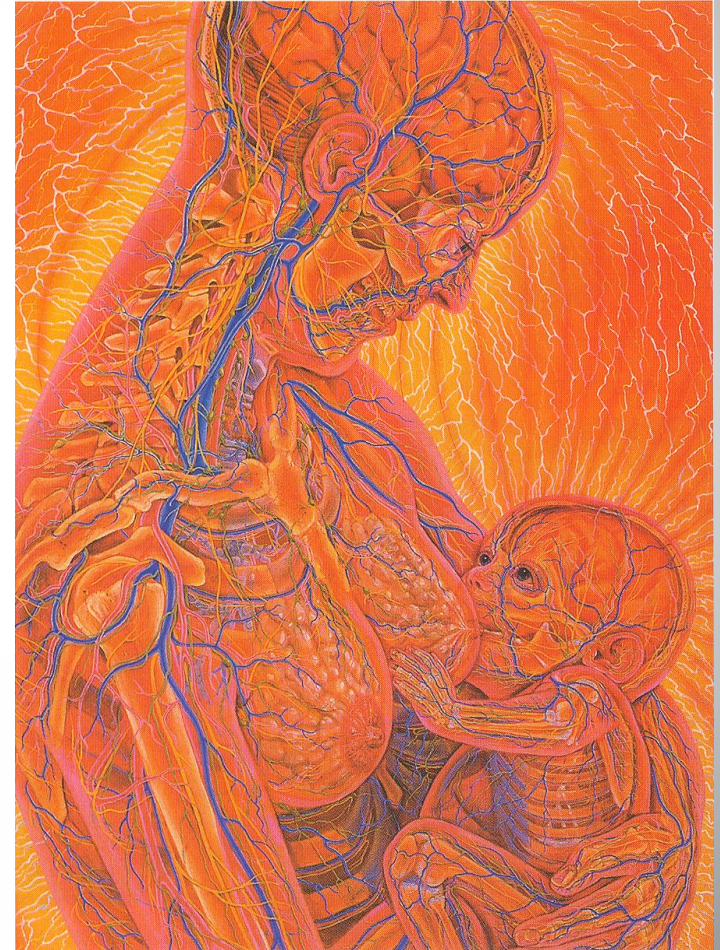
Selvmedisineringsmodellen

- Fokus på underliggende psykisk lidelse:
eks. *kokain demper angst*
- *Rusmidler er avhengighetsskapende pga. deres evne til å lette/ fjerne/ endre psykologisk lidelse*
- *Valg: På grunnlag av hva det enkelte rusmiddel gjør for akkurat deg (ikke universelt)*
- Behandling:
 - *Fokus på bakenforliggende årsaker*



Tilknytningsmodellen

- Tidlig skjevutvikling gir sårbarhet
- Manglende grad av emosjonsregulering, selvfølelse og evne til å regulere relasjoner



Atferdsmodellen

- Avhengighet er lært atferd
- Rusmidler er en svært kraftig forsterker av atferd
- Belønning nært i tid enn kraftigere negative konsekvenser senere

(redusere angsten min her-og nå vs. stå i terapi de neste 3 mnd → «quick fix»)



Systemteori

- Bidrar til å øke vår forståelse av individet som en del av en større sosial sammenheng
- Individet i en større eller mindre kontekst
- Det sosiale system eller familiesystemet fungerer ikke

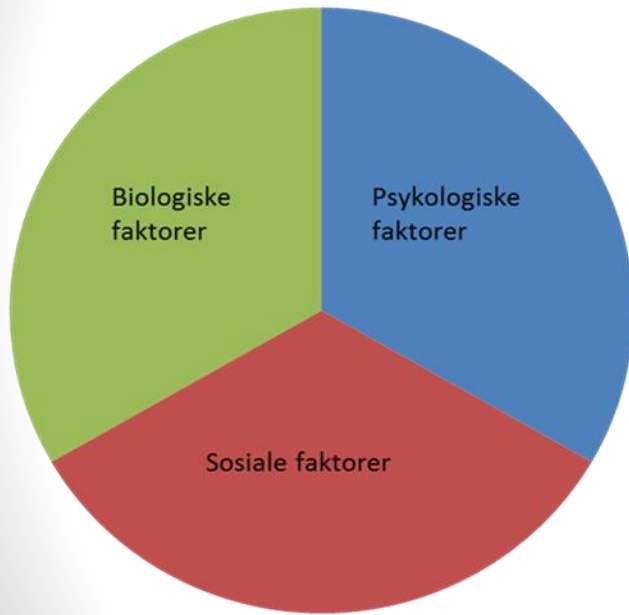
Subgruppemodell

- Det er normalt å ruse seg

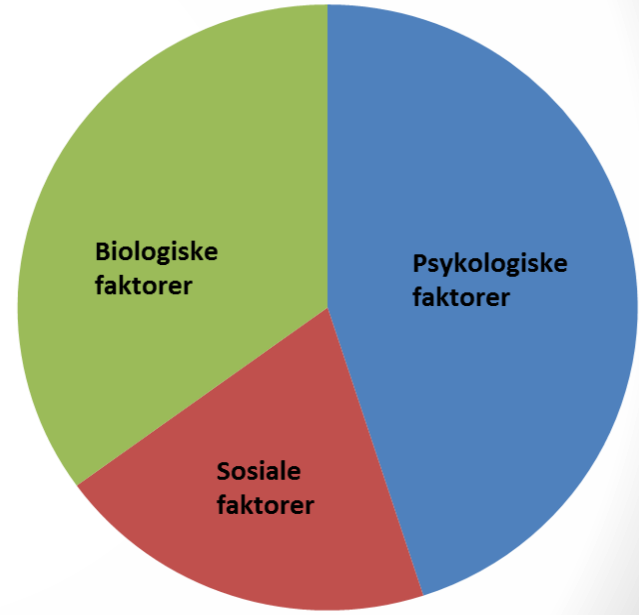


Bio-psyko-sosial modell

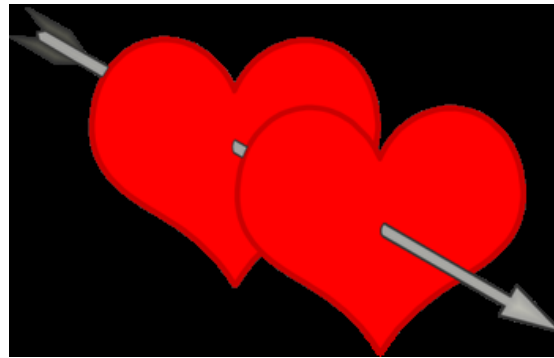
- MIX av biologiske, psykologiske og sosiale faktorer
- Komplekse sammenhenger som krever individuelt fokus
- Kan ikke tillate at «SPRIKET» i forskerverdenen får styre den kliniske virkelighet.
- Utredning + Behandling:
 - Individuelt tilpasset
 - Sammensatt
 - Skreddersys for den enkelte
 - Understreker viktigheten av tverrfaglig spesialisert behandling av rusmiddelproblemer (TSB)



Person A

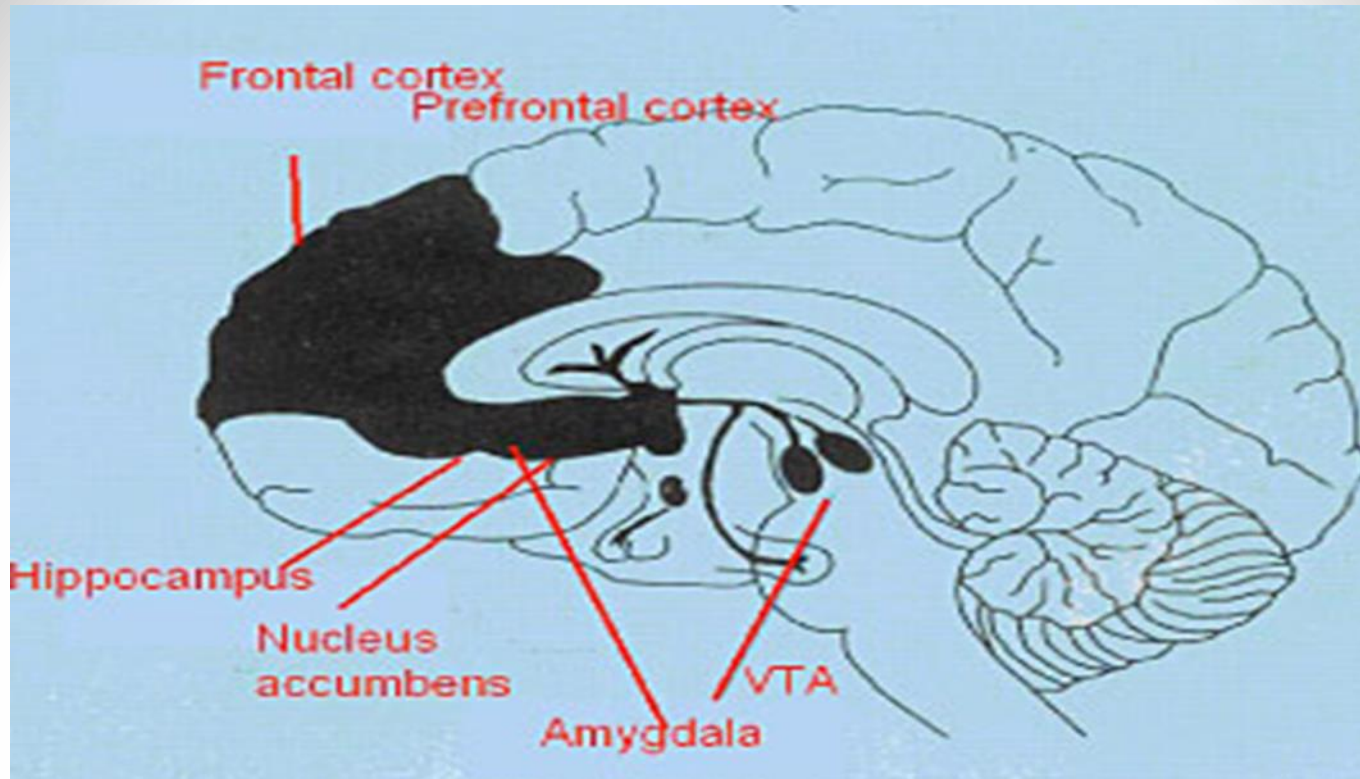


Person B

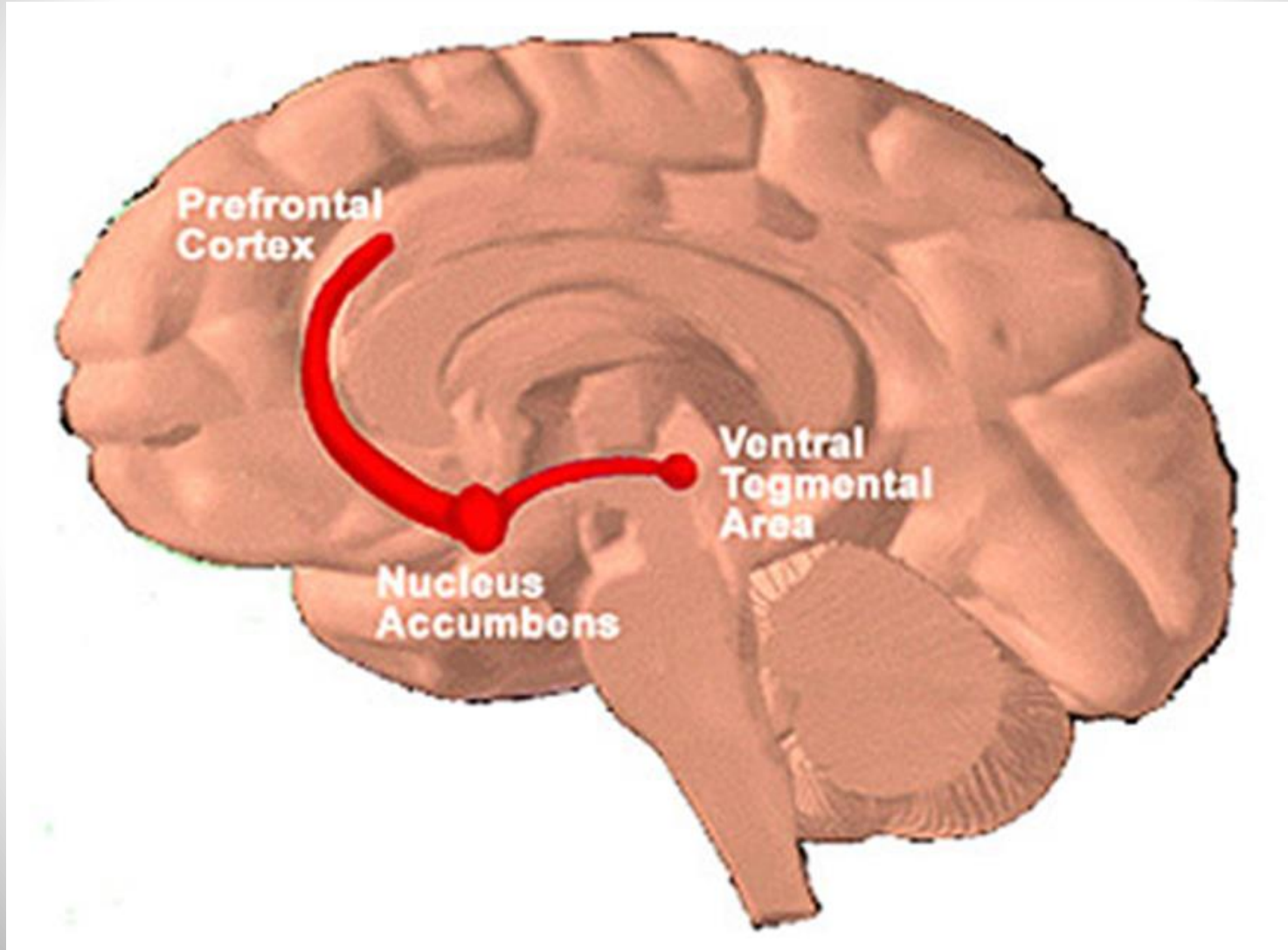


BELØNNING og ARTENS OVERLEVELSE

Det mesolimbiske system:



- Ansvar for primære funksjoner som bl.a. emosjoner, aggressivitet, hukommelse og belønning
- VTA og NA (dopamin) ikke det eneste, men det viktigste belønningssystemet i hjernen.
- Gjentatt, jevnlig bruk (ruseksponering) → langvarige neuroplastiske endringer i hjerneområder som affiseres av rusmidlene (endret proteinsyntese, reseptorfungering, synapsetetthet etc.)

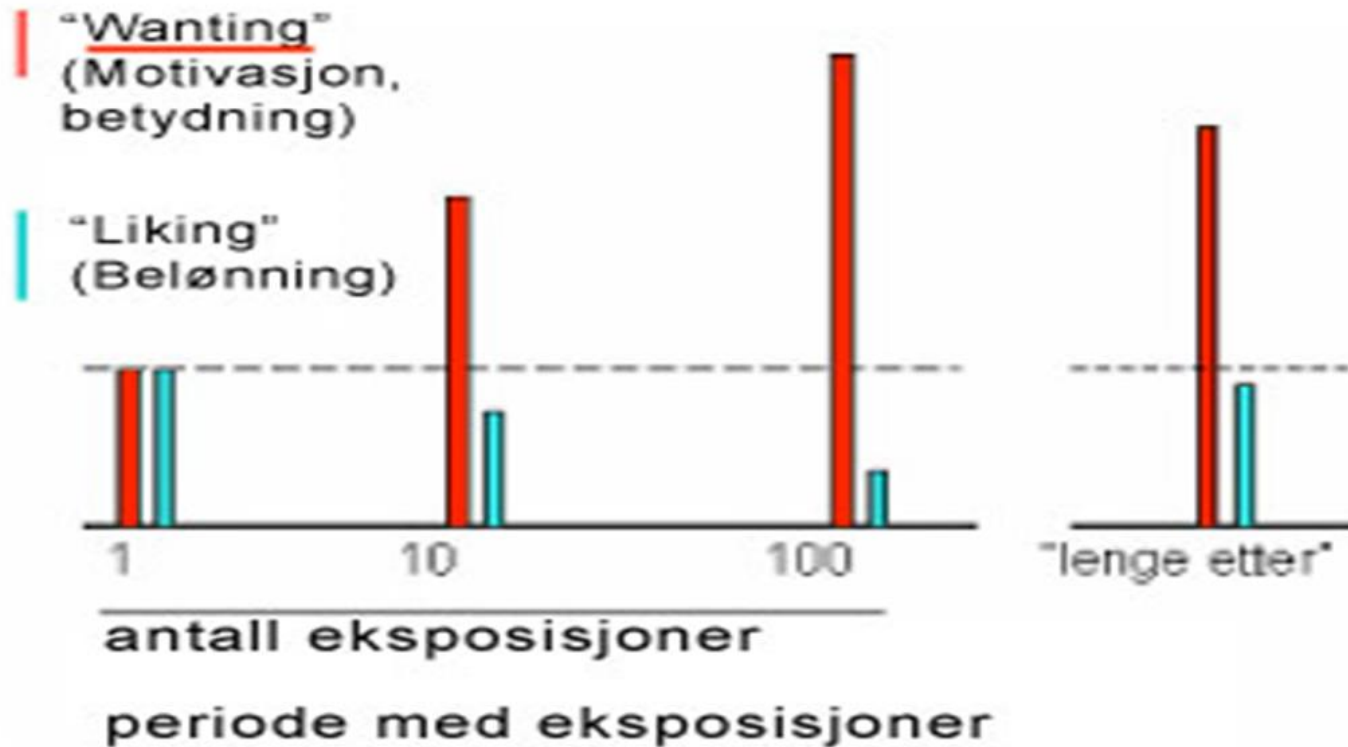


En avhengig hjerne



- **Toleranseutv.**
- **Abstinens**
- **Fysisk sug**
- **Psykisk sug**

Insentiv- sensitiseringssteorien (Robinson & Berridge):



- «Liking»: **Toleranseutvikling**, «rusopplevelsen» blir redusert ved gjentatt bruk
- «Wanting»: Parallelt foregår det også en motsatt prosess av toleranse → **Sensitisering** → *jo oftere bruken pågår jo sterkere blir motivasjonen for å fortsette. Oppregulert respons på VIKTIGHET/BETYDNING (drug wanting)*

- Toleranse svekkes fort (obs. overdosefare), sensitisering svekkes veldig sakte.
- OBS! Tilbakefallsrisiko!!!
- Craving → sug kan inntreffe lenge etter at man er blitt rusfri → liten rusdose, cues, stress → andre deler av det mesolimbiske system involvert
- Men også være obs på at rusbruk over tid fører til senket stemningsleie og nedsatt opplevelse av belønning knyttet til naturlige stimuli grunnet nevroplastiske endringer! Biff m. Bernaise?

- ***Tilbakefall, sprekk, eller omvei?***

Mange har behov for flere runder i behandlingsapparatet. Dette betyr ikke at man rykker tilbake til start, dersom det ikke skulle lykkes etter første forsøk → *tilfriskning som (neuro)biologiske, psykologiske og sosiale endringsprosesser.*

Takk for oppmerksomheten!