

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

Τόμος 39 - Τεύχος 4 - Οκτώβριος - Δεκέμβριος 2000



NOSILEFTIKI

QUARTERLY PUBLICATION OF THE
HELLENIC NATIONAL GRADUATE NURSES ASSOCIATION

Vol 39 - No 4 - October - December 2000



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Οδηγίες για τους συγγραφείς	305
2. Άρθρο Σύνταξης	311
A. Παπαδαντωνάκη	
ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ	
1. Επίδραση Δημογραφικών και Επαγγελματικών Χαρακτηριστικών των Νοσηλευτών στην εμφάνιση της επαγγελματικής εξουθένωσης	313
E. Αδαλή, M. Πριάμη, Χρ. Πλατί	
2. Νοσηλευτές και Γιατροί : Συνεργάτες? Απόψεις Παιδιάτρων και Γυναικολόγων	325
A. Δελσιδου, Χρ. Νάνου, A. Μαλλίδου, Θ. Κατοστάρας	
3. Η Σχέση του Νοσηλευτή και των Νέων Ατόμων με χρόνια Νεφρική Ανεπάρκεια (X.N.A)	332
K. Τσιλίδης, Φ. Τολίκα, Χρ. Λεμονίδου	
4. Γνώσεις Σπουδαστών ΤΕΙ Αθήνας όσον αφορά στο Σύνδρομο Επίκτητης Ανοσολογικής Ανεπάρκειας (AIDS)	345
Δ. Σαπουντζή-Κρέπια, A. Δημητριάδου, Δ. Μάρας, Z. Ρούπα-Δαριβάκη, E. Ζαντέ, Θ. Θεοδουλίδου, N. Ράπη	
ΕΠΙΚΑΙΡΟ ΘΕΜΑ	
1. Ανάπτυξη και Ανάρτηση Επιστημονικού Περιοδικού στο Διαδίκτυο	354
I. Καλοφουσούδης, M. Τσιριντάνη, Σπ. Μπινιώρης	
ΕΘΝΟΓΡΑΦΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ	
1. Η Υγεία στην Παραδοσιακή Κοινωνία. Εθνογραφική Μελέτη στην Λυκόραχη	359
Χρ. Τσιού	
ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΕΙΣ	
1. Το χιούμορ ως θεραπευτικό Μέσο	364
Δ. Παπαδοπούλου	
2. Η ποιότητα της φροντίδας υγείας μέσα από τα μάτια των Ασθενών	375
Π. Λαζάρου	
3. Διαφύλαξη και Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής των Ασθενών με Επιληψία. Ο Ρόλος του Ειδικού Νοσηλευτή	380
Χρ. Χρυσοβιτσάνου	
4. Σύνδεση θεωρητικών Μοντέλων και Νοσηλευτικής Διάγνωσης. Εφαρμογή και Προοπτικές στην Κλινική και Ψυχιατρική Νοσηλευτική	386
A. Σταθαρού, A. Μπερκ	
5. Η Ιστορία της Σύγχρονης Ψυχιατρικής Νοσηλευτικής	394
B. Μούγια	
6. Νοσηλευτική Αντιμετώπιση Ασθενών με Παθολογικά Κατάγματα που οφείλονται σε Καούθεις Νεοπλασίες	399
Z. Ρούπα-Δαριβάκη, Δ. Σαπουντζή-Κρέπια	
7. Πρόληψη από Εξαρτησιογόνες Ουσίες - Ο Ρόλος της Νοσηλευτικής	407
I. Παπαθανασίου, E. Κοτρώτσιου	
8. Προεγχειρητική Προετοιμασία των Ασθενών - Ιστορική Εξέλιξη	413
E. Κοτρώτσιου, E. Θεοδοσοπούλου	
Αναλυτικές Οδηγίες για τους Συγγραφείς	420



CONTENTS

1. Instructions to Authors	305
2. Editorial	311
A. Papadantonaki	
RESEARCH PAPERS	
1. Sociodemographic and Occupational Factors Contributing to the development of Nursing Burn out	313
E. Adali, M. Priami, Chr. Plati	
2. Nurses and Doctors: Colleagues? Aspects of Obstetricians and Pediatricians	325
A. Deltsidou, Chr. Nanou, A. Mallidou, Th. Katostaras	
3. The Relationship between the Nurse and the Young Patients with End Stage Renal Disease (ESRD)	332
K. Tsilidis, F. Tolika, Chr. Lemonidou	
4. The TEI of Athens Students, Knowledge about AIDS	345
D. Sapountzi-Krepia, A. Dimitriadou, D. Maras, Z. Roupa-Darivaki, E. Zante, Th. Theodoulidou, N. Rapti	
ANNOTATION	
1. Designing and Development of a Nursing Scientific E- Journal of the WWW	354
I. Kalofisoudis, M. Tsirintani, Sp. Biniotis	
ETHNOGRAPHIC STUDY	
1. Health Care in the Traditional Society Ethnographic Study in Likoraxi	359
Chr. Tsiou	
REVIEWS	
1. Humor as Healing Means	364
D. Papadopoulou	
2. Quality of Care Through Patients' Eyes	375
P. Lazarou	
3. Preservation and Improvement of the Quality of life of Epileptic Patients. The Role of the Specialist Nurse	380
Chr. Chrysovitsanou	
4. The Connection Between Theoretical Models and Nursing Diagnosis. Application and Perspectives in Clinical Psychiatric Nursing	386
A. Statharou, A Berk	
5. The History of Modern Psychiatric Nursing	394
V. Mougia	
6. Nursing Care for Patients with Pathological Fractures from Cancer	399
Z. Roupa- Darivaki, D. Sapountzi- Krepia	
7. Prevention of Dependence Producing Drugs - The Nursing Role	407
I. Papathanasiou, E. Kotrotsiou	
8. Preoperative Preparation of the Patients - Historical Development	413
E. Kotrotsiou, E. Theodosopoulou	
Detailed instructions to Authors	420

ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΠΟ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ - Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Ιωάννα Παπαθανασίου,

Νοσηλεύτρια Π.Ε. ΠΓΝ Λάρισας

Επιστημονικός Συνεργάτης Τ.Ε.Ι. Λάρισας.

Ευαγγελία Κοιρώτσιου,

Καθηγήτρια Εφαρμογών Τ.Ε.Ι. Λάρισας

Υποψήφια Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Τ.Ε.Ι. Λάρισας - Τμήμα Νοσηλευτικής

Περίληψη: Στο άρθρο αυτό γίνεται αναφορά στους ορισμούς των εξαρτησιογόνων ουσιών και των εννοιών της εξάρτησης, ψυχικής και σωματικής, του εθισμού, της ανοχής, της αντίστροφης ανοχής και της τοξικομανίας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη σκοπιμότητα και την αξία των προληπτικών μέτρων που μπορούν να ληφθούν ενάντια στις εξαρτησιογόνες ουσίες. Τονίζεται επίσης ο ρόλος που μπορούν να παίξουν οι Νοσηλευτές, ως υπεύθυνοι επιστήμονες, στην παροχή πρόσφατων ανανεωμένων και έγκυρων γνώσεων και στην εφαρμογή προληπτικών μέτρων στην κοινότητα.

Λέξεις Ευρετηριασμού: Πρόληψη, Εξαρτησιογόνες ουσίες, Νοσηλευτικός ρόλος.

Αλληλογραφία: Παπαθανασίου Ιωάννα Διεύθυνση: Μηλέα - Ελασσόνα - Λάρισα, Τ.Κ. 402 00, Τηλ. 0493-94119, 0977- 528712

Εισαγωγή

Σε όλες τις κοινωνίες, σε κάθε μέρος του κόσμου, έχουν χρησιμοποιηθεί ουσίες που μειώνουν τον πόνο και τη θλίψη και επίσης προκαλούν ευχάριστα συναισθήματα. Οι πιο παλιές είναι αυτές που προέρχονται από την κάνναβη, την οπιούχο παπαρούνα και την κόκα. Αρχαιολογικά στοιχεία δείχνουν ότι η κάνναβης

PREVENTION OF DEPENDENCE PRODUCING DRUGS - THE NURSING ROLE

Ioanna Papathanasiou, RN (BSc)

Scientific Collaborator TEI Larissas

Evagelia Kotrotsiou, PhD

Clinical Professor in nursing

TEI Larissa - Nursing Department

Abstract: This article refers to the terms of dependence producing drugs, dependency, psychological and physical, addiction, tolerance, reserve tolerance and finally drug addiction. More emphasis is given to the importance and value of the preventive action steps that can be taken in relation to the dependence producing drugs. The role of the Nurses, as responsible scientists, offering new, reliable knowledge and application of preventive actions in the community is also examined in this article.

Key words: Prevention, Dependence Producing Drugs, Nursing Role.

Corresponding author: Papathanasiou Ioanna, Milea - Ellassona, 402 00 Larisa, Tel.: 0493-94119, 0977- 528712

καλλιεργείται από το 6.000 π.χ. Από τον 7ο αιώνα μ.Χ. έχει αναφερθεί θρησκευτική και μυστικιστική χρήση της καννάβεως στην κοινωνία των Ινδιών. Με το τέλος του 19ου αιώνα, κατάχρηση ναρκωτικών και εθισμός αναφέρονται σε πολλές χώρες, φαινόμενο που άρχισε να επισύρει την προσοχή των εθνικών κυβερνήσεων στα πλαίσια του κινήματος ανάπτυξης κοι-

νωνικής υπευθυνότητας. Απόρροια της χρήσης ναρκωτικών, με οποιαδήποτε μορφή, είναι η διαμόρφωση μιας εσωτερικής σχέσης ανάμεσα στο άτομο και στην προσωπικότητά του, η οποία μπορεί να το κάνει περισσότερο ή λιγότερο επιρρεπές στην κατάχρηση ναρκωτικών. Για να επιτευχθεί αποτελεσματική θεραπεία και πρόληψη, πρέπει να λαμβάνονται υπόψη όλοι αυτοί οι παράγοντες, ιδιαίτερα ο τελευταίος.

Γενικές έννοιες - Ορισμοί

Με τον όρο «ναρκωτικά» νοούνται, γενικά, ουσίες με διαφορετική χημική δομή και δράση στο κεντρικό νευρικό σύστημα, από διεγερτική μέχρι και κατασταλτική αλλά με κοινό γνώρισμα την ιδιότητα να μεταβάλλουν την θυμική κατάσταση του ατόμου και να προκαλούν εξάρτηση, διαφορετικής φύσης, ψυχικής ή και φυσικής (με σωματικές εκδηλώσεις) ποικίλου βαθμού¹.

Γίνεται έτσι αμέσως φανερό, ότι ο όρος «ναρκωτικά» δεν είναι δόκιμος για όλες τις ουσίες, αφού σε αυτόν περιλαμβάνονται και ενώσεις με διεγερτική δράση, εκφράζει σωστά μόνο μια κατηγορία που έχει πράγματι ναρκωτική ενέργεια. Ο σωστός ορισμός που προτάθηκε από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (WHO) και υιοθετήθηκε διεθνώς είναι «φάρμακα που προκαλούν εξάρτηση». Σήμερα στη διεθνή βιβλιογραφία αναφέρονται ως Dependence producing drugs¹.

Με τον όρο εξάρτηση νοείται μια κατάσταση ψυχική ή/και φυσική (σωματική), που εμφανίζεται ως αποτέλεσμα της επίδρασης σε ένα ζωντανό οργανισμό ενός φαρμάκου και χαρακτηρίζεται από μια ποικιλία εκδηλώσεων, μέσα στις οποίες περιλαμβάνεται πάντοτε η διάθεση για τη συνέχιση της λήψης του φαρμάκου με σκοπό την επανεκδήλωση των φαρμακολογικών ενεργειών του ή αντίθετα, την αποφυγή δυσάρεστων συμπτωμάτων που μπορεί να εκδηλωθούν, όταν δεν έχουν ληφθεί. Είναι προφανές, ότι τα χαρακτηριστικά μιας τέτοιας κατάστασης είναι διαφορετικά και ανάλογα με τη δραστηκή ουσία, γι' αυτό και πρέπει το είδος της εξάρτησης να προσδιορίζεται, κάθε φορά, με την αναφορά της ουσίας που την εγκατέστησε (π.χ. εξάρτηση τύπου χασίς, τύπου μορφίνης, κτλ.)

Υπάλληλος της έννοιας εξάρτησης είναι η έννοια του εθισμού. Εθισμός (addiction) είναι το φαινόμενο της προοδευτικής μεταβολής, της ευαισθησίας, ενός βιολογικού συστήματος σε μια ουσία που λαμβάνεται κατ'επανάληψη σε τρόπο ώστε να επιτυγχάνεται το αυτό αποτέλεσμα μόνο μετά από προοδευτική αύξηση της δόσης. Είναι φανερό ότι, εθισμός δεν εγκαθίσταται με όλα τα ναρκωτικά, αφού ορισμένα μόνο από αυτά προκαλούν τέτοιες μεταβολές του βιολογικού υποστρώματος, ενώ στα άλλα η εξάρτηση παίρνει τον τύπο της απλής συνήθειας (habit), που εκδηλώνεται όμως στο άτομο με κυρίαρχο χαρακτήρα.

Η ψυχική εξάρτηση (psychological dependence) χαρακτηρίζεται από διάθεση μόνο (ίσως έντονη) για τη συνέχιση λήψης του φαρμάκου, προκειμένου να αναπαραχθεί κάποια «ευχάριστη» διέγερση του θυμικού.

Η σωματική ή φυσική εξάρτηση (physical dependence) εμφανίζεται ως αποτέλεσμα μιας προσαρμοστικής κατάστασης στη λήψη ενός φαρμάκου και εκδηλώνεται με έντονες σωματικές διαταραχές όταν η χορήγηση αυτή διακοπεί. Οι διαταραχές αυτές εκδηλώνονται ως σύνδρομο αποστέρησης ή αποχής (withdrawal, abstinence syndrome) με ιδιαίτερα συμπτώματα ψυχικής και σωματικής φύσης, χαρακτηριστικά για κάθε τύπο φαρμάκου. Η κατάσταση αυτή υποχωρεί όταν χορηγηθεί και πάλι η ίδια ουσία ή άλλη παρόμοιας φαρμακολογικής δράσης (διασταυρούμενη εξάρτηση).

Με τον όρο ανοχή (tolerance) νοείται μια προσαρμοστική κατάσταση του οργανισμού, που χαρακτηρίζεται από ελαττωμένη ανταπόκριση στη λήψη της αυτής όπως και προηγουμένως, ποσότητας φαρμάκου ή από το γεγονός ότι απαιτείται μεγαλύτερη δόση για να προκληθεί ο αυτός βαθμός επίδρασης και παρατηρείται κυρίως με αιτίες που δημιουργούν σωματική εξάρτηση. Είναι φανερό ότι ο όρος πλησιάζει εννοιολογικά τον εθισμό με τη διαφορά ότι είναι περισσότερο ευρύς, αφού ανοχή μπορεί να εγκατασταθεί και σε περιπτώσεις που δεν υπάρχουν βιολογικές διαφοροποιήσεις του κυττάρου.

Με τον όρο αντίστροφη ανοχή (reserve tolerance) νοείται η κατάσταση που μπορεί να παρουσιαστεί μετά την εγκατάσταση της εξάρτησης σε κάποια ουσία και οι ενέργειες του φαρμάκου αυτού εκδηλώνονται με τη λήψη μιας μικρότερης δόσης.

Τέλος ο όρος τοξικομανία υποδηλώνει την κλινική έκφραση της αναπτυχθείσας εξάρτησης σε κάποια ουσία, ενώ ο όρος τοξικομανής προσδιορίζει το άτομο που έχει αναπτύξει εξάρτηση σε ένα ναρκωτικό (ψυχική ή και σωματική), ανεξαρτήτως βαθμού. Αμερικανοί συγγραφείς διακρίνουν τους τοξικομανείς σε τέσσερις κατηγορίες.

- *Κατηγορία I:* Περιλαμβάνονται όσοι έχουν κάνει χρήση ναρκωτικών μία ή μερικές φορές, τελείως συμπτωματικά.
- *Κατηγορία II:* Όσοι κάνουν χρήση ναρκωτικών συχνότερα και πιο συστηματικά (π.χ. κάθε Σαββατοκύριακο) για τρεις μήνες τουλάχιστον.
- *Κατηγορία III:* Όσοι κάνουν χρήση ναρκωτικών συχνά και τακτικά (π.χ. κάθε μέρα ή πολλές φορές την εβδομάδα για πολλούς μήνες).
- *Κατηγορία IV:* Όσοι έχουν πλέον σαφή στοιχεία τοξικομανίας (π.χ. με στερητικά φαινόμενα, αντίστροφη ανοχή κλπ.)

Η πρόληψη

Το ότι τα προληπτικά μέτρα για την εμφάνιση μιας παθολογικής κατάστασης είναι αποτελεσματικότερα από ότι η προσπάθεια αντιμετώπισής της, όταν αυτή εμφανιστεί, είναι ένας κανόνας που δεν ισχύει μόνο στην ιατρική, αλλά σε οποιαδήποτε ατομικό ή κοινωνικό φαινόμενο². Το ίδιο ισχύει φυσικά και για τις εξαρτησιογόνες ουσίες.

Η αναμφισβήτητη συμμετοχή του κοινωνικού παράγοντα, σε συνδυασμό με την ατομική ψυχοπαθολογία του εξαρτημένου, στην εμφάνι-

ση και εγκατάσταση της εξαρτημένης συμπεριφοράς, δίνει στο πρόβλημα της πρόληψης την κοινωνική της διάσταση.

Οι γενικοί στόχοι των προληπτικών μέτρων, που θα εμπόδιζαν την εμφάνιση της τοξικομανίας^{3,4}, είναι οι εξής:

1. Ενημέρωση των γονιών για τις επιπτώσεις της συμπεριφοράς τους στην ψυχική ανάπτυξη των παιδιών τους⁵.
2. Ενημέρωση του πληθυσμού, γενικότερα για τους κινδύνους που εγκυμονεί η χρήση τοξικών ουσιών - συμπεριλαμβανομένων του οινοπνεύματος, καπνού και φαρμακευτικών σκευασμάτων⁶.
3. Ενημέρωση των δασκάλων, ώστε να έχουν μεγαλύτερες δυνατότητες να επισημάνουν τη λανθασμένη συμπεριφορά των μαθητών τους και ίσως να την αντιμετωπίσουν σε πρώτη φάση^{7,8,9}.
4. Δημιουργία ειδικών συμβουλευτικών σταθμών, που εκτός των άλλων υποχρεώσεών τους θα μπορούν να «διευκολύνουν την επικοινωνία» με τον εξαρτημένο ασθενή.
5. Δημιουργία προϋποθέσεων θεραπείας, στα πλαίσια της τριτογενούς πρόληψης, των ήδη εξαρτημένων ασθενών.
6. Αποτελεσματική αντιμετώπιση του λαθρεμπορίου και εξαφάνιση από την «αγορά των εξαρτησιογόνων - τοξικών ουσιών».
7. Δημιουργία κοινωνικών συνθηκών που δεν θα απειλούν την ύπαρξη και δυνατότητα ανάπτυξης των νέων ανθρώπων¹⁰.

Όλοι αυτοί οι στόχοι είναι δύσκολο να πραγματοποιηθούν, όχι όμως και αδύνατο. Η δυσκολία βρίσκεται στο γεγονός ότι απουσιάζουν τα κατάλληλα μέσα. Πρέπει όμως και να συνειδητοποιήσουμε ότι η ανάπτυξη μιας ώριμης προσωπικότητας δεν είναι οπωσδήποτε υποχρέωση μόνο των άλλων, αλλά και δικό μας πρόβλημα.

Έτσι οι γονείς ακολουθώντας τα παρακάτω απλά βήματα μπορούν να βοηθήσουν το παιδί τους να πει «όχι» στις αρνητικές πιέσεις και συμπεριφορές¹¹:

- Μιλώντας με το παιδί για τα ναρκωτικά μπορούν να το πείσουν να αλλάξει κάποιες

ιδέες που ίσως έχει (π.χ. ότι όλοι πίνουν, καπνίζουν, παίρνουν ναρκωτικά)

- Μαθαίνοντας να ακούν τα παιδιά τους. Πιο πιθανό είναι το παιδί να μιλήσει μαζί τους όταν είναι σίγουρο ότι το ακούν με προσοχή, πράγμα που φαίνεται με τη στάση και συμπεριφορά τους.
- Βοηθώντας το παιδί να νοιώθει καλά με τον εαυτό του. Το παιδί θα νοιώθει καλά όταν επαινούν τις προσπάθειες και επιτυχίες του και όταν επικρίνουν κάποια αρνητική ενέργεια ή συμπεριφορά, χωρίς όμως να απορρίπτουν το ίδιο το παιδί.
- Βοηθώντας το παιδί να αναπτύξει ιδέες. Ένα ισχυρό σύστημα αξιών μπορεί να δώσει στο παιδί τη δύναμη να λέει «ΟΧΙ», αντί να παρασύρεται από φίλους και παρέες.
- Να είναι θετικό πρότυπο. Οι δικές τους συνήθειες και στάσεις μπορούν να επηρεάσουν σε μεγάλο βαθμό τις ιδέες του παιδιού τους για το αλκοόλ, τον καπνό, τα ναρκωτικά.
- Βοηθώντας το παιδί τους να αντιμετωπίσει τις πιέσεις «των φίλων». Ένα παιδί που έχει μάθει να λεί πάντα «ΝΑΙ» για να μην δυσαρεστεί άλλους μπορεί να χρειάζεται την ενθάρρυνσή τους για να αντισταθεί στις πιέσεις.
- Δημιουργώντας τους κανόνες της οικογένειας. Βοηθά πολύ να δημιουργηθούν στην οικογένεια σαφείς κανόνες που απαγορεύουν στο παιδί να κάνει χρήση αλκοόλ, ναρκωτικών και καπνού. Βοηθά επίσης πολύ να συμφωνήσουν στην τιμωρία του, αν παραβεί τους κανόνες αυτούς.
- Ενθαρρύνοντας τις θετικές δραστηριότητες του παιδιού τους. Οι εκπαιδευτικές, αθλητικές, καλλιτεχνικές, πολιτιστικές, ψυχαγωγικές, σχολικές εκδηλώσεις και άλλες δραστηριότητες μπορούν να αποτρέψουν το παιδί από τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών και να δώσουν νόημα στη ζωή του.
- Ενώνοντας τις «δυνάμεις τους» με άλλους γονείς. Συζητώντας, αναλαμβάνοντας πρωτοβουλία, δημιουργώντας υποστηρικτικές ομάδες που θα ενισχύσουν τη στάση τους στο σπίτι.

- Μαθαίνοντας τι να κάνουν, αν υποψιαστούν ότι υπάρχει πρόβλημα. Ζητώντας βοήθεια. Απευθυνόμενοι στους εξειδικευμένους φορείς. Για την Ελλάδα αυτοί είναι:
 1. ΟΚΑΝΑ, Αριστοτέλους 19, τηλ. 8253756-59, Αθήνα
 2. ΚΕΘΕΑ, Βαλτετσίου 60, τηλ. 3647700, 3607960, Εξάρχεια.
 3. ΨΝΑ, Συμβουλευτικός σταθμός, τηλ. 3611803,3614242, Αθήνα.

Για τη γενικότερη ενημέρωση του πληθυσμού υπεύθυνο είναι βέβαια το ίδιο το κράτος με τους αντιπροσώπους του. Τα κρατικά μέσα πληροφόρησης μπορούν να παίξουν σημαντικό ρόλο στην ενημέρωση του κοινού, όχι μόνο με τη τύπωση αφισών και την παρουσίαση κάποιων ομιλιών, αλλά κυρίως προβάλλοντας ένα πρότυπο ενεργητικού τρόπου ζωής, απομακρυσμένου από τις εξαρτησιογόνες ουσίες.

Ιδιαίτερη βαρύτητα πρέπει να δοθεί και στην ενημέρωση των δασκάλων πάνω στα προβλήματα της εξαρτημένης συμπεριφοράς. Η ενημέρωση αυτή θα απαλλάξει και τους ίδιους από το βάρος της άγνοιας που συνοδεύεται συνήθως από το άγχος της συζήτησης τέτοιων δύσκολων προβλημάτων. Φυσικά η ενημέρωση αυτή πρέπει να είναι εμπειρισταωμένη και να έχει σχέση με το πρόβλημα της λανθασμένης συμπεριφοράς και όχι με τα χαρακτηριστικά και τις ιδιότητες των εξαρτησιογόνων ουσιών.

Η σωστή εκπαίδευση των παιδιών, που προϋποθέτει και σωστή εκπαίδευση των δασκάλων, είναι αναγκαίο να αρχίζει στον παιδικό σταθμό ή στο δημοτικό, όταν δηλαδή τα παιδιά έχουν ακόμα ουδέτερη στάση απέναντι στις εξαρτησιογόνες ουσίες. Μαζί δηλαδή με τη διαπαιδαγώγηση στον κώδικα οδικής κυκλοφορίας, τον αθλητισμό ή τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, μπορεί να γίνει και ένα είδος διαπαιδαγώγησης όσον αφορά ουσίες επικίνδυνες για την υγεία ενός παιδιού.

Η λειτουργία των συμβουλευτικών σταθμών είναι ένα θέμα ιδιαίτερα πολύπλοκο, μια και οι υποχρεώσεις τους μπορούν να απλωθούν, ανάλογα με τις συνθήκες και προϋποθέσεις σε ολόκληρο το φάσμα της πρόληψης, θεραπείας και

αποκατάστασης από τις εξαρτησιογόνες ουσίες. Η παρουσία ειδικών στους σταθμούς αυτούς θα έχει ιδιαίτερα θετική επίδραση στις διάφορες φάσεις αντιμετώπισης του προβλήματος 12. Όσον αφορά το θέμα της πρόληψης, ευνόητο είναι ότι η συνεργασία με τους γονείς, εκπαιδευτικούς, ομάδες νέων παιδιών ή και άλλες κοινωνικές ομάδες και η ανταλλαγή πείρας με αυτούς μπορεί να αποβεί ιδιαίτερα εποικοδομητική. Η σωστή πληροφόρηση του συμβουλευτικού σταθμού θα συμβάλλει στην απομυθοποίηση των εξαρτησιογόνων ουσιών και θα διευκολύνει την κατανόηση και επικοινωνία με τυχόν εξαρτημένα άτομα.

Στα πλαίσια της πρόληψης ανήκει και η αποτελεσματική αντιμετώπιση του λαθρεμπορίου ναρκωτικών μιας χώρας, καθώς και η δημιουργία των κατάλληλων κοινωνικών συνθηκών που δεν θα ευνοούσαν την ανάπτυξη εξαρτημένων χαρακτήρων, αλλά θα βοηθούσαν στη δημιουργία ελεύθερων προσωπικοτήτων και συνειδητοποιημένων πολιτών. Πρόληψη, στο θέμα της εξαρτημένης συμπεριφοράς και ειδικότερα στη μορφή της τοξικομανίας, σημαίνει πρόσφορο έδαφος για καλλιέργεια ελεύθερων και ανεξάρτητων χαρακτήρων. Προϋποθέτει όχι μόνο καλή πληροφόρηση και διαρκή ενημέρωση σχετικά με τους κινδύνους των διαφόρων τοξικών, αλλά και κοινωνικές αλλαγές και δυνατότητες ανάπτυξης της προσωπικότητας, περισσότερο όμως προϋποθέτει προσωπική ευθύνη του καθένα, που είναι όχι τόσο πολύ ευθύνη για τους άλλους, αλλά κυρίως για τον ίδιο του τον εαυτό.

Ο ρόλος της νοσηλευτικής

Εδώ και πάρα πολλά χρόνια η Νοσηλευτική έχει ξεφύγει από το στενό ρόλο της παροχής φροντίδας σε αρρώστους μόνο στο χώρο του νοσοκομείου. Σήμερα πολλοί είναι οι Νοσηλευτές εκείνοι που, έχοντας τις κατάλληλες γνώσεις και δεξιότητες, ασχολούνται με την αγωγή υγείας σε κοινότητες, την πρόληψη και την αποκατάσταση της υγείας. Το έργο αυτών των νοσηλευτών είναι αρκετά σημαντικό αν αναλογιστεί κανείς πόσο δύσκολη είναι η δημιουρ-

γία κατάλληλων συνθηκών για την αποτροπή της εγκατάστασης μιας νοσογόνας κατάστασης¹³.

Η αγωγή υγείας από τους Νοσηλευτές αρχίζει με τη μετάδοση συγκεκριμένων πληροφοριών στο άτομο, αλλά συγχρόνως περιλαμβάνει επεξήγηση και ενσωμάτωση πληροφοριών με τέτοιο τρόπο ώστε να επιφέρει αλλαγή συμπεριφοράς και συνηθειών οι οποίες οδηγούν σε προαγωγή της υγείας του ατόμου. Η πρόληψη ενάντια στις εξαρτησιογόνες ουσίες περιλαμβάνει την παροχή πληροφοριών, όχι μόνο για τις ίδιες τις ουσίες, αλλά κυρίως για τις συνήθειες της ζωής που προωθούν την καλή λειτουργικότητα σώματος και πνεύματος και ενθαρρύνουν τα άτομα για αυτοέλεγχο και αυτοφροντίδα¹⁴.

Κάθε επικοινωνία του επιστήμονα υγείας με το σύνολο (γονείς, δάσκαλοι, μαθητές εξαρτημένοι ασθενείς, ευρύτερο κοινό) αποτελεί μια εκπαιδευτική εμπειρία. Όλες οι εμπειρίες του ατόμου δίνουν σε αυτό την ευκαιρία να αναπτυχθεί διανοητικά, ψυχοκοινωνικά και συναισθηματικά, να αντιλαμβάνεται και να χρησιμοποιεί τις κατάλληλες γνώσεις για τη διατήρηση της υγείας του. Επειδή οι γνώσεις που διαθέτει το άτομο δεν είναι πάντοτε σύγχρονες και αποτελεσματικές, κυρίως για τις πολύπλοκες καταστάσεις υγείας, οι υπεύθυνοι επιστήμονες και οι Νοσηλευτές που ασχολούνται με την πρόληψη έχουν υποχρέωση και καθήκον να είναι ενημερωμένοι και να παρέχουν πρόσφατες, ανανεωμένες και έγκυρες γνώσεις στα άτομα της κοινότητας¹⁵.

Βιβλιογραφία

1. Ritchard Harthner, Pamela Champ (1995). Φαρμακολογία. Επιστημονικές εκδόσεις «Γρηγόριος Παρισιάνος».
2. Τριχοπούλου Α., Τριχόπουλος Δ., (1986). Προληπτική Ιατρική. Εκδόσεις «Παρισιάνος»
3. Coombs Rh.: Drug abuse prevention for trainees in the health profession. Journal of Substance Misuse For Nursing Health and Social Care 1998. Jan; 3(1): 42-9 (45 ref).
4. Desenburg L., Falco M.: Eleven components of

- effective drug abuse prevention curricula. *Journal of school Health* 1995. Dec 65(10); 420-5 (52 ref).
5. McMurray A. (1990) *Community Health Nursing. Primary Health Care in Practice*. Churchill Livingstone Melbourne.
 6. Spradley B. (1990) *Community Health Nursing. Concepts and practice*, 3rd ed., Scitt and Brown Co., Illinois.
 7. Stember M. (1985) Nursing role in school health. In: Jarvis *Community Health nursing: Keeping the public healthy*, 2nd ed. Davis Philadelphia.
 8. Withrow C. (1988) The community health nurses in the schools. In Stanhope M., Lancaster J. *Community health nursing: process and practice for promoting health* 2nd ed. Mosby, New York.
 9. Oda D. (1985) *Community Health Nursing in innovative school health roles and programs in:* Archer S., Fleshman R. *Community Health Nursing*, 3rd ed., Wadsworth, Monterey.
 10. Becker M. (1974) *The health belief model and personal health behaviors*, Charles B. Black, New Jersey.
 11. Gossop M., Grant M., Πρόληψη και Έλεγχος. Κατάχρηση ουσιών.
 12. Stanhope M. Lancaster J. (1992) *Community Health Nursing process and practice to promote health*, Mosby Co, St Louis.
 13. Balog J. (1981) The concept of health and role of health education. *Journal of School Health*, 51:461.
 14. Nowakowski L. (1980) Health promotion: selfcare programs for the *Community Clin Nurs*, 2:21.
 15. Dusenburg L., Falco M., Lake A., A review of the evaluation of 47 drug abuse prevention curricula available nationally. *Journal of School Health* 1997. Apr; 67(4): 127-32 (38 ref).

Υποβλήθηκε για δημοσίευση 3/12/99