

DA LI STE ZNALI?

- Benzodijazepini (grupa lekova za smirenje) su najčešće propisana grupa lekova koja se koristi za lečenje simptoma anksioznosti, protiv stresa i problema sa spavanjem. Takođe, koriste se i za lečenje simptoma depresije, protiv bolova, za opuštanje mišića a imaju i brojne druge primene
- Upotreba benzodijazepina se ne preporučuje za periode duže od 2-4 nedelje. Nažalost, većina lekara je slabo informisana o štetnim dejstvima ove vrste lekova.
- Stručnjaci tvrde kako benzodijazepini mogu stvoriti veći stepen zavisnosti u odnosu na heroin. Propisivanje duže od preporučenog perioda može da dovede do zavisnosti "nametnute" od strane doktora kao i mogućih povreda/narušavanja zdravlja pacijenta.
- Prekidanje upotrebe ove vrste lekova i odvikavanje (tzv. "skidanje" sa lekova) može biti izrazito teško, uz brojne neželjene simptome koji mogu trajati mesecima, a u nekim slučajevima čak i godinama (proces odvikavanja deluje različito na svaku osobu).
- Određene grupe benzodijazepina su različite jačine i mogu izazvati kontraindikacije ako se mešaju sa drugim vrstama lekova, susptancama, alkoholom itd. (posledice mogu biti fatalne).
- U određenim slučajevima, prekomerno prepisivanje ovih lekova može da dovede do njihove stvarne zloupotrebe.
- Nedavno sprovedene studije povezuju produženo korišćenje benzodijazepina sa nepovratnim oštećenjem zdravlja.
- Sociološki uticaj: nezaposlenost, nasilje, samoubistva, porodični problemi, nezgode itd.
- Stručnjaci su decenijama pokušavali da uz lobiranje vlastima uvedu strožije kontrole, ali bez uspeha.
- Procenjuje se kako samo u Engleskoj postoji oko 1,5 miliona ljudi koji pate od simptoma zavisnosti o benzodijazepinima nastalih kao posledica prekomernog propisivanja (uz antidepresive koji predstavljaju značajan problem) - broj u ostatku sveta mora biti zapanjujući.
- Veoma je opasno naglo prekidanje ili ubrzano odvikavanje upotrebe ovih lekova.
- Svako ko razmišlja o prekidanju upotrebe benzodijazepina treba da prouči tzv. "Ešton priručnik" (Ashton Manual), kao i da se posavetuje sa svojim lekarom. Treba obratiti pažnju da lekari u većini slučajeva nisu mnogo upućeni u ovu tematiku ali njihova saradnja može biti neophodna. Nakon što pročitate "Ešton priručnik", pokažite ga takođe i vašem doktoru.

**Budite sigurni i mudri na ovaj
dan Podizanje svesti!**

Da li možda vi, ili neko koga znate, koristi benzodijazepine?

(Videti listu na poledini)