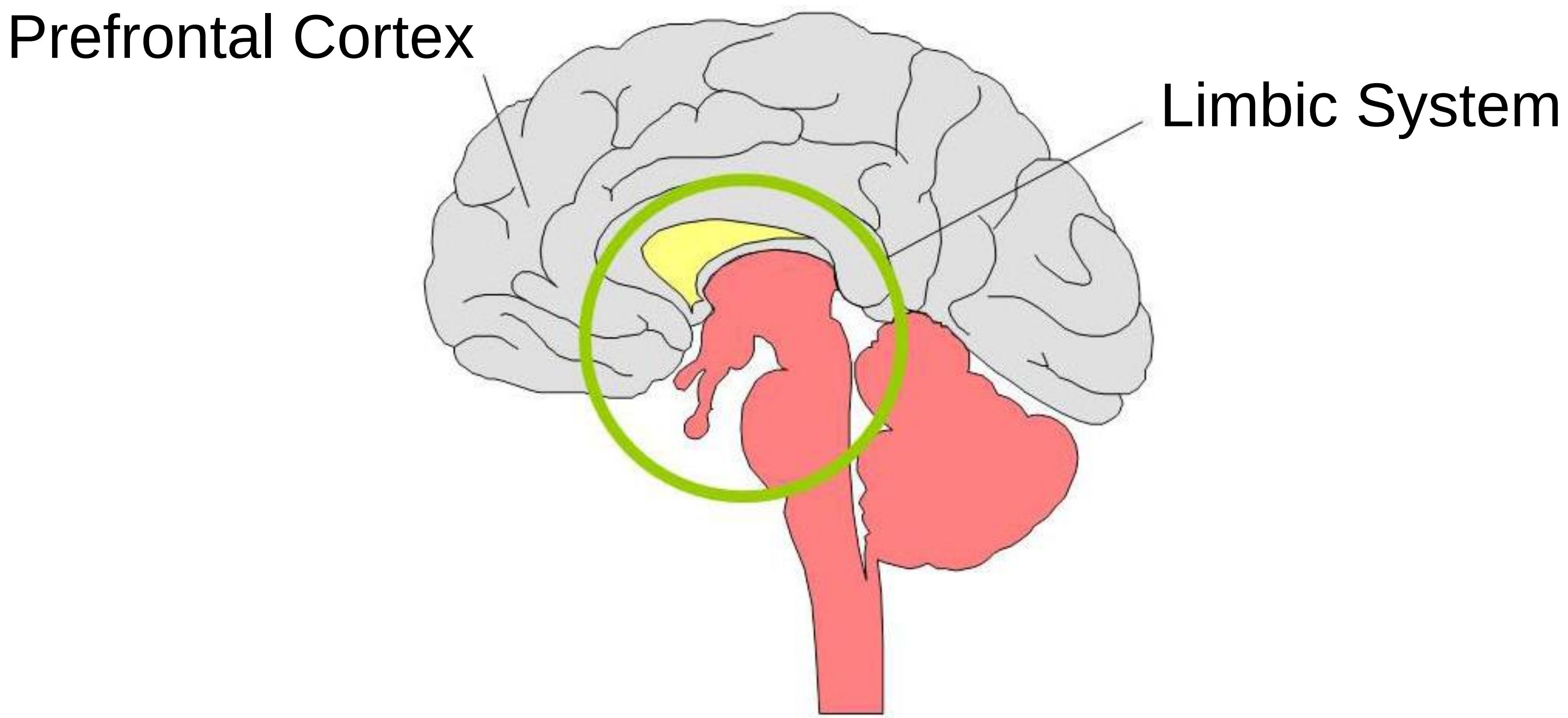
Sayko-Edukasyon para sa mga Pasiyente at sa Miyembro ng Pamilya

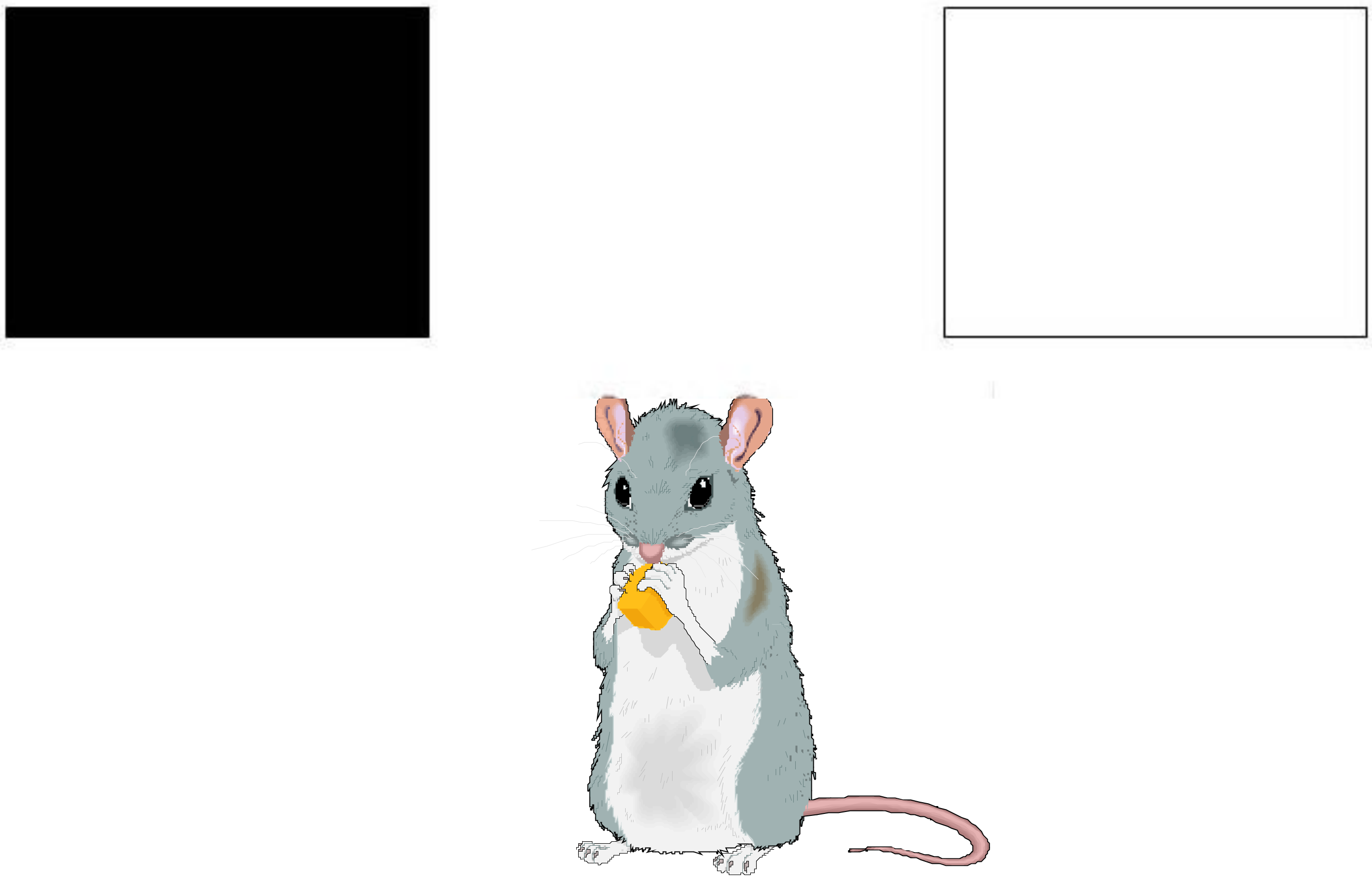
Sesyon 1: Triggers/Mga Tukso at Cravings/Giyang (1)

Mga Pagbabago sa Utak



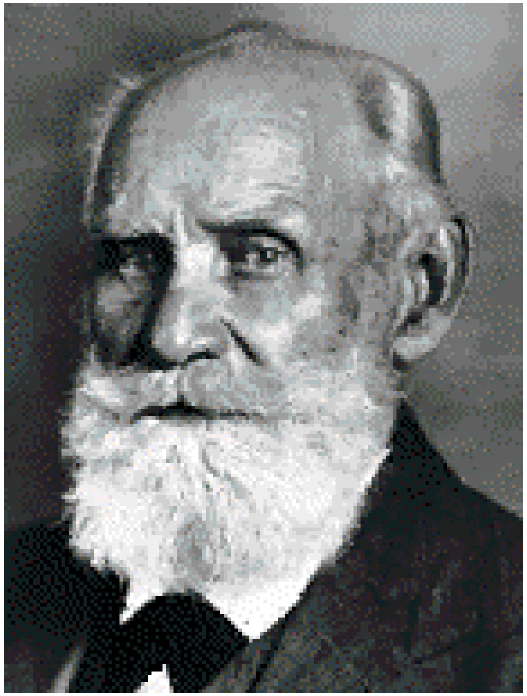
Ang mekanismo ng pagkalulong ay isang biyolohikal na kaganapan.

Kasanayan *(Conditioning – training or learning procedure ng utak)*

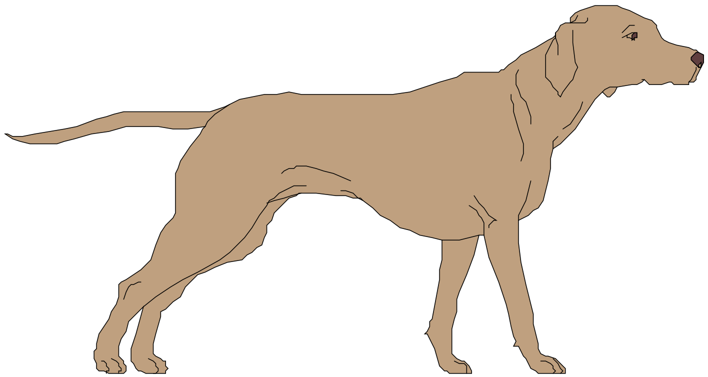


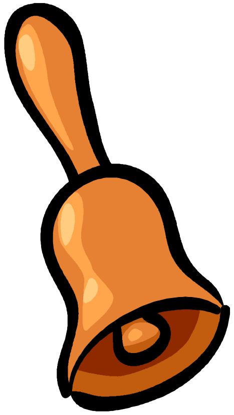
<u>Tanong</u>:

- *Magbigay ng halimbawa kung paano nako-kondisyon or natuturuan ang utak (conditioning).*



I.P. Pavlov (1849–1936)





Ang Aso ni Pavlov

Mga Tanong:

- *Ano ang "pagkalulong"? Paano mo ito ilalarawan o ipapaliwanag?*
- *Ang "pagkalulong" ba ay isang sakit?*
- *Ano ang mga pag-uugali na kaakibat ng pagkalulong sa droga?*

Kahulugan ng Pagkalulong

- Isang pangunahin, pangmatagalan, *neuro-biyolohikal* na sakit na may *genetic*, sikososyal *(psychosocial),* at pangkapaligirang (environmental) na kadahilanan sa pagbuo at pagpapakita ng mga sintomas. Ito ay hindi lamang sintomas ng isa pang sakit/karamdaman o "disorder", bagkus, ito mismo ay isang sakit o karamdaman
- Ang pagkalulong ay maoobserbahan sa sumusunod na mga pag-uugali: - kawalan ng abilidad na kontrolin ang paggamit ng droga, hindi mapigilang paggamit, patuloy na paggamit sa kabila ng mga pinsalang dulot nito, at matinding pagnanais na gumamit o "cravings"/giyang.

Graham, A.W.; Schultz, T.K.; Mayo-Smith, M.F.; Ries, R.K.; and Wilford, B.B. eds. *Principles of Addiction Medicine*, Third Edition. Chevy Chase, MD: American Society of Addiction Medicine, Inc., 2003.

Addictive Process/Proseso ng Pagkalulong

1. “Introductory”/Panimulang bahagi
2. “Maintenance”/Pagpapanatili na bahagi
3. “Disenchantment”/Pagkabagot na bahagi
4. “Disaster”/Pagkabigo na bahagi

Tanong:

- *Ano ang mga positibo at negatibong dulot ng paggamit ng Shabu?*
  - *Nang nagsisimula kang gumamit?*
  - *Pagkaraan ng matagal at patuloy na paggamit?*
- *Bigyang diin o mag-focus sa mga pagkakaiba nung nagsisimula na gumamit at pagkatapos ng matagal at patuloy na paggamit.*

Proseso ng Pagkalulong – *Panimulang Bahagi*

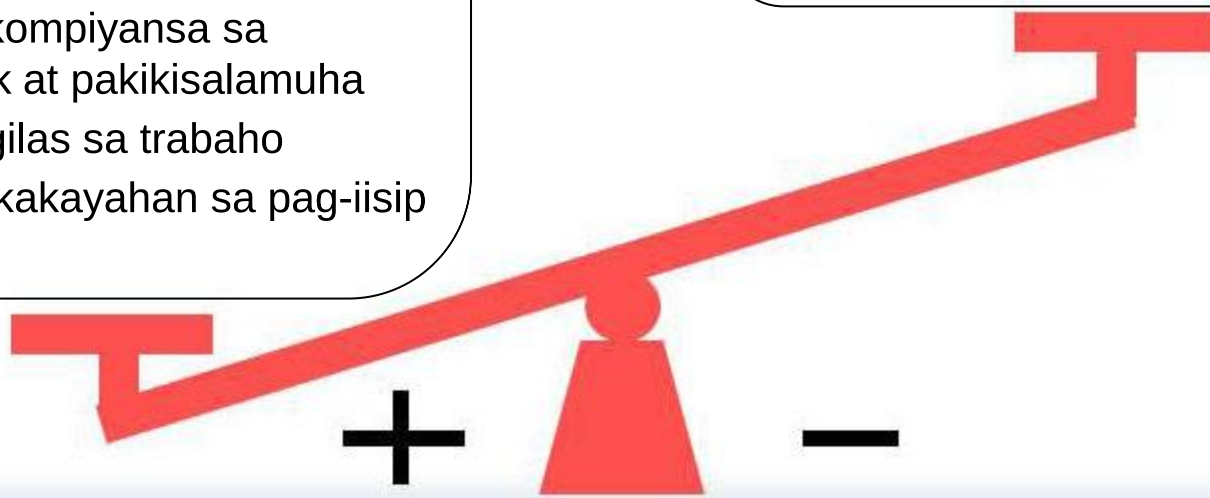
Mga Positibo at Negatibong Epekto ng Paggamit ng Shabu

Mga Positibo

- Kaginhawahan mula sa
  - Pagkalumbay
  - Pagkabalisa
  - Kalungkutan
  - Hindi pagkakatulog o insomnya
- Labis na kaligayahan o kaluguran
- Pagiging “high”
- Labis na sigla
- Pagtaas ng kompiyansa sa pakikipagtalik at pakikisalamuha
- Pagtaas ng gilas sa trabaho
- Pagtalas ng kakayahan sa pag-iisip

Mga Negatibo

- Paglabag sa batas
- Magastos
- Maaring maging sanhi ng pagliban sa trabaho



Proseso ng Pagkalulong – *Panimulang Bahagi*

Proseso ng Pagkasanay *(Conditioning)* sa pagkalulong

Mga Tukso/Triggers

- Mga tao, lugar
- Mga kasiyahan
- Mga espesyal na okasyon
- Iba pang kaganapan

→

Mga Tugon

- Kasiyahan sa pakiramdam dulot ng Shabu
- Gumagamit ngunit hindi madalas

Lakas ng Nakondisyon na Koneksyon: Banayad

Proseso ng Pagkalulong – *Panimulang Bahagi*

Pagbuo o pag-develop ng Masidhi at palagiang Pag-iisip na Gumamit

Proseso ng Pagkalulong – *Panimulang Bahagi*

Pag-develop ng Pagtugon sa "Cravings" o Giyang

Pagpasok/pag punta sa isang lugar o pwesto → **Paggamit ng Shabu** → **Mga Epekto ng Shabu**

- ↑ **Pulso**
- ↑ **Paghinga**
- ↑ ***Adrenalin***
- ↑ **Sigla**
- ↑ **"Tama" ng Shabu**

Proseso ng Pagkalulong – “Maintenance”/*Pagpapanatili na Bahagi*

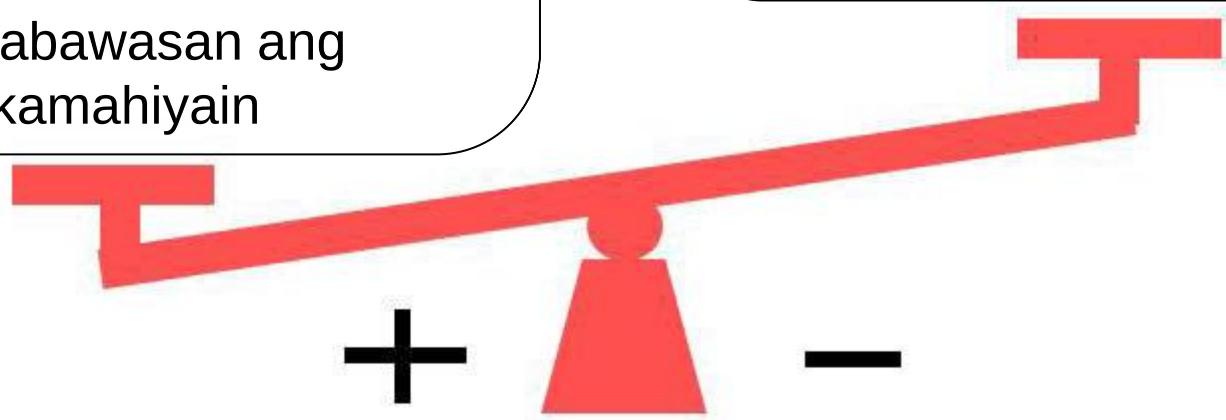
Mga Positibo at Negatibong Epekto ng Paggamit ng Shabu

Mga Positibo

- Lunas sa depresyon
- Pagtaas ng kumpiyansa sa sarili
- Kaginhawahan sa pagkabagot
- Pampahusay sa sex
- Nababawasan ang pagkamahiyain

Mga Negatibo

- Pagkagambala sa trabaho/pag-aaral
- Mga alalahanin sa relasyon
- Problemang pinansiyal
- Simula na umasa ang katawan sa epekto ng droga



Proseso ng Pagkalulong – "Maintenance"/*Pagpapanatili na Bahagi*

<u>Proseso ng Pagkasanay (Conditioning) sa pagkalulong</u>

Mga Triggers

- Mga kasiyahan
- Paglabas tuwing Biyernes ng gabi
- Mga kaibigan
- Alak
- Katuwaan
- Mga sekswal at mapusok na sitwasyon

Mga Tugon

- Pag-iisip sa Shabu
- Sabik na paghihintay sa paggamit ng shabu
- Banayad na *physiological arousal*
- Pagdaan ng pananabik sa napipintong paggamit
- Panaka-nakang paggamit

Lakas ng Nakondisyon na Koneksyon: <u>Katamtaman</u>

Proseso ng Pagkalulong – “Maintenance”/*Pagpapanatili na Bahagi*

Pag-develop o Pagbuo ng Masidhing Pag-iisip na Gumamit

Proseso ng Pagkalulong – “Maintenance”/*Pagpapanatili na Bahagi*

<u>Pag-develop o Pagbuo ng “Cravings”/Giyang o Pagnanais gumamit</u>

Pagpasok o pagpunta sa isang lugar o pwesto → **Pagtugon ng Katawan** → **Paggamit ng Shabu** → **Epekto ng Shabu**

Pagtugon ng Katawan:

- ↑ **Pulso**
- ↑ **Paghinga**
- ↑ **Epekto ng Adrenaline**
- ↑ **Sigla/Lakas**
- ↑ **“Tama” ng Shabu**

Epekto ng Shabu:

- ↑ **Pulso**
- ↑ **Presyon ng dugo**
- ↑ **Sigla/ Lakas**

Ang Proseso ng Pagkalulong

1. “Introductory”/Panimulang bahagi
2. “Maintenance”/Pagpapanatili na Bahagi
3. “Disenchantment”/Pagkabagot na Bahagi
4. “Disaster”/Kasawian or Kabiguan na Bahagi

Tatalakayin sa susunod na sesyon