

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

Sesyon 5: Shabu at Cocaine (1)

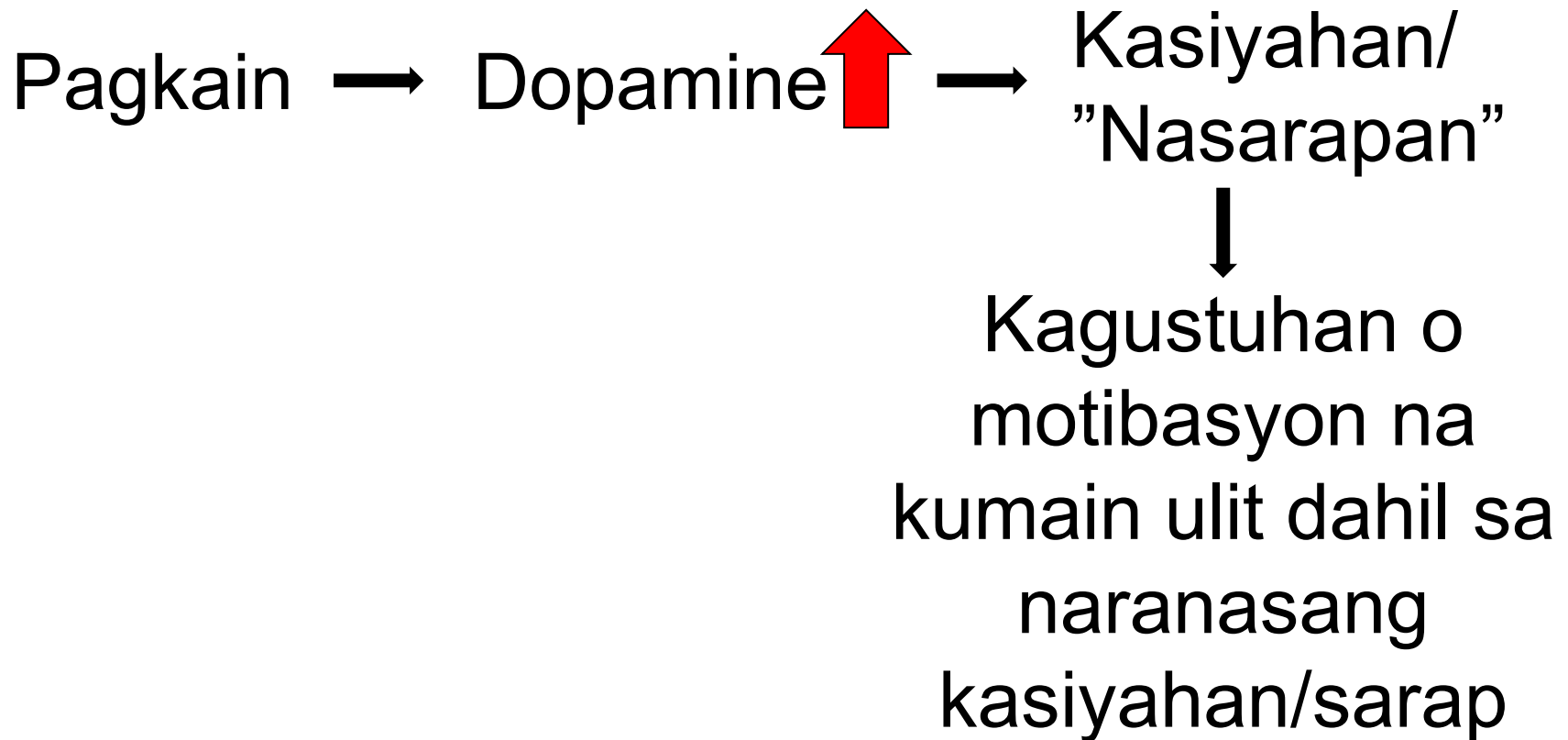
Pagkakaiba ng Cocaine at Shabu

- Epekto ng Cocaine: 1 hanggang 2 oras.
- Epekto ng Shabu: 8 hanggang 12 oras.

Dopamine

- ay isang kemikal na palaging nasa ating utak.
- ay may mahalagang papel sa mga sumusunod:
 - Paggalaw ng katawan
 - Pag-iisip
 - Motibasyon/adhikain at gantimpala (motivation & reward)
 - Pagtugon sa kasiyahan o kaligayahan

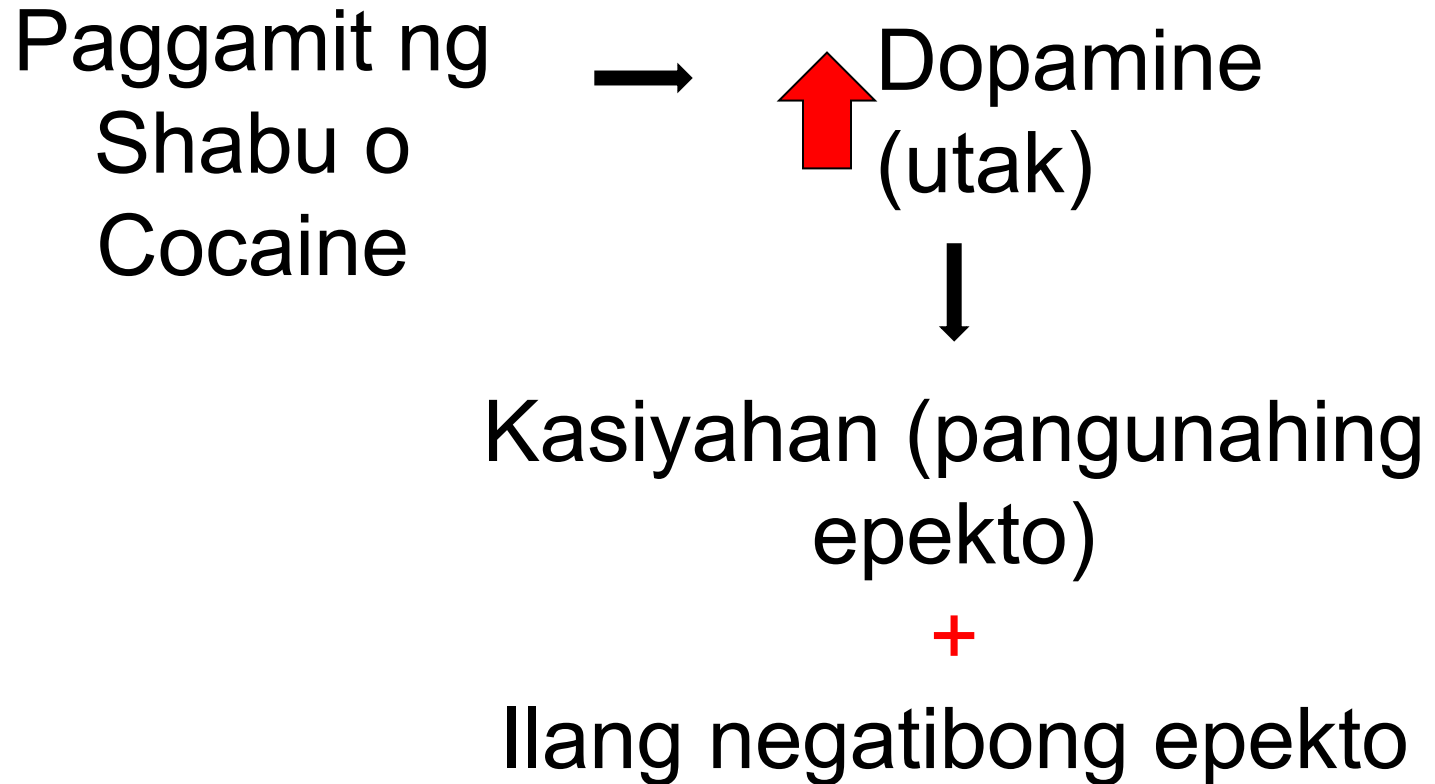
Halimbawa ng Epekto ng Dopamine



Dopamine Imbalance

- Ang labis na dopamine ay maaaring maging sanhi ng pagiging nerbyoso, iritable, agresibo, labis na takot na hindi na batay sa realidad at kakaibang pag-iisip.
- Ang kakulangan ng dopamine ay nauugnay sa pagkatamlay, mababang disposisyon/low mood, pagkapagod, paninginig at kawalan ng control sa paggalaw na parte ng “Parkinson’s disease”.

Dopamine and Stimulant Drugs



Dopamine and Stimulant Use Over Time

Paggamit ng
Shabu/Cocaine



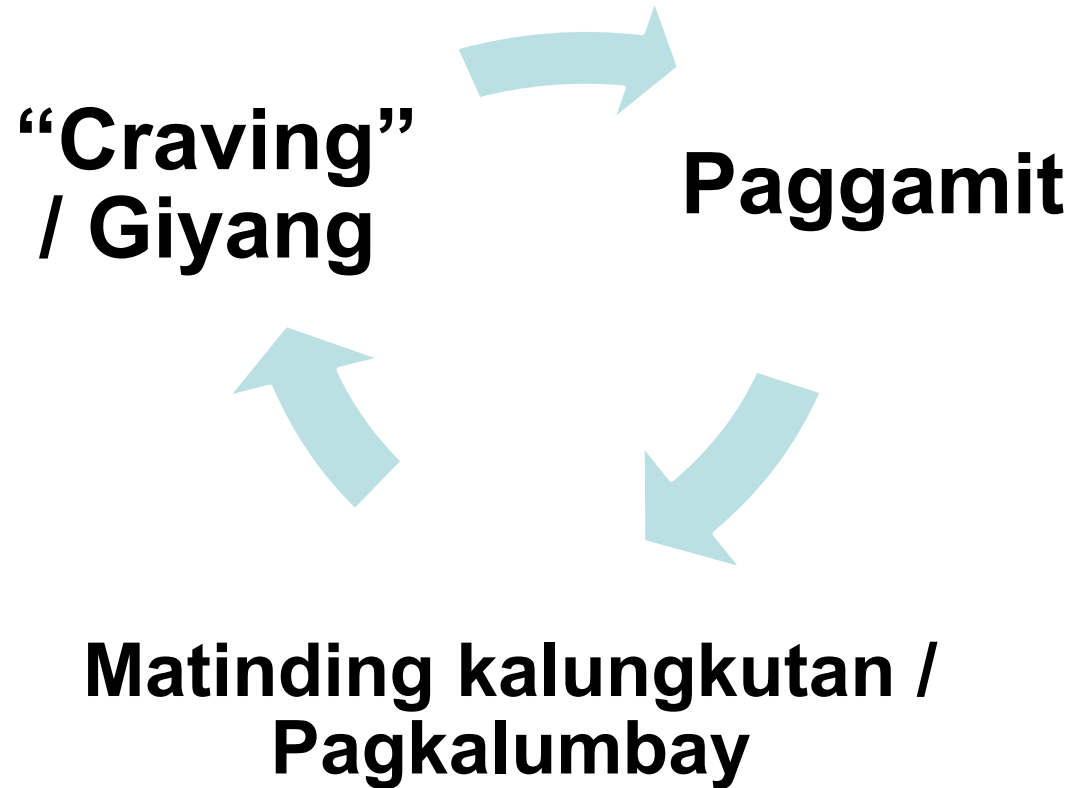
**Nasisira o
napipinsala** ang
“dopamine system”
sa utak



Ang kasiyahan o sarap ay
nababawas na

+

makabuluhan o malaking
negatibong epekto



“Cycle” ng Pagkalulong / Addiction

Paraan ng Paggamit

Mga Pamamaraan ng paggamit ng Shabu at Cocaine:

- Patuturok
- Pahihithit
- Palanghap

Kung paano ginagamit ang droga ay nakakaapekto sa:

- Kung gaano kabilis ito nakalilikha ng epekto
- Lakas o tindi ng mga epekto ng droga, maging positibo man o negatibo
- Uri ng mga negatibong epekto ng droga na mararanasan ng tao

Shabu

Katanyagan ng Shabu

- Ang mga gumagamit ng Shabu sa Pilipinas noong 2015 ay tinatayang umaabot ng 0.86 milyong tao o katumbas ng 1.1% ng populasyon sa edad na 10-69 taong gulang.
- Noong 2017, Tinatayang umaabot ng 96% ang mga pasyenteng gumagamit ng Shabu na ipinasok sa mga Treatment and Rehabilitation Centers na pinatatakbo ng Department of Health.

Tanong:

- *Ano ang mga agarang epekto ng Shabu?*
 - *sa iyong pakiramdam at kaisipan?*
 - *sa iyong katawan?*

Agarang Mga Epektong Sikolohikal

- Labis na kasiyahan/euphoria
- Pagiging alerto at pagkawala ng antok
- Pakiramdam ng pagiging malakas at pagkakaroon ng enerhiya
- Paglakas ng kalooban/”invulnerability”
- Pagtaas ng kumpyansa sa sarili at sa kakayahan
- Pagtaas ng pagnanasang makipagtalik
- Pagkawala ng pakiramdam ng pagkabagot, kalungkutan, at pagkamahiyain

Agarang mga Pisikal na Epekto

- Pagtaas ng:

- ↑ Heart rate/tibok ng puso

- ↑ Presyon ng dugo

- ↑ Sukat ng *pupil*

- ↑ Bilis ng paghinga o respiratory rate

- ↑ Pagkasensitibo sa tunog

- ↑ Temperatura ng katawan

- Pagbaba ng:

- ↓ Gana sa pagkain

- ↓ Sapat na tulog

- ↓ Reaction time

Nakalalasang Epekto

- Ang Shabu ay nagdudulot ng malubha na sikolohikal at pisikal na pagkasira.
- Ang mga negatibong epekto ay madaling nagsisimula.



Tanong:

- *Ano ang mga naging talamak o pangmatagalang epektong naranasan nyo sa paggamit ng shabu?*
 - *Sa iyong pakiramdam/feelings at pag iisip?*
 - *Sa iyong katawan?*

Mga Pangmatagalang Epekto sa Katawan

- Pagkalito
- Kawalan ng konsentrasyon at pagsasaayos o pag-organize ng impormasyon
- Kawalan ng kakayanang makaramdam nang walang droga
- Paranoia o Tamang-hinala
- Hindi makatulog at sobrang pagod
- “Mood swings”/Pabago-bagong kalagayan ng kalooban
- Pagiging Iritable at magagalitin
- “Depression”
- Pagkabalisa at “Panic Disorder”
- Padalos-dalos at hindi protektadong pakikipag sex

Mga Malubhang Sikolohikal na Epekto

- Mga guni-guni
- Matinding “depression” na maaaring humantong sa pagtatangkang magpakamatay o suicide
- Biglaang pagiging marahas o bayolente
- Malalang pagkawala ng alaala na maaaring maging permanente

Pangmatagalang Epekto sa Katawan

- Panginginig
- Panghihina
- Pagkatuyo ng bibig
- Pagbaba ng timbang/malnutrisyon
- Labis na pagpapawis
- Oily skin
- Singaw
- Pagsakit ng ulo
- Malubhang problema sa ngipin at gilagid

Malulubhang Epekto sa Katawan

- *Seizures*
- Pinsala sa daluyan ng dugo sa utak o stroke
- Damaged brain cells
- Hindi pangkaraniwang tibok ng puso/biglaang pagkamatay
- Atake sa puso o problema sa puso
- Paghina ng kidney
- Paghina sa atay
- Tweaking – paulit-ulit na paggalaw na hindi mapigilan
- Impeksyon sa balat