



BASISVIDEN OM

RUSMIDLER

En stor del af de mennesker, som udvikler et egentligt afhængighedsforhold, hvor de ikke kan lade være med at tage rusmidler, er ofte en gruppe, som er sårbare på andre områder. Det er derfor en god idé at have en basal viden om rusmidler og deres virkning, når du som socialpædagog arbejder med udsatte mennesker.

Typen af rusmidler og påvirkning

Man kan overordnet set inddele rusmidler i to grupper: 'uppers' og 'downers'. Ordene dækker over den tilstand, som man kommer i, når man har indtaget rusmidlet.

Uppers er den gruppe af rusmidler, der skaber eufori, glæde, opstemthed og fysisk aktivitet, hvor man nærmest bliver utrættelig. Downers er det modsatte. Det kan godt være, at et rusmiddel i denne gruppe lige i starten giver en vis opstemthed, men så bliver man også meget hurtig træt og fysisk inaktiv.

Foruden de to overordnede grupper, kan rusmidler inddeles i fem kategorier: depressanter, centralstimulerende, opioider, hallucinogene og cannabis.



Uanset hvilket type af stof, man har taget – om det er en upper eller downer – så skal der være ro på, og der skal være en rolig og venlig autoritet, så man føler, at nu får man hjælp.

Mads Uffe Pedersen, professor ved Center for Rusmiddelforskning på Aarhus Universitet, om hvordan du som socialpædagog bedst hjælper en person, der har taget rusmidler.

Påvirkning

Fordi alle mennesker er forskellige og rusmidlerne virker forskelligt, vil de også have forskellig indvirkning på den enkelte personlighed – nogle kan tåle en høj dosis, og hos andre skal der ikke meget til, før man bliver påvirket.

Af alle kategorierne er opioider de farligste, fordi de går ind og påvirker åndedrætsfunktionen. Men en blanding af beroligende medicin og alkohol kan også være en dødelig cocktail, da de virker meget forstærkende på hinanden.

Et forbrug af hash eller andre stoffer kan ligeledes øge risikoen for at udvikle en psykose, og man taler om, at mennesker, der lider af skizofreni eller er psykosensære ikke kan tåle cannabis/hash. Man ved nemlig, at de, der har skizofreni, eller senere får det, ofte har haft et stort forbrug af cannabis, inden de oplever deres første psykose.

45% af dem, som kommer i behandling for en afhængighed, har en psykiatrisk diagnose – måske uopdaget. Brugen af rusmidler kan være en måde at håndtere udfordringer, som en psykisk sygdom evt. medfører. Fx ser man, at mennesker med ADHD bruger cannabis til at mindske tankemylder og falde mere til ro.

Hvis en person har en psykisk sygdom og et samtidigt skadeligt forbrug af rusmidler, bruger man ofte betegnelsen 'dobbeldiagnose'.

Sådan forholder du dig, hvis en person har indtaget et rusmiddel

Det vigtigste er at finde ud af, hvilket rusmiddel personen har indtaget. Hvis det er opioider, eller beroligende medicin, der er blandet med alkohol, skal der nemlig handles hurtigt.

Din reaktion og emotionelle tilstand påvirker personens adfærd. Uanset om personen har indtaget uppers eller downers, bør du forholde dig roligt, tale langsomt, dæmpet og forklare, at du er kommet for at hjælpe.

Tilkald vagtlægen, hvis du ikke kan komme i kontakt med eller forstå personen, som er tydeligt påvirket af et rusmiddel. Tilkald også vagtlægen, hvis du er i tvivl om, hvad personen har indtaget. Tilkald altid vagtlægen, hvis personen har indtaget opioider.

Når personen ikke er påvirket mere, kan du overveje, om der skal sættes ind med et behandlingsforløb.





BASISVIDEN OM RUSMIDLER

FEM KATEGORIER

AF RUSMIDLER

- ➔ **Depressanter**
Fx alkohol, benzodiazepiner, barbiturater
- ➔ **Centralstimulerende**
Fx kokain, amfetamin og ecstasy
- ➔ **Opioider**
Fx heroin, metadon, ocycontin, stærke smertestillende piller
- ➔ **Hallucinogene**
Fx lsd, mdma, meskalin, ketamin, psilocybinsvampe
- ➔ **Cannabis**
joints (hash iblandet tobak), fordampere (inhalation af røgen) og cannabismedicin/olier

MERE VIDEN

OG INSPIRATION

- ➔ Podcast fra Socialpædagogerne: [Dobbeltdiagnoser - Indsatsen på Tuesten Huse](#)
- ➔ Podcast fra Socialpædagogerne: [Udviklingshæmning og misbrug - hvad er den gode indsats?](#)
- ➔ Udgivelser fra Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet: [STOF – viden om rusmidler og samfund](#)
- ➔ Leksikon om stoffer fra Sundhedsstyrelsen: [Alt om stoffer](#)
- ➔ Site om rusmidler fra Sundhedsstyrelsen: [Stoffer - Sundhedsstyrelsen](#)



NOTER:



SPØRGSMÅL TIL FAGLIG REFLEKSION

OVER SOCIALPÆDAGOGERNES PODCAST 'KORT FORTALT: RUSMIDLER'

KOM GODT I GANG

- ➔ Start med at lytte til Socialpædagogernes podcast 'Kort fortalt: Rusmidler' fra d. 16. februar 2023.
- ➔ Find episoden dér, hvor du normalt lytter til podcasts, fx [Apple Podcasts](#), [Google Podcasts](#), [Podimo](#), [Spotify](#) eller en anden podcast app. Her søger du efter 'Socialpædagogerne' og vælger den rette episode. Du kan også finde episoden på Fagligt Fokus: www.sl.dk/podcast
- ➔ Hvis du har brug for det, så læs side 1 og 2, som giver et oprids af de vigtigste læringer fra episoden.
- ➔ Svar på følgende spørgsmål enten alene eller i samarbejde med dine kolleger.

REFLEKSIONSØVELSE

- ➔ Skriv ned: Hvilke typer af rusmidler møder du typisk i forbindelse med dit arbejde?
- ➔ Hvornår har du sidst oplevet en tilspidset situation med en borger, hvor han/hun var påvirket af rusmidler?
 - ➔ Hvad var vedkommende påvirket af?
 - ➔ Hvordan forholdt du dig i situationen?
 - ➔ Er der noget, du vil gøre anderledes i en anden lignende situation?
- ➔ Reflektér: Hvad er din personlige holdning til rusmidler?
 - ➔ Hvordan påvirker din personlige holdning til rusmidler dig, når du er på arbejde som socialpædagog? Hvis du fx møder en borger, der har indtaget rusmidler? (Eksempler på svar: 'jeg får negative tanker om personen', 'jeg bryder mig ikke om det, men viser det ikke', 'inderst inde ved jeg godt, det er et udtryk for mistrivsel, men jeg tænker mindre om personen pga. rusmiddelindtaget', 'min holdning flugter 100% med den adfærd, jeg udviser overfor personen' etc.)
 - ➔ Er I enige på din arbejdsplads om, hvordan I skal forholde jer til rusmidler?
- ➔ Skriv ned: Hvilke 2-3 pointer fra podcasten kan du tage med dig ud i praksis lige nu?

