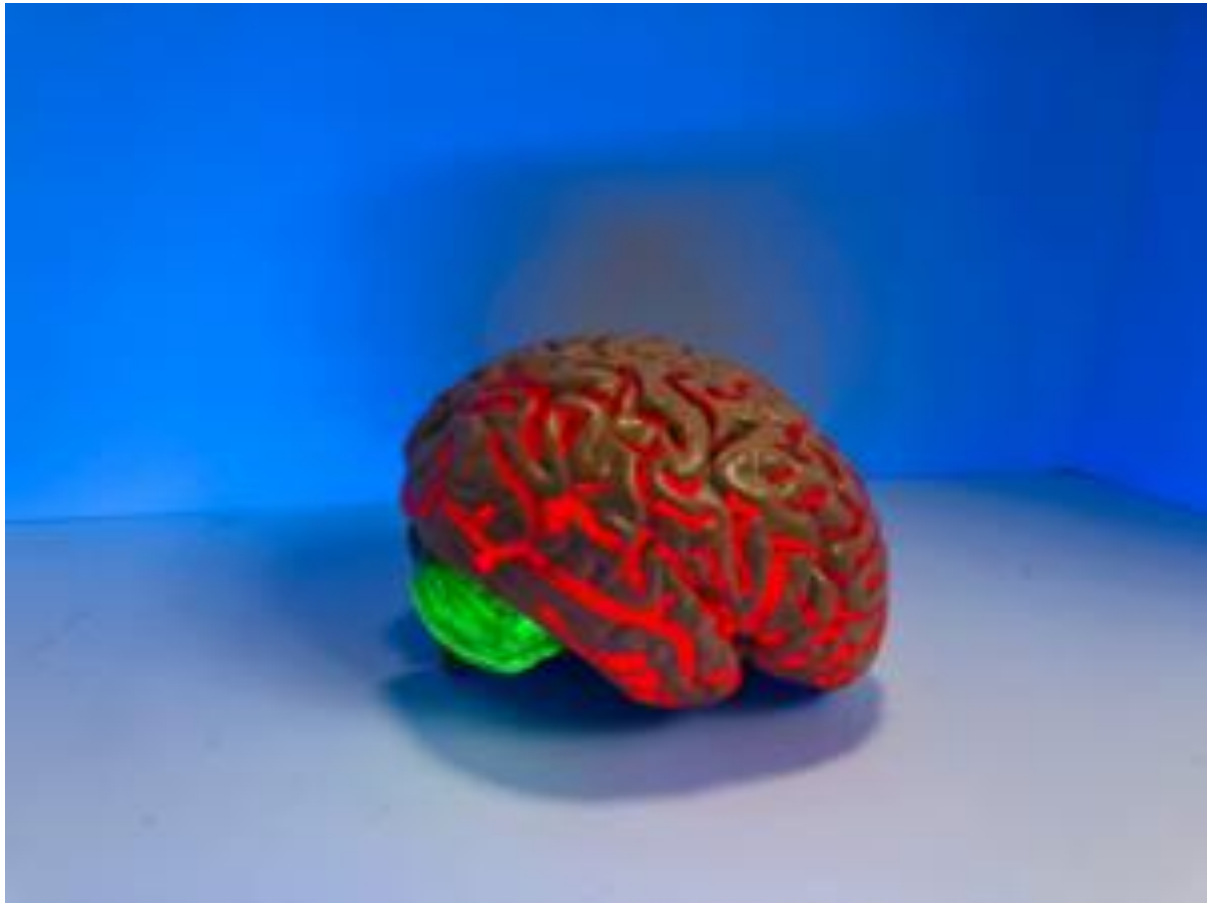


Hjernens ulykkelige forelskelse i rusmidler Hvorfor er hjernen er skabt sådan, at vi får en ulyksalig trang ved brug af rusmidler



Afhængighed er en skæbnesvanger tilstand, der kan overmande selv de stærkeste sind

Når en person først eksperimenterer med rusmidler, begynder en kæde af begivenheder, der kan føre til et dybt forankret forhold til rusmidler. Det er som om, hjernen forelsker sig i rusmidlerne, og denne kærlighedsaffære har ofte fatale konsekvenser. Ligesom i en sørgelig kærlighedshistorie kaster mennesket sig blindt ind i en lidenskabelig affære. Hjernen bliver fortryllet af disse stoffer, der lover øjeblikke af glæde og velbehag. Som i enhver tragisk roman begynder en farlig transformation at tage form.

Hjernen begynder at længes efter det næste møde

Hjernen bliver som en forelsket elsker, der længes efter det næste møde. Dopamin og hjernens naturlige belønningsmekanisme bliver katalysatoren for denne

kærlighedsaffære. Rusmidlerne skaber en overdådig fest af dopamin, og hjernen kan ikke få nok.

Men ligesom i et klassisk drama udvikler der sig også konflikter. Tolerance over for rusmidlet udvikler sig som en hemmelig rival, og hjernen kræver større doser for at opnå samme følelse af glæde. Samtidig bliver abstinenssymptomer som frygtelige skænderier mellem elskende, der søger at komme væk fra hinanden, men ikke kan slippe hinanden fri, på trods af den negative dynamik, der er mellem dem.

Ligesom i en tragedie tilsidesætter individet alt, hvad de plejede at holde kært – familie, relationer, ansvar – og satser alt på den skæbnesvangre kærlighed til rusmidlerne. Afhængighed bliver en dyster, uundgåelig skæbne, der gør individet til en slave af deres trang til at opnå øjeblikkelig tilfredsstillelse.

Det hele begyndte som en flirt og søgen mod stjernestunder

Deroute begynder som regel med nysgerrighed eller ønsket om at opleve noget nyt og spændende. I begyndelsen kan brugen af rusmidler virke som en uskyldig handling, der skaber fantastiske øjeblikke af eufori og velbehag. Disse øjeblikke er skabt på en følelse af velvære og forventning, og hjernen begynder at reagere ved at frigive dopamin, neurotransmitteren, der er ansvarlig for fornøjelsesfølelser.

Rusmidler kan være en fatal genvej til tilfredsstillelse

Dopamin er kroppens naturlige måde at belønne os på for givtige handlinger, såsom spise, drikke og have sex. Når rusmidler kommer ind i billedet, narres hjernen til at tro, at brugen af disse stoffer er en gavnlig adfærd. Det er som om, rusmidlerne kaprer hjernens belønningssystem og bliver den nye kilde til tilfredsstillelse.

Den rekreative brug af rusmidler

I begyndelsen er brugen af rusmidler ofte kontrolleret, og individet manipuleres til at tro, at det har kontrol over situationen. Men her begynder den farlige proces. Hjernen tilpasser sig gradvist til tilstedeværelsen af rusmidler ved at øge antallet af receptorer, der reagerer på rusmidlet, og ved at reducere følsomheden over for dopamin i receptorerne. Dette fører til udvikling af tolerance, hvor større doser af rusmidler er nødvendige for at opnå den samme følelse af velbehag.

Et tvangsmæssigt kærlighedsforhold

Samtidig bliver individets trang til rusmidler stærkere og mere tvangsmæssig. Denne trang kan overmande selv den mest viljestærke person. Det er på dette

tidspunkt, at det kan føles som om, at hjernen og kroppen er blevet bundet til rusmidlerne, og individet ikke længere har kontrol over deres eget liv – og nu bliver glæden forvandlet til smerte og afmagt.

Gradvis ændres individets prioriteringer

Hvad der engang var vigtigt og sundt for individet bliver gradvist mindre betydningsfulde sammenlignet med rusmiddelbrugens øjeblikkelige tilfredsstillende. Det kan føre til ødelæggelse af relationer, tab af job og en generel nedbrydning af den sociale støtte og struktur, der tidligere var vigtige for personens velvære.

På dette tidspunkt bliver afhængighed en fuldendt kraft, der er svær at besejre. Individet bliver som en slave af sin egen trang, og det kan føles som om, at der ikke er nogen vej ud. Denne afmagt kalder igen på mere rusmiddel som en lindring på smerten og ensomheden, der altid følger med en fuldt etableret afhængighed til rusmidler.

Rusmiddelaafhængighed er en ubarmhjertig fjende af livet og kærligheden

Afhængighed kan manifestere sig gennem forskellige typer stoffer, og det er afgørende at forstå, at afhængighedens dybde ikke er begrænset til en bestemt substans. Uanset om det er alkohol, narkotika eller receptpligtige lægemidler, har hjernen en bemærkelsesværdig evne til at tilpasse sig og udvikle afhængighed. Dette skyldes en række komplekse biologiske, psykologiske og sociale faktorer, der spiller sammen i et farligt mønster.

Hjernens længsel efter belønning driver afhængigheden

Når vi undersøger forskellige rusmidler, står vi over for en bred vifte af substanser, der har forskellige kemiske egenskaber og påvirker hjernen på forskellige måder. For eksempel påvirker alkohol GABA-receptorerne i hjernen, hvilket resulterer i en beroligende effekt, mens stimulanter som kokain og amfetaminer øger frigivelsen af dopamin, hvilket fører til en følelse af eufori. På den anden side påvirker opioider som heroin smertelindring og skaber også en intens følelse af velbehag ved at interagere med opioidreceptorer.

Selvom de specifikke mekanismer og virkninger kan variere afhængigt af stoffets art, er den fællesnævner, der driver afhængigheden, hjernens længsel efter belønning og velbehag. Dopamin, som nævnt tidligere, spiller en central rolle her. Det er den neurotransmitter, der er forbundet med fornøjelse og belønning, og når den udløses i overflod af rusmidler, skaber det en stærk positiv forstærkning, der motiverer fortsat brug.

Afhængighed til rusmidler er ikke reversibel

Afhængighed kan som en kronisk tilstand kræve livslang opmærksomhed og styring for at undgå tilbagefald. En væsentlig årsag til denne vedvarende opmærksomhed er hjernens utrolige evne til at tilpasse sig og ændre sig over tid, en egenskab kendt som neuroplasticitet. Når en person udvikler afhængighed til rusmidler, foretager hjernen omfattende ændringer i sin struktur og funktion. De stoffer, der er blevet indtaget regelmæssigt, har oversvømmet hjernen med kemiske signaler, hvilket har skabt en stærk og unaturlig belønningsrespons.

Den etablerede afhængighed

Når afhængigheden først er etableret, er det en monumental udfordring at forsøge at genoprette en sund hjernebalance i forhold til fortsat brug af rusmidler. Dette skyldes, at hjernen stadig husker og længes efter rusmidlerne, og et enkelt tilbagefald kan starte hele systemet op igen. Udviklingen af rusmiddeltolerance, der i begyndelsen af misbruget kunne tage flere år, sker nu på blot 48 timer.

Dette betyder, at en person, der vender tilbage til brug af rusmidler, hurtigt kan opnå den samme høje tolerance til rusmidlet, selvom de har været afholdende fra rusmidler i mange år. Dette er en bemærkelsesværdig og bekymrende proces, da kroppen og hjernen hurtigt bliver tilpasset igen og kræver de meget store mængder rusmiddel som da personen stoppede sit misbrug.

Derfor er det afgørende for personer, der har kæmpet med afhængighed, at forstå, at selv efter lange perioder med afholdenhed er forsigtighed nødvendig. Det betyder, at de skal undgå selv små mængder af rusmidler, da det kan udløse den dybe trang og bringe dem tilbage til afhængighedens mørke sti. Neuroplasticitet er en velsignelse i forhold til hjernens fleksibilitet og evne til at komme sig, men det er også en forbandelse, når det kommer til fastholdelse af afhængighedens magt over mennesker.

Kilde: ["Rapid development of tolerance in humans,"](#)

<https://www.ambulantmisbrugsbehandling.dk/>