

TRATTAMENTO DELLE DIPENDENZE E GUARIGIONE

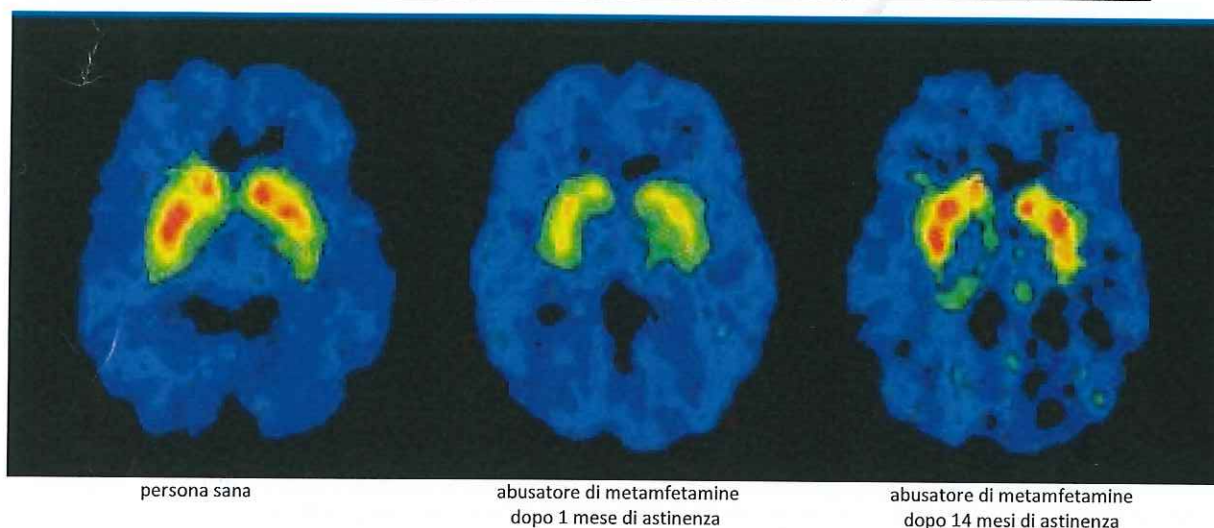
La dipendenza può essere trattata con successo?

Sì. La dipendenza è una malattia curabile. La ricerca in campo scientifico sulla dipendenza e il trattamento dei disturbi da uso di sostanze ha portato allo sviluppo di interventi basati sull'evidenza (evidence-based), che aiutano le persone a smettere di abusare di droghe o alcol e riprendere una vita produttiva.

La dipendenza può essere guarita?

Non sempre, ma come per altre malattie croniche (ipertensione, diabete, asma etc) la dipendenza può essere trattata con successo. Il trattamento permette alle persone di contrastare gli effetti potenti e dirompenti della dipendenza sul loro cervello e sul loro comportamento per poterli aiutare a riprendere il controllo della propria vita.

L'immagine mostra come il cervello sia in grado di recuperare dopo un'astinenza prolungata



Queste immagini mostrano la densità dei trasportatori della dopamina in una zona del cervello chiamata corpo striato, illustrano le notevoli potenzialità del cervello di recuperare, almeno parzialmente dopo una lunga astinenza da droghe, in questo caso metamfetamina.

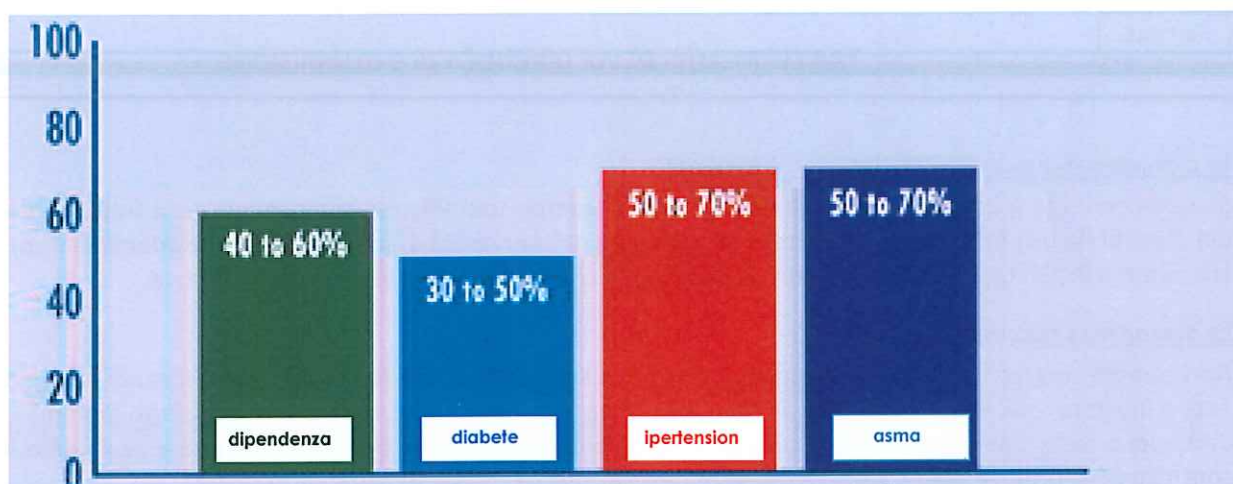
Una ricaduta nell'abuso delle droghe indica che il trattamento ha fallito?

No. La natura cronica della malattia definisce che la ricaduta nell'abuso di droga ad un certo punto non è solo possibile, ma probabile. I tassi di recidiva (ad esempio, la frequenza con cui i sintomi si ripresentano) per le persone con dipendenza e altri disturbi da uso di sostanze sono simili alla ricaduta di altre malattie croniche come il diabete, l'ipertensione e l'asma, che hanno sia componenti fisiologiche che comportamentali. Il trattamento delle malattie croniche comporta la modifica dei comportamenti profondamente radicati nel soggetto, ma la ricaduta non significa che il trattamento non è riuscito.

Per una persona in trattamento per tossicodipendenza, cadere di nuovo nel consumo di droga indica che il trattamento deve essere reintegrato o riadattato o che deve essere previsto un altro tipo di trattamento.

CONFRONTO TRA I TASSI DI RICADUTA TRA TOSSICODIPENDENZA E ALTRE MALATTIE CRONICHE

Percentuali di pazienti che hanno una ricaduta



Source: JAMA, 284:1689-1695, 2000

L'immagine mostra i tassi di ricaduta per le persone trattate per disturbi da uso di sostanze, che sono stati confrontati con quelli delle persone affetti da diabete, ipertensione e asma. La ricaduta è comune e simile in queste malattie esattamente come l'aderenza o la non aderenza alla terapia. Così anche la tossicodipendenza dovrebbe essere trattata come qualsiasi altra malattia cronica; **la ricaduta serve per rinnovare e ricalibrare l'intervento scelto per il paziente.**

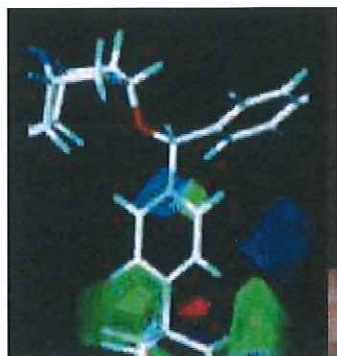
Quali sono i principi di un efficace trattamento dell'abuso di sostanze?

La ricerca mostra che la combinazione di farmaci (dove disponibile) con la terapia comportamentale sia il modo migliore per garantire il successo nella maggior parte dei pazienti. Gli approcci terapeutici devono essere adattati al singolo paziente tenendo in considerazione le caratteristiche del consumo di droga, l'eventuale presenza di altre patologie mediche o psichiatriche e gli eventuali problemi sociali legati alla droga. La dipendenza non deve essere vista come una condanna a vita.

Come possono i farmaci contribuire a trattare la tossicodipendenza?

Differenti tipi di farmaci possono essere utili nelle diverse fasi del trattamento per aiutare un paziente a smettere di abusare di droghe e per rimanere in trattamento ed evitare così una ricaduta.

- trattamento della sindrome di astinenza – Quando i pazienti smettono di usare alcol o droghe possono sperimentare una varietà di sintomi fisici ed emotivi, tra cui la depressione, l'ansia e altri disturbi dell'umore, così come irrequietezza e insonnia. Alcuni farmaci da trattamento sono progettati per ridurre questi sintomi, rendendo così più facile fermare il consumo di droga.



- continuità del trattamento – Alcuni farmaci vengono usati per aiutare il cervello ad adeguarsi gradualmente all'assenza di droga o alcol. Questi farmaci agiscono lentamente per allontanare il desiderio di droga e possono aiutare i pazienti a concentrarsi su altre forme di trattamento come il counselling o altri interventi psicologici.

- prevenzione delle ricadute – Gli studi hanno evidenziato come lo stress, gli stimoli emozionali e socio ambientali legati all'esperienza della droga (come persone, luoghi, cose e stati d'animo) e l'esposizione stessa alle droghe o all'alcol sono i più comuni fattori che determinano la ricaduta. I farmaci sono stati sviluppati per interferire con questi fattori scatenanti e per aiutare i pazienti a sostenere la guarigione.

Farmaci usati per trattare le dipendenze

Dipendenza da tabacco

- Nicotina (cerotti, inalatori o gomma da masticare)
- bupropione
- vareniclina

Dipendenza da oppiacei

- metadone
- buprenorfina
- buprenorfina/naloxone
- naltrexone
- lofexidina

Dipendenza da alcool

- gammaidrossibutirrato di sodio
- naltrexone
- disulfiram
- acamprosato
- nalmeffene

In che modo le terapie comportamentali possono trattare la tossicodipendenza?

Le terapie comportamentali aiutano a coinvolgere le persone nel trattamento del disturbo da uso di sostanze, modificando i loro atteggiamenti e comportamenti legati al consumo di droga e aumentando le loro abilità di vita per gestire situazioni stressanti e gli stimoli ambientali che possono scatenare l'intenso desiderio di droga, che porterebbe il paziente ad un altro ciclo di uso compulsivo della stessa. Le terapie comportamentali possono anche migliorare l'efficacia dei farmaci e aiutare le persone a rimanere in trattamento più a lungo. Il trattamento deve coinvolgere l'intera persona.

Come i migliori programmi di trattamento possono aiutare i pazienti a riprendersi dagli effetti pervasivi della dipendenza?

Acquisire la capacità di fermare l'abuso di droghe è solo una parte di un processo di recupero lungo e complesso. Quando le persone entrano in trattamento per un disturbo di abuso da sostanze, la dipendenza ha spesso preso il sopravvento sulla loro vita. Drogarsi e sperimentare gli effetti di droghe o alcol ha dominato ogni loro momento di vita sostituendosi a molte altre esperienze di vita. La droga ha interrotto il loro funzionamento nella vita familiare, nel lavoro e nella comunità e li ha resi più esposti ad incorrere in altre gravi patologie. Poiché la dipendenza può influenzare molti aspetti della vita di una persona, il trattamento deve coinvolgere tutta la persona per avere successo. I migliori programmi offrono una varietà d'interventi diversi: è importante poter selezionare le migliori strategie per soddisfare gli specifici bisogni medici, psicologici, sociali dei pazienti per favorire il loro recupero dalla dipendenza.

- **Terapia cognitivo-comportamentale** - Si propone di aiutare i pazienti a riconoscere, evitare e affrontare le situazioni in cui loro hanno più probabilità di abusare droghe.
- "contingency management" - Utilizza il rinforzo positivo come fornire premi o privilegi per chi non utilizza più droga, come poter partecipare o assistere a sessioni di consulenza, o assumere i farmaci come prescritti da trattamento. (in Italia questo non è possibile n.d.t.)
- **Terapia motivazionale** - Utilizza strategie per evocare rapidamente e internamente la motivazione al cambiamento di comportamento per essere in grado di fermare il consumo di droga e facilitare così l'ingresso al trattamento.
- **Terapia familiare** - Soprattutto per i giovani, affronta i problemi legati alla droga di una persona all'interno del contesto delle interazioni e delle dinamiche famigliari che possono contribuire al consumo di droga e di altri comportamenti a rischio.

Traduzione NIDA (National Institute of Drug Abuse) "Treatment and Recovery" luglio 2014

Dott.ssa Serena Viganò Psicologa tirocinante SERT di Bergamo

Dott. Marco Riglietta Direttore Dipartimento delle Dipendenze

