

# bentzodiazepinak

EU

ailaket!!

## konposizioa, itxura eta aizunketa

01

### bentzodiazepinak

bentzoak, BZD, pilulak...



Bentzodiazepinak printzipio aktiboaren familia bat dira. Medikuntzan arazo neurologiko zein psikiatrikoak eta insomnioa edota estresa tratatzeko erabili ohi diren substantzien antzeko egitura kimikoa dute.



Bentzodiazepinen familiaren barruan 30 molekutatik gora daude, haien askotariko egiturak direla eta, ondorio anitzak ere eragiten dituztenak.

Ohiko aurkezpena errezetatutako medikamentu batena bezalakoa da, konprimatu gisa, baina egoera likidoan eta mikro enema moduan ere aurki daiteke.

Medikamentu hauen izenak *pam* atzizkiarekin amaitu ohi dira (*diacepam* edo *valium*®, *lorazepam* edo *orfidal*®, *bromazepan* edo *edoxatin*®...), edota *-lam* atzizkiarekin (*alprazolam* edo *trankimazin*®...). Beste izen batzuk ere izan ditzakete, adibidez, *clorazepato* (*tranxilium*®) eta abar.

Merkatu beltzean lortuz gero, nahi ez diren bestelako printzipio aktiboak ager daitezke.



## dosia eta nola hartzen den

02

Hartzeko modurik ohikoena jatea da, baina zenbait medikamentu beste modu batean hartzen dira, hala nola mihipetik, inhalatuz, zain-barneko bidetik eta ipurditik.



BZD bakoitzaren dosia bere potentziaren eta eliminazio-bizitzaren araberakoa da. Ondorioek irauten duten denborari erreparatuz, honela sailkatzen dira: ultra laburrak (1-5h), laburrak (5-20h), tartekoak (20-40h) eta luzeak (40-120h).



## hasierako ondorioak

03

01

Ondorioak ez dira beti berberak; hainbat alderdik dute eragina: zenbateko dosia hartzen den, zer testuinguruan kontsumitzen den, zerekin nahasten den, aldarte onean ala txarrean egon bitartean hartzen den, eta, halaber, zer espero den eta pertsona nolakoa den.

02

Oro har, nerbio-sistema zentralaren depresoreak dira. Hasieran, desinhibitzea eta hitz egiteko gogoa eragin dezakete. Pertsona batzuek adierazten dute haiek hartuta lotsa galtzen dutela.

03

Hauak dira ondorio arruntenak: aktibotasuna txikitzea (lasaigarriak), antsietatea baretzea (antsiolitikoak), logura eragitea (hipnotikoak), giharrak erlaxatzea (mioerlaxatzaileak), eta ondorio antiepileptikoak, antikonbultsiboak eta anesthesiaren eragileak.

04

Duela gutxi gertatutako gauzak oroitzeko zailtasuna eragin dezakete (aurreranzko amnesia).

05

Fisikoki, ongizate-, lasaitasun- edota ahuleria-sentsazioa eragin dezakete.

06

Maila psikologikoan, erosoago sentiarazi ahal zaituzte, kezkarik gabe, edota zure pentsamenduetatik urrundetu. Apatia ere eragin dezakete.

07

Haien eraginpean, egin beharreko zer eginak ahaztu ditzakezu, baita garrantzitsuenak ere, hala nola jatea edo edatea.

08

Dosi handiak hartuz gero, logura, nekea, amesgaiztoak, zorabioak, hitz egiteko eta ibiltzeko zailtasunak, goragaleak edo nahasmendua izaten dira.

## ondorioak epe ertain eta luzera

04

01

Kontsumo jarraituak tolerantzia sortzen du, eta, beraz, ondorio berdinak lortzeko, dosi handiagoa hartu beharko da.



02

Kontsumo jarraituak mendekotasun fisikoa zein psikikoa eragin ditzake. Mendekotasun fisikoa sortuz gero, kontuan izan beharko genuke kontsumoa bat-batean eteteak osasun-arazo larriak eragin ditzakeela.

03

Ohiko kontsumoaren eraginez, epe luzera, plazera edo mina sentitzeko ezintasuna ager daiteke (emozio-anestesia).

04

Batzuetan, ondorio paradoxikoak eragiten dituzte: eszitazio handiagoa, antsietate-maila handitzea, insomnioa, amesgaiztoak, haluzinazioak, ameta eta hiperaktibotasuna, portaera superaktiboa edo oldarkorra... Eragin laburrekoek, haien kontsumoa etetean, errebote-efektua eragin dezakete batzuetan (lortu nahi diren ondorioen kontrako erreakzioa).

## BZD + ALKOHOLA

Beste depresore batekin batera hartuz gero, ondorioak ugari egin daitezke, eta intoxikazioakutuak gerta daitezke, baita gaindosi-arriskua ere.

## BZD + ANFETAMINA

Estimulatuzaileekin batera, bien kontsumoa areagotu daiteke, eta, horrenbestez, dosia handitzeak dakarren arriskua. Estimulatuzaileen nahi

ez diren ondorioak arintzeko kontsumitzen badira, biekiko mendekotasuna sortzeko arriskua handituko da.

## BZD + LSD

Haluzinogenoekin batera, antsietate atxikitu daiteke (izanez gero), baina ez ditu ondorio haluzinogenoak kentzen.



## BZD + BESTE MEDIKAMENTU

Beste medikamentu batzuekin batera (aho bidezko antisorgailuak, zenbait antibiotiko, antiazido...), bentzodiazepinaren metabolismoaren inhibizio bidezko ondorioak areagotu ditzake. Antiepileptiko batzuek, aldiz, diazepamaren metabolismoarekin handiagotu dezakete.

## Kontsumitzea erabakitzen baduzu, kontuan hartu arrisku handiagoko egoera hauek



Arriskuko edo arreta handiko zer edo zer egin behar baduzu, esate baterako, gidatu.

Hazteko adinean bazaude.

Haurdun bazaude edo bularra ematen ari bazara.

Arnas bideetako gaixotasun larria edo loaren apnea baduzu.

Gutxiegitasun hepatiko larria baduzu.

Osasun-langileek agindu ezean, honako kasu hauetan guztietan.

## Hartzea erabaki baduzu...

## hartu baino lehen

Lortu substantziari buruzko informazioa, gozamina eta arriskuak zuk zeuk neurtzeko.

Substantzia legalak direnez, osasun-langileek (medikuek, botikariek) lagundu zaitzakete. Interneten ere aurki ditzakezu prospektuak.

Foroetan informazio kontraesankorra egon daiteke, edo ez oso zehatza. Ai Laket!!-en bitartez ere jaso dezakezu informazioa.

Preskripzio medikoarekin kontsumituta ere arriskuak dakartza.

Pertsona batzuentzat erabilgarriak izan daitezke, beste batzuentzat ez.

Planifikatu kontsumoa, jarri mugak eta saiatu betetzen.

Produktuek hainbat aurkezpen, kontzentrazio... dituzte, hartzeko bidearen arabera.

Psikofarmakoak dira emakumeek gizonek baino gehiago kontsumitzen dituzten substantzia bakarrak, eta kategoria horretakoak dira BZPak.<sup>1</sup>

Generoa aldagai garrantzitsua da drogen kontsumoan, aukeraketan, erabileran eta

jendarteak horrekiko duen pertzepzioan.

Azken urteotan BZD berriak agertu dira, beste ohikoago batzuen gisara salduak. Gogoratu analisia dela merkatu beltzeko substantzien konposizioa ezagutzeko modu bakarra.<sup>2</sup>



<sup>1</sup> EDADES 2017  
<sup>2</sup> Drogei buruzko Europako txostena 2016

## hartu bitartean

Janez gero, xurgapena motela da, eta, beraz, ondorioak beranduagoa gertuko dira. Gogoratu BZD mota desberdinak daudela eta denbora desberdina behar dutela eragiteko.

Alkoholarekin batera hartuz gero, ondorioak ugari egin daitezke, eta erraz gerta daitezke alkohol dosi txikiak ustekabeko ondorioak edota ondorio oso indartsuak eragitea.

Koordinazioa zailtzen du eta erreflexuak murrizten ditu, eta, ondorioz, zeregin batzuk eragozten ditu, adibidez, bizikletan ibiltzea edo gidatzea.

Ikastea ere zailtzen du, gertaera berriekiko amnesia-ondorioa dela eta.



Gogoratu hidratatzea, jatea..., zure gorputzak eskertuko dizu.

Errespeta ezazu hartu aldien arteko tartea, zure kontsumoa seguruagoa izango da horri esker.

BZD desberdinak nahastuz gero, ondorio negatiboak areagotu daitezke, eta gaindosi-arriskua handiagotu daiteke.

## hartu ondoren

Gogoratu tolerantzia ez sortzeko modua kontsumoan etenaldiak egitea dela.

Logura eragiten duten arren, batzuetan ez da lortzen atseden hartzea lo egin bitartean. Ohikoa da ametsak ez gogoratzea.

Adikzio fisikoa edukiz gero, kontuan hartu ez dela kenera kontsumoa bat-batean etetea, dosia poliki-poliki jaitsiz baizik.

Azken aldiz kontsumitu zenetik 2 astetara ere detekta daiteke gurnuan eta odolean, BZD motaren arabera.

Kontsumitu ondoko zenbait egunetara listuan detekta daiteke, eta, horrenbestez, positibo eman dezake errepideko droga-kontroletan. Jakin behar da medikuaren aginduz hartuz gero, eta ez badu gidatzeko ahalmenik urritzen, gidatu daitekeela.

Medikamentuekin trafikatzeari, baimenik gabe saltzea edo banatzea eta errezetak faltsifikatzea kartzelarekin zigortzen da.



**Ai laket!!** irabazi asmorik gabeko elkarte da eta legez kanpoko drogen kontsumitzaile zein kontsumitzaile ohiek osatzen dute. Elkarteak, kontsumo arduratsuen eta drogen erabileraren arriskuak murrizteko ikuspuntuetatik, substantzia psikoaktibo ezberdinekin bizitzeko ikastearen aldeko apustua egiten du. Izan ere, drogak kontsumitzea ala ez, beharrene helduko informazioa jaso ondoren askatasunez hartu pertsona erabakia dela usteko du. Ai laket!!-en asmoa, beraz, ez da erabaki horren gainean eragina izatea, baizik eta informazio zehatza, praktikoa eta sinesgarria eskaintzea, kontsumitzeko erabakia hartzekotan, erabakia ondo hausnartutakoa izan dadin eta kontsumitzaileek zentzudun jokatzeko informazioa izan dezaten.

Jesusen Mirabeen Sortzailearen kalea, 40 etxabe.  
01001 Vitoria-Gasteiz  
(+34) 945 23 15 60  
ailaket@ailaket.com  
www.ailaket.com



ailaket!!