

Drogově závislá, jejíž oblečení již nikdy nebude zářivě bílé

Podněty, jež u závislých vyvolávají touhu po droze, mohou být velmi zvláštní. Jeden bývalý uživatel návykových látek se musel vyhýbat sledování kreslených seriálů, protože jeho dealer tiskl animované postavičky na balíčky s drogami, které pak prodával. Někdy závislý ani neví, co touhu po droze spouští. Jedna žena bojující se závislostí na heroinu zjistila, že se jí touha zmocní pokaždé, když se vypraví do obchodu. Neměla tušení proč. Samozřejmě to komplikovalo její léčbu. Jednou se se svým terapeutem vypravila do prodejny potravin, aby se pokusili zjistit, co by za tím mohlo být. Terapeut pacientce řekl, aby ho upozornila hned, jakmile ji touha po droze přepadne. Chodili uličkami sem a tam a jednu po druhé procházeli, dokud se pacientka najednou nezastavila a neprohlásila: „Teď.“ Nacházeli se v uličce s pracími prášky, před regálem plným bělicích prostředků. Než se začala léčit, recyklovala závislá injekční stříkačky tak, že je máčela v bělidle, aby předešla infekci virem HIV.

Proč si závislí myslí, že je lepší kouřit crack než šňupat kokain

Návykovost drogy je příčinou její schopnosti aktivovat uvolňování dopaminu v toužebném obvodu. Dělá to alkohol, dělá to heroin, dělá to i kokain, a dokonce i marihuana. Avšak ne všechny drogy spouštějí vyplavování dopaminu stejnou

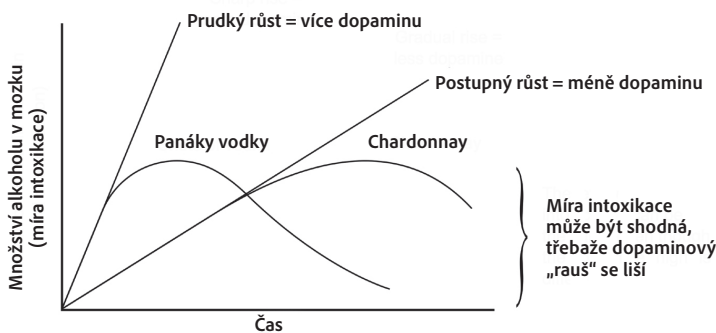
měrou. Ty, které dopaminový systém zasahují nejtvrději, jsou návykovější než ty zdrženlivější. Drogy, jež uživatelé v důsledku uvolnění většího množství dopaminu ušetří „tvrdý zásah“, navozují rovněž euforičtější pocity a podněcují intenzivnější touhu po droze, jakmile je pryč. Intenzita se drogu od drogy liší. Kuřáci marihuany obecně po další dávce neprahnou tolik jako lidé závislí na kokainu. Navzdory všemožným rozdílům mají nicméně všechny drogy jedno společné – příval dopaminu a následné bažení po další dávce.

Rozdíly jsou způsobeny mnoha faktory. Velkou roli hraje chemická struktura molekul, jež danou drogu tvoří. Některé chemické látky aktivují dopamin více než jiné. Důležitá jsou ale i další kritéria. Kupříkladu crack, tedy forma kokainu, již uživatelé obvykle kouří, je v podstatě toutéž molekulou jako práškový kokain, který se šnupe, crack je ale mnohem návykovější – o tolik, že když se v 80. letech minulého století stal široce dostupným, zbytek rekreačních drog doslova převálcoval.

Co je na cracku tak „skvělého“, že mu to umožnilo opakovat trh s kokainem a chemicky zotročit tisíce lidí? Z vědecké perspektivy je odpověď jednoduchá – je to rychlost *nástupu účinku*.

Uvažme drogu, například alkohol, která spouští uvolňování dopaminu. Čím rychleji pronikne do mozku, tím větší rauš uživatelé přivodí. Horizontální osa na obrázku 2 znázorňuje, kolik času uplynulo, a vertikální osa, jak velké množství drogy se do mozku uživatele dostalo. Pokud někdo usrkává ze sklenky Chardonnay, bude graf zleva doprava vykazovat mírný růst. Jestliže ale do sebe tentýž člověk začne kopat panáky vodky, křivka strmě poroste.

Sklon křivky naznačuje, jak rychle v mozku stoupá koncentrace drogy (v tomto případě alkoholu). Platí, že čím



Obr. 2

je růst rychlejší, tím více dopaminu se uvolní, tím větší euforie a tím intenzivnější bažení po droze časem nastává.

Právě proto je kouření cracku přitažlivější než šňupání práškového kokainu – kouření totiž vytváří rychlejší a delší dopaminový rauš. Běžný kokain se kouřit nedá, protože ho vysoká teplota ničí. Kouřit jej lze pouze tehdy, když se přemění na crack. Díky tomu se droga do těla dostává plicemi místo nosem, což je významný rozdíl.

Když práškový kokain nasajeme do nosu, přistane na nosní sliznici, což je červená výstelka uvnitř orgánu. Červené zbarvení způsobují cévy na jejím povrchu. Skrze ně kokain prochází do krevního oběhu, není to ale příliš efektivní, protože dostupného prostoru není mnoho. Občas se při šňupnutí „lajny“ kokainu část prášku do krevního řečiště vůbec nedostane, protože pro něj zkrátka na povrchu sliznice není dost místa.

To neznamená, že šňupání kokainu není nebezpečné a nezpůsobuje závislost, pouze že jeho kouření je ještě nebezpečnější a způsobuje ještě silnější závislost. Kouřením kokainu ve formě cracku se celý proces zefektivňuje. Ve srovnání s nosní sliznicí je vnitřní povrch plic obrovský,

neboť je tvořen miliony drobných plicních sklípků a co do plochy odpovídá zhruba polovině tenisového kurtu. Je zde dostatečná plocha, a jakmile se vaporizovaný kokain dostane do plic, pokračuje rovnou do krevního oběhu a do mozku. Křivka bude mít prudký sklon (náhlý vzestup koncentrace) a droga dopaminový systém zasáhne velmi tvrdě.

Vztah mezi rychlým vzestupem hladiny drogy v krvi a uvolněním dopaminu je důvod, proč narkomani časem přecházejí k vstřikování drogy přímo do žíly. Ostatní metody aplikace jim už nepřinášejí vytoužené vzrušení. Injekční podávání drog je však děsivé a představuje jasnou známku závislosti, takže stigma a strach z jehel dokáže mnohé uživatele drog od dalšího postupu odradit. Kouření naneštěstí drogu do mozku dopraví zhruba stejně rychle jako nitrožilní podání. V případě kouření také chybí stigma, jež se pojí s injekčními stříkačkami. To má za následek, že mnoho uživatelů kokainu, kteří se ho snaží brát jen příležitostně, pokročí k život zničující závislosti. Stejně to bylo s metamfetaminem, když začal být dostupný ve formě vhodné ke kouření.

Opilost versus rauš: v čem je rozdíl

Mezi tím být v rauši a být opilý je velký rozdíl, ale ne každý to ví. Ještě méně lidí chápe, proč tomu tak je.

Propitý večer bývá nejlepší na začátku. Hladina alkoholu rychle roste, což vyvolává příjemné pocity, dostavuje se *dopaminerní euforie*, která přímo souvisí s tím, jak rychle se alkohol dostává do mozku. S postupujícím večerem se však tempo růstu zpomalí a dopamin se přestane uvolňovat. Euforii střídá

opilost. Raná fáze stoupající hladiny alkoholu by se dala charakterizovat jako růst energie, vzrušení a radosti. Intoxikaci naopak doprovází útlum, zhoršená koordinace, nedostatečná artikulace a špatný úsudek. Rychlost, jakou alkohol proniká do mozku, určuje, jak velký rauš piják pocítuje. Míru intoxikace naproti tomu určuje celkové množství vypitého alkoholu, bez ohledu na rychlost konzumace.

Nezkušení pijáci si to pletou. Začnou pít, zvýší hladinu alkoholu v krvi a zakoušejí radost podnícenou uvolněním dopaminu, načež mylně věří, že příjemné pocity jsou způsobeny intoxikací. Pijí proto víc a víc a marně se snaží znovu dosáhnout rauše. Končí to špatně, často v předklonu nad záchodovou mísou.

Někteří lidé na to přijdou sami. Žena, která zavítala na koktejlový večírek, prohlásila, že se baví víc, když pije míchané nápoje než pivo. Na první pohled to působí jako nesmysl, protože alkohol je alkohol, bez ohledu na to, jestli se v těle ocitl z piva nebo z daiquiri. Věda však ženinu zkušenost potvrzuje. Míchané nápoje jsou koncentrovanější a obvykle slazené cukrem, takže je lidé mají tendenci pít rychleji. Míchané nápoje většinou také obsahují více alkoholu než pivo a víno. To znamená, že míchané nápoje dodávají alkohol do těla rychleji a způsobují intenzivnější dopaminergní stimulaci než pivo a víno, které vedou k pomalu rostoucí intoxikaci. Žena si chtěla navodit povznesenou náladu, nikoli dosáhnout alkoholové otupělosti, a k tomu jí míchané nápoje poslouží rozhodně lépe. Několik koktejlů jí poskytne takový příval dopaminu, jaký by vypití mnoha piv za večer dodat nedokázalo.