

Un manuale su Assistenza farmacologica Trattamento o Farmacoterapia



**International Overdose
Awareness Day**



Un manuale sulla terapia farmacologica assistita Trattamento o farmacoterapia

Esistono molti tipi di aiuto per le persone dipendenti da oppioidi. Tra questi, il supporto sociale, l'apprendimento di strategie per modificare i propri comportamenti o l'assunzione di farmaci per ridurre il desiderio compulsivo e prevenire i sintomi di astinenza. Non esiste un unico trattamento perfetto per tutti. Diversi tipi di trattamento sono più adatti a persone diverse.

Molte persone lottano contro la dipendenza da oppioidi. Cercare un trattamento è un modo normale ed efficace per gestire, ridurre o interrompere l'uso di oppioidi.

La dipendenza da oppioidi può essere una condizione persistente (cronica) che richiede un trattamento e una gestione a lungo termine.

I diversi Paesi offrono diverse opzioni di trattamento e diverse modalità di accesso alle cure. Parla con il tuo medico delle opzioni a tua disposizione e degli eventuali costi.

COME RIDURRE O INTERROMPERE L'ASSUNZIONE DI OPIOIDI

Se hai dubbi sul tuo consumo di oppioidi, non cercare di interromperlo o ridurre l'uso senza prima consultare il tuo medico. Sarà in grado di fornirti informazioni importanti e aiutarti a decidere quali passi intraprendere.

Potresti non essere in grado di smettere immediatamente. Se hai assunto oppioidi per un lungo periodo o a dosi elevate, probabilmente avrai bisogno di aiuto per smettere. I servizi disponibili dipenderanno dal luogo in cui vivi. Questi potrebbero includere:

Riduzione graduale del dosaggio: si riferisce alla progressiva riduzione della quantità di farmaci che si assumono regolarmente. Il medico vi aiuterà in questo processo elaborando un piano per ridurre lentamente il dosaggio dei farmaci.

Consulenza e/o terapia comportamentale: alcune persone non avranno bisogno di assistenza medica. Trarranno beneficio dalla consulenza e dalle terapie comportamentali per aiutarle a smettere di usare oppioidi.

Servizi e supporti tra pari: si tratta di gruppi di supporto e organizzazioni professionali gestiti da persone che hanno vissuto in prima persona l'esperienza della dipendenza. Offrono aiuto, sostegno e orientamento senza giudizio a chi sta affrontando una dipendenza.

Trattamento assistito da farmaci: Si tratta di un farmaco somministrato alle persone che desiderano smettere di usare oppioidi. Il farmaco agisce riducendo il desiderio di assumere la sostanza (craving) e prevenendo i sintomi di astinenza. Questo trattamento è anche noto come farmacoterapia, terapia sostitutiva con oppioidi o terapia di sostituzione con oppioidi.

Trattamento per alcolismo e tossicodipendenza: si tratta di un termine generico che comprende una vasta gamma di servizi. Le organizzazioni che offrono questo tipo di trattamento aiutano le persone a ridurre o interrompere l'uso di sostanze stupefacenti. Alcuni programmi prevedono la disintossicazione, la terapia di gruppo o il ricovero temporaneo in una clinica. Parlate con il vostro medico dei servizi disponibili nella vostra zona e dei relativi costi.



FARMACOTERAPIA/ASSISTENZA FARMACOLOGICA TRATTAMENTO

La dipendenza da oppioidi può essere trattata con farmaci. Questo trattamento è spesso definito farmacoterapia o terapia farmacologica assistita (MAT).

Quando una persona con dipendenza da oppioidi inizia una terapia farmacologica assistita (MAT), il medico le prescrive oppioidi ad azione lenta che riducono il desiderio compulsivo, prevengono i sintomi di astinenza e diminuiscono il rischio di overdose. Di solito si tratta di farmaci come il metadone e la buprenorfina, ma possono essere prescritti anche altri, come la morfina orale a rilascio prolungato.

La terapia farmacologica assistita (MAT) è un trattamento molto efficace per le persone dipendenti o assuefatte agli oppioidi.

MAT consente alle persone di:

- Interrompere o ridurre significativamente l'uso di altri oppioidi
- Interrompere o ridurre le pratiche dannose di assunzione di droghe
- Risparmiare denaro: il metadone e la buprenorfina tendono a costare molto meno degli altri oppioidi

Sebbene non sia efficace per tutti, molte persone scoprono che la terapia farmacologica assistita (MAT) le aiuta a interrompere il ciclo di dipendenza da oppioidi. Tenendo sotto controllo il desiderio compulsivo e i sintomi di astinenza, chi segue la MAT può dedicare più tempo e attenzione ad altri aspetti della propria vita.

Gli obiettivi di ognuno sono diversi. Una volta stabilizzata la situazione, una persona potrebbe desiderare di ridurre gradualmente l'attività. MAT oppure potrebbero sentirsi a proprio agio continuando con un programma di mantenimento.

Con la terapia farmacologica assistita (MAT) è più probabile ridurre con successo l'uso di oppioidi rispetto a qualsiasi altro tipo di trattamento. La terapia farmacologica assistita è il trattamento più efficace per la dipendenza da oppioidi, ma la combinazione di trattamenti psicosociali con la MAT può portare a risultati ancora migliori.

TIPI DI TAPPETINI

1. Metadone

Il metadone è un oppioide ad azione lenta. Può essere utilizzato per trattare il dolore, ma è più comunemente impiegato per curare la dipendenza da oppioidi.

Il metadone può essere prescritto alle persone con dipendenza da oppioidi per prevenire i sintomi di astinenza e ridurre il desiderio compulsivo di assumere la sostanza. Chi assume metadone di solito ne prende una dose al giorno.

2. Buprenorfina

Anche la buprenorfina è un oppioide ad azione lenta.

Come il metadone, può essere utilizzato per trattare il dolore, ma è più comunemente impiegato per curare la dipendenza da oppioidi.

3. Naltrexone

Il naltrexone è un farmaco antagonista degli oppioidi a lunga durata d'azione, disponibile solo su prescrizione medica, talvolta utilizzato per trattare il disturbo da uso di oppioidi, ma più spesso la dipendenza da alcol.

METODI DI AMMINISTRAZIONE

Il metadone, quando prescritto per la dipendenza da oppioidi, si presenta solitamente sotto forma di sciroppo da ingerire.

I pazienti in terapia con metadone devono recarsi quotidianamente in clinica o in farmacia per ricevere la propria dose. Alcuni paesi consentono la somministrazione di dosi da assumere a domicilio, riducendo così la frequenza delle visite in clinica. È consigliabile consultare il proprio medico o la clinica per maggiori informazioni.

La buprenorfina è solitamente disponibile sotto forma di compressa o pellicola da sciogliere sotto la lingua.

La buprenorfina è disponibile anche in dosi a lunga durata d'azione, sia sotto forma di impianti sottocutanei con una durata di sei mesi, sia come iniezione a rilascio prolungato con una durata di una settimana o un mese. Queste dosi a lunga durata d'azione riducono la necessità di recarsi frequentemente in clinica.

Il naltrexone può essere prescritto sotto forma di compressa, impianto o iniezione.



SALIRE SUL TAPPETINO

Per accedere alla terapia farmacologica assistita (MAT), è necessario innanzitutto parlare con il proprio medico o con un servizio di assistenza per alcol e droghe. Loro sapranno indicarvi i trattamenti disponibili nella vostra zona e i relativi costi.

Non tutti i medici prescrivono la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT); se il tuo medico non la prescrive, può indirizzarti a un altro medico o a una clinica che la prescrive.

Quando inizi la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT), potresti notare che il farmaco ti provoca sonnolenza all'inizio. Questo effetto dovrebbe cessare man mano che il tuo corpo si adatta al trattamento. Il medico potrebbe anche aggiustare il dosaggio per trovare il livello più efficace per te.

Il tuo medico dovrebbe essere in grado di raccomandare ulteriori terapie e supporti per aiutarti a proseguire la terapia farmacologica assistita e a ottenere l'assistenza di cui hai bisogno.

DOMANDE FREQUENTI

'Per quanto tempo dovrò sottopormi a una terapia farmacologica?'

Dipende dalla tua storia di consumo di droghe, dalle droghe che assumevi e dalle tue circostanze personali.

In genere, i pazienti assumono la terapia farmacologica assistita (MAT) per alcuni mesi, fino a quando il loro consumo di oppioidi non si stabilizza. Dopodiché, possono parlare con il medico dei passi successivi. Questi potrebbero includere il mantenimento del dosaggio attuale, la sua riduzione o la sospensione completa della MAT.

Parla con il tuo medico per assicurarti di comprendere appieno cosa comporta il trattamento e per avere aspettative realistiche al riguardo.

'Sto semplicemente sostituendo una droga con un'altra?'

No. Quando prescritti per il trattamento della dipendenza da oppioidi, il metadone e la buprenorfina sono farmaci. Sono molto diversi da altri oppioidi come l'eroina, l'ossicodone o il fentanil. Il metadone e la buprenorfina agiscono lentamente, quindi una singola dose ha un effetto più duraturo rispetto ad altri oppioidi.

Tuttavia, questi farmaci comportano ancora alcuni rischi.

Se stai seguendo una terapia farmacologica per la dipendenza da oppioidi, è importante non assumere altri oppioidi o sedativi come le benzodiazepine, poiché ciò può aumentare il rischio di overdose. È inoltre fondamentale non interrompere l'assunzione di metadone o buprenorfina senza consultare il medico o un servizio di assistenza per l'abuso di alcol e droghe.

'Quanto costa?'

Dipende da dove vivi e dai programmi disponibili. In alcune zone, la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT) è completamente sovvenzionata (disponibile gratuitamente). In altre, i pazienti pagano una tariffa per ogni dose.

Anche a pagamento, la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT) è generalmente più economica di altre droghe come eroina, ossicodone e fentanil. Questo perché il metadone e la buprenorfina agiscono in modo tale che, al massimo, venga assunta una sola dose al giorno. Altri oppioidi, invece, possono esaurire il loro effetto dopo poche ore.

La terapia farmacologica assistita (MAT) riduce inoltre significativamente i costi dell'uso di droghe per la salute e il benessere.



PREOCCUPAZIONI COMUNI RIGUARDO ALLA MAT

"È solo un'altra droga / Sei comunque un tossicodipendente da metadone"

Il metadone e la buprenorfina, se assunti per il trattamento della dipendenza da oppioidi, sono farmaci. I diabetici non sono considerati dipendenti dall'insulina.

L'assunzione di insulina consente loro di rimanere sani e di vivere la propria vita. Il trattamento assistito da farmaci fa lo stesso per persone con dipendenza da oppioidi e assuefazione.

Sebbene sia vero che gli oppioidi vengano prescritti per la terapia farmacologica assistita, è proprio per questo motivo che si tratta di un trattamento efficace per la dipendenza da oppioidi.

Le persone in terapia farmacologica assistita hanno meno probabilità di cercare o utilizzare altri oppioidi, il che consente loro di tornare a uno stile di vita normale, cosa più difficile quando si è dipendenti da oppioidi illegali, prescritti o non prescritti.

Le persone che cercano di smettere di usare oppioidi senza l'aiuto di farmaci trovano la cosa molto più difficile. Le persone in terapia farmacologica assistita hanno meno probabilità di ricadere nell'uso di oppioidi rispetto a chi non la segue.

"È troppo scomodo"

Andare in clinica o in farmacia ogni giorno per ricevere Il trattamento può essere scomodo. Trattamenti come

Gli impianti e le iniezioni a lunga durata d'azione, insieme alla somministrazione senza supervisione o alle opzioni da asporto, riducono la necessità di sottoporsi al trattamento quotidianamente. Alcuni paesi offrono altre opzioni di trattamento che non prevedono la visita in clinica.

Le persone possono assumere la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT) per un breve periodo, per un periodo prolungato o persino per tutta la vita.

Molte persone in terapia con MAT riducono gradualmente il dosaggio nel tempo fino a interrompere completamente il trattamento.

"Non potrò andare in vacanza né trasferirmi altrove."

La possibilità di viaggiare dipenderà in parte dal tipo di terapia farmacologica assistita (MAT) a cui ci si sottopone. Sebbene la MAT preveda spesso dosi giornaliere, in alcuni luoghi, previa autorizzazione, potrebbe essere possibile ricevere dosi da asporto.

È inoltre importante ricordare che per molte persone la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT) è un trattamento temporaneo, e che la dose verrà gradualmente ridotta fino alla sua completa interruzione.

Anche se segui una terapia farmacologica a lungo termine, puoi parlare con il tuo medico per capire come gestire al meglio i tuoi farmaci durante i viaggi o i traslochi.

Sono disponibili dosi di MAT a lunga durata d'azione: chiedete informazioni al vostro medico.

"Il metadone/buprenorfina provoca euforia."

Rispetto ad altri oppioidi come l'eroina e l'ossicodone, il metadone e la buprenorfina non producono un forte effetto euforizzante.

All'inizio del trattamento potresti sentirti assonnato, ma questa sensazione dovrebbe passare rapidamente. Il nostro corpo si adatta velocemente al metadone e alla buprenorfina, quindi le persone si sentono presto vigili, sveglie e normali durante la terapia farmacologica assistita.

"Fa marcire i denti"

Si tratta di un mito molto diffuso sul metadone.

Sebbene il metadone non danneggi i denti, come tutti gli oppioidi può causare secchezza delle fauci. La secchezza delle fauci rende i denti più soggetti alle carie. Mantenere una regolare igiene orale e bere molta acqua contribuirà a prevenire danni ai denti.

"Ingrassi"

Alcune persone aumentano di peso durante la terapia farmacologica assistita da farmaci (MAT). Ciò accade solitamente perché la MAT migliora la salute del paziente e questi inizia a mangiare di più – potrebbe essere che fosse già sottopeso a causa dell'uso di oppioidi.

Il metadone può rallentare il metabolismo, causando aumento di peso, e alcune persone riferiscono di avere voglia di cibi zuccherati. Tuttavia, consumare alimenti ricchi di fibre (come cereali integrali, frutta e verdura), limitare l'assunzione di zuccheri e praticare regolarmente attività fisica contribuirà a mantenere un peso corporeo sano.



ALTRE STRATEGIE PER LA DIPENDENZA

Mantenersi

Ridurre o interrompere l'uso di oppioidi può essere difficile. Se si è sviluppata una dipendenza o una tossicodipendenza da oppioidi, ridurre il dosaggio può essere spiacevole, anche con l'aiuto del medico. Anche in assenza di dipendenza o tossicodipendenza, adattarsi a nuovi farmaci e trattamenti può essere complicato.

Esistono altri modi per sostenerti e rendere questo processo più semplice:

- Adottare buone abitudini di sonno
- Esercizio fisico
- Mangiare bene
- Impegnarsi in attività piacevoli come dipingere o praticare sport
- Darsi tempo e spazio per adattarsi
- Trascorrere del tempo con amici e familiari

Amici e familiari possono essere una grande fonte di supporto; nei momenti di bisogno, non esitare a rivolgerti alle persone a te più care. Tuttavia, a volte è utile parlare con qualcuno che capisca la tua situazione e ciò che stai attraversando. I servizi di supporto tra pari (persone che hanno vissuto esperienze simili di dipendenza) possono essere un ottimo modo per parlare delle proprie esperienze senza essere giudicati.

Parlare con un consulente, uno psicologo o un operatore specializzato in dipendenze può essere d'aiuto. Ricorda: maggiore è il supporto che ricevi, più facile sarà raggiungere i tuoi obiettivi.

DECIDERE DI CHIEDERE AIUTO

Esistono molti tipi di aiuto per le persone dipendenti dagli oppioidi. Alcuni di questi prevedono l'assunzione di farmaci. Altri si basano sul dialogo e sull'apprendimento di come modificare il proprio comportamento. Altri ancora prevedono il ricovero in una clinica di riabilitazione. Non esiste un unico trattamento perfetto per tutti. Diversi tipi di trattamento sono più adatti a persone diverse.

Molte persone lottano contro la dipendenza da oppioidi. Cercare un trattamento è un modo normale ed efficace per gestire, ridurre o interrompere l'uso di droghe.

La dipendenza da oppioidi può essere una condizione persistente (cronica) che richiede un trattamento e una gestione a lungo termine.

I diversi paesi offrono diverse opzioni di trattamento e diverse modalità di accesso. Rivolgiti a un servizio per la dipendenza da alcol e droghe, a un'organizzazione sanitaria locale o al tuo medico per conoscere le opzioni a tua disposizione e gli eventuali costi.