

ΠΡΟΛΗΨΗ

Μία αποτελεσματική Στρατηγική Πρόληψης, οφείλει να στρέψει το βλέμμα τόσο στο άτομο (βιοψυχοκοινωνική προσέγγιση), όσο και στην κοινωνική διάσταση της χρήσης και των εξαρτητικών συμπεριφορών, για να κατανοήσει κάτω υπό ποιες συνθήκες άτομα κάθε ηλικίας κάνουν χρήση ουσιών, νόμιμων ή παράνομων.

Οι στόχοι μιας Στρατηγικής Πρόληψης που βασίζεται στην ολιστική προσέγγιση που προτείνει το μοντέλο της Δημόσιας Υγείας, πρέπει να είναι μετρήσιμοι και αποτελεσματικοί και να μειώνουν τις επιπτώσεις των εξαρτησιογόνων ουσιών, αλλά και τις πιθανότητες ένα άτομο να οδηγηθεί εξ αρχής στη χρήση τέτοιων ουσιών και στην εξάρτηση. Κύριος στρατηγικός στόχος είναι η ενδυνάμωση εκείνων των δεξιοτήτων και επιλογών που ενισχύουν την υγεία και την ευημερία του ατόμου και της κοινωνίας ευρύτερα. Η Στρατηγική αναγνωρίζει την προληπτική αξία που έχει η ποικιλότητα στηρίξη και η δημιουργική δραστηριότητα των παιδιών και των νέων, όπως επίσης και η εμπλοκή τους στον εθελοντισμό, μέσω του οποίου καλλιεργείται ο αλtruισμός, η αλληλεγγύη, η προσφορά προς το συνάνθρωπο και την κοινωνία, καθώς επίσης και οι οργανωμένες και διαδραστικές εξορμήσεις στη φύση ειδικού σκοπού και στόχου άθλησης, ψυχαγωγίας και σύσφιξης οικογενειακών ή φιλικών σχέσεων.

Σε αυτό το πλαίσιο, η Στρατηγική Πρόληψης εστιάζει σε τέσσερα επίπεδα:

- Καθολική Πρόληψη

Η πρόληψη, όπως και στις περισσότερες ασθένειες με παθολογικά αίτια, παραμένει η καλύτερη θεραπεία. Γι' αυτό η γνώση και η σωστή πληροφόρηση είναι μέγιστης σημασίας. Μέσω αυτού του επιπέδου δράσης, αναπτύσσονται πρακτικές και προγράμματα που στοχεύουν στην κοινοτική ανάπτυξη και στη συστηματική εκπαίδευση των πολιτών γύρω από την κατάχρηση ουσιών, αξιοποιώντας την επιρροή των Μέσων Μαζικής Επικοινωνίας. Παράλληλα, ασκείται πίεση για τη διαμόρφωση θεσμικών ρυθμίσεων και μέτρων που συνδέονται άμεσα με την κατανάλωση ουσιών και τις εξαρτητικές συμπεριφορές.

- Επικεντρωμένη πρόληψη

Η εξάρτηση δεν είναι μια απόλυτη κατάσταση, αντιθέτως, είναι μια σταδιακή εξέλιξη που διαφέρει από άτομο σε άτομο. Μέσα από ένα συνδυασμό συνεργειών και παρεμβάσεων, αυτό το επίπεδο δράσης στοχεύει στον έγκαιρο εντοπισμό προβληματικών καταστάσεων, μέσα από ενέργειες που έχουν τη δυνατότητα να σταματήσουν την πορεία προς την εξάρτηση. Εδώ, απαιτείται μια πολυεπίπεδη, έγκαιρη και συστηματικά συνδυασμένη δράση.

- Ενδεδειγμένη πρόληψη

Αυτό το επίπεδο εστιάζει στα προβλήματα που έχουν ήδη εκδηλωθεί. Εντοπίζεται τι θεωρείται σημαντικό για την ομάδα που έχει επηρεαστεί και

καλλιεργούνται οι κατάλληλες συνθήκες για την αντιμετώπιση του στιγματισμού και του κοινωνικού αποκλεισμού. Δημιουργούνται επιλογές λύσεων, διευκολύνεται η πρόσβαση σε υπηρεσίες, και στηρίζονται έμπρακτα όλες οι ομάδες που επηρεάζονται άμεσα από τις συνέπειες της κατάχρησης: το ίδιο το άτομο -σε όποιο στάδιο εξάρτησης κι αν βρίσκεται, οι οικείοι του, και το κοινωνικό του περιβάλλον.

- Περιβαλλοντική πρόληψη

Τα πιο πάνω τρία επίπεδα πρόληψης έρχεται να συμπληρώσει η λεγόμενη περιβαλλοντική πρόληψη, η οποία στοχεύει να περιορίσει τις πιθανότητες εξέλιξης επικίνδυνων συμπεριφορών και να προωθήσει πιο υγιείς επιλογές, αποσκοπώντας στην πρόληψη των προβλημάτων που συνδέονται με τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω μεταβολής του περιβάλλοντος του ατόμου, με τρόπο που μπορεί ασυνείδητα να επηρεάσει τη συμπεριφορά του. Περιλαμβάνει συνήθως μέτρα όπως η απαγόρευση του καπνίσματος, πολιτικές τιμολόγησης των οινόπνευματων ποτών, η προαγωγή της υγείας στο σχολείο και άλλα.

Τα προγράμματα καθολικού, ενδεδειγμένου, επιλεκτικού τύπου, και περιβαλλοντικής πρόληψης, υποστηρίζουν την Στρατηγική Πρόληψης με πέντε διακριτές σφαίρες στόχων:

1. Την προαγωγή και την προστασία της υγείας και της ευημερίας των πολιτών κάθε ηλικίας, καθυστερώντας την έναρξη της χρήσης και των εξαρτητικών συμπεριφορών με την εφαρμογή δράσεων και νομοθετικών ρυθμίσεων που στοχεύουν στη δημιουργία ενός περιβάλλοντος που να αποτρέπει τη χρήση/ εξάρτηση
2. Την καταπολέμηση του στίγματος, έτσι ώστε όλο και περισσότερα άτομα να αναζητούν πρόσβαση και να αξιοποιούν τους πόρους που είναι διαθέσιμοι για την ανακούφιση των δυσκολιών που αντιμετωπίζουν.
3. Την ενίσχυση της κοινωνικής συνοχής με την στήριξη παιδιών και νέων που ανήκουν σε ευάλωτες ομάδες, καθώς και την στήριξη άλλων ευάλωτων ομάδων του πληθυσμού.
4. Την ενεργοποίηση της κοινωνίας για την αντιμετώπιση του προβλήματος, μέσα από την ενεργή εμπλοκή της κοινότητας, της οικογένειας, και των ίδιων των ατόμων αλλά και μέσα από την εφαρμογή προγραμμάτων έγκαιρης παρέμβασης.
5. Την έγκυρη και έγκαιρη ενημέρωση της κοινωνίας για θέματα που αφορούν στις εξαρτήσεις και άλλες δράσεις καθολικής πρόληψης.

Είναι απαραίτητο, οι παρεμβάσεις πρόληψης να είναι επιστημονικά τεκμηριωμένες. Αυτό σημαίνει ότι χρειάζεται να τεκμηριώνεται, μέσω διαθέσιμων επιστημονικών στοιχείων ότι αυτά που εφαρμόζονται βελτιώνουν τα μετρήσιμα αποτελέσματα των εξυπηρετούμενων. Για τη διασφάλιση της εφαρμογής επιστημονικά τεκμηριωμένων παρεμβάσεων στην πρόληψη, η Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου υιοθετεί:

- τα Διεθνή πρότυπα για την πρόληψη των ουσιών εξάρτησης - International Standards on Drug Use Prevention του UNODC (2013, 2018) και
- τις Ευρωπαϊκές Προδιαγραφές Ποιότητας για την Πρόληψη της Χρήσης Εξαρτησιογόνων Ουσιών (EuΠρο).

Η Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου υιοθετεί προσεγγίσεις και μεθόδους που βασίζονται σε επιστημονικά τεκμηριωμένα στοιχεία και είναι οι πλέον υποσχόμενες για την αποτελεσματική πρόληψη κατά της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών.

Τα πιο πάνω σημεία αναλύονται στον [Οδηγό Πρόληψης](#) που ετοίμασε η Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου