

# Tranquil·litzants i risc d'addicció

Autor:

Rafael Borràs.  
Farmacèutic

## La MEDICACIÓ és la solució?

Cada vegada hi ha més gent que, a causa d'un ritme de vida accelerat, a l'acumulació de tensions i a la mala canalització d'expectatives i sentiments, pot desencadenar processos importants d'ansietat, insomni i estrès.

La resposta a aquesta sensació de malestar psicològic és, molt sovint, la medicació.

En aquests casos, els fàrmacs són una ajuda, un coixí per canalitzar un problema psicològic: ajuden a regular determinats neurotransmissors, i la resposta a aquesta acció és una millora substancial dels símptomes negatius que percep l'afectat.

Quan parlem de la dependència a determinades substàncies, moltes vegades no tenim en

compte que hi ha fàrmacs que utilitzats de forma desproporcionada, fora de context i sense un control regular i estricte, poden causar un procés addictiu important i difícil de controlar.

## Cal SABER QUE...

- ✓ La prescripció de psicofàrmacs ha d'anar acompanyada d'un tractament psicològic addicional.
- ✓ Cal evitar sempre l'automedicació.
- ✓ L'adequació de la posologia per part del pacient, segons la seva percepció subectiva del problema, és una de les causes per les quals molts pacients prenen una dosi de medicament superior a la recomanada.
- ✓ En molts casos, els efectes secundaris es poden confondre amb els símptomes de la pròpia malaltia, i per tant disminueix la possibilitat d'adequar-hi el tractament o la posologia.
- ✓ No es poden barrejar els psicofàrmacs amb alcohol ni altres drogues.
- ✓ No augmentar mai la dosi del fàrmac, ni suspendre de cop el tractament pel nostre compte.