



Å ruse seg, eller ikke ruse seg... Det er spørsmålet



Foto: Fra pixabay.com Public Domain Dedication

Da jeg gikk på barneskolen var det en trafiksikkerhetskampanje som het «Ikke tøft å være død». Det var kanskje en hard metodikk for å få ned trafikkulykker og forebygge skader og ulykker i trafikken. Men er det effektivt, og er det overførbart til andre problemstillinger som rusbruk?

Tirsdag 26. mars var det folkemøte om ungdom og rus i kulturhuset i Årnes. Salen var nesten fullsatt av ungdom, voksne, foreldre, politikere, ansatte i kommunen og besøkende fra nabokommuner. I tur og orden hadde forebyggende tjenester i kommunen, politiet og norsk narkotikapolitiforening foredrag om status for rus og ungdomsmiljø i Nes, om rusmiddels påvirkning på kroppen, og om tegn og symptomer for å gjenkjenne ulike rusmidler og personer som er ruset. Den siste timen fikk vi høre historien til Bratland-ekteparet, som mistet sin sønn i førstegangs MDMA*-rus. Det var ikke mange øyne som var tørre etter å ha hørt dem fortelle om hvordan de opplevde det da deres sønn på 21 år døde etter å ha inntatt MDMA på en fest mens han studerte i England.

Sønnen deres var «den vanlige gutten i gata».

Vi vet at tilgjengeligheten til rusmidler er stor, og med det «normaliseres» kanskje rusmidler og mulig det flyttes på noen grenser for opplevelsen av om det er skadelig eller ikke. Politiet og de forebyggende tjenestene i Nes, og flere andre steder i landet, melder om at ungdommers holdninger til illegale rusmidler har endret seg. Om at flere og flere uttrykker at det ikke er så farlig eller skadelig. Det er ikke slik at noe blir sant, bare mange nok sier det. Dette er urovekkende og ikke forankret i den kunnskapen vi har om rusmidlers effekt i kroppen på kort og lang sikt.



Bratland-ekteparet fortalte videre om hvor forskjellig ulike mennesker kan respondere på samme dose MDMA eller hasj/cannabis fra samme sortiment. I flere tilfeller har det skjedd at ungdom eller voksne får utløst en psykose eller dør, mens vennene ser ut til å tåle det (på kort sikt). Det er umulig å forutsi det på forhånd, og fra gang til gang. Er det verdt å ta sjansen? På lang sikt trenger kroppen høyere og høyere doser for å få samme effekt, og etter hvert endrer hjernestrukturer seg og kroppen brytes ned. Noen tenker kanskje at de ikke har tenkt til å la det gå så langt. Men hvordan skal en vite hvordan en vil respondere på førstegang- eller flergangsbruk? Og hvor er grensa for å ha gått for langt? Det letteste er og ikke prøve illegale rusmidler. Men har du allerede forsøkt, og dermed krysset grensa, så er det mulig å snu og gå tilbake. Det er god hjelp å få i de kommunale tjenestene, så ikke nøl med å ta kontakt.

Så, kan det ha en effekt å høre historien til Bratland-ekteparet om deres sønn som døde som følger av å ha tatt MDMA? Kan det forebygges at ungdom ruser seg? Jeg tror det kan det. Kanskje kan evalueringsrapporten av «Ikke tøft å være død» fra TØI (2007) i noe grad dra paralleller til dette temaet om ungdom og rus, og gi en pekepinn om hva som kan funke:

- Det er et godt informasjonstiltak for å øke bevisstheten, og mottakerne opplevde det som positivt å delta. De kunne relatere tema til seg selv, og at det kunne skje med dem også. Men informasjonstiltaket endret ikke holdninger og atferd alene.
- Kombinasjonen av informasjon- og kontrolltiltak ga større effekt. Kontrolltiltak tvinger fram endring. Tidligere forskning har vist at individet ofte søker et samsvar mellom atferd og holdninger. Det å bli tvunget til å endre atferd, øker ofte sjansene til at holdningene endres til å bli i samsvar med atferden. Dette punktet underbygger at lover og sanksjoner i samfunnet har en sentral rolle i å påvirke atferd og holdninger i befolkningen.
- Sosial påvirkning er et annet element som har betydning for risikoatferd (indirekte eller direkte). Ungdom er gjerne mer tilbøyelige til å gi etter for gruppepress. Sanksjoner gjennom kontroller kan gi ungdom og andre en unnskyldning/grunn for å motstå gruppepress.

Det er så ufattelig trist og meningsløst når ungdom dør lenge før deres tid skulle vært omme, og det kunne vært unngått. Livet og kroppen har mange muligheter for naturlig stimuli og velværefølelse. Det er ganske digg å kjenne på at man lever, og at livet svinger – uten rus!

Skribent

Berna Marie Sommerseth

Folkehelsekoordinator i Nes kommune



Kilder: *MDMA står for 3,4-Methylenedioxyamfetamin og er euforiserende stoff som er syntetisk fremstilt i et laboratorium ut fra enkle kjemikalier. MDMA er det aktive stoffet i ecstasy.

<https://forskning.no/hjernen-alkohol-og-narkotika/hva-er-mdma-og-hvordan-fungerer-det/284869>

TØI rapport 872/2007.