વ્યસનની વિકૃતિઓ

“આપણા સમાજમાં દારૂડિયાપણાની તેમજ કેફી દ્રવ્યોના દુરુપયોગની સમસ્યાઓ એટલી વધી ગઈ છે કે તે પ્રજા અને વિજ્ઞાન બંનેના ધ્યાનનું કેન્દ્ર બની છે.

- કો અને કૌ

1. વ્યસનની વિકૃતિઓ
2. દારૂનો દુરુપયોગ અને તેનું અવલંબન (આધરિતતા)
3. રૂડિયાજ્ઞાનું પ્રમાણ અને સંબંધિત સમસ્યાઓ
4. દારૂના દુરુપયોગ અને અવધનનું ચિકિત્સાત્મક ચિત્ર
    - દારૂની મગજ પર થતી અસરો
    - દારૂના અવલંબનનો વિકાસ
    - દારૂના દુરુપયોગ (સેવન)ની શારીરિક અસરો
    - દારૂના દુરુપયોગ અને અવલંબનની મનોસામાજિક અસરો
    - દારૂના સેવનથી થતી તીવ્ર મનોવિકૃતિઓ
5. કેફી દ્રવ્યોનો દુરુપયોગ સેવન અને તેનું અવલંબન આધારિતતા)
    - કેફી દ્રવ્યોનો દુરુપયોગ અને તેનું અવલંબન
    - અફીણ અને તેની બનાવટો (નિોત્તેજક દવાઓ)
    - કોકેઈન અને એમ્ફેટેમાઈન્સ (ઉત્તેજક દવાઓ)
    - બાર્બિચ્યુરેટ્સ (શામક દવાઓ)
    - એલ એસ.ડી. અને તેની સંબંધિત દવાઓ (વિભ્રમોત્તેજક દવાઓ)

પારિભાષિક શબ્દો

વ્યસન (Addiction) : અમુક કેફી દ્રવ્યોનું વ્યસન લાંબો સમય સુધી કરવાને પરિણામે એ કેફી દ્રવ્ય લેવું પડે એવી માનસિક તેમજ શારીરિક આધારિતતા.

વ્યસનની વિકૃતિ (Addictive Disorder): કેફી પદાર્થો કે દારૂની વિકૃત જરૂરિયાતમાંથી નિર્માણ પછી વર્તનની વિકૃતિ

અપરિગ્રહનાં લક્ષણો (Withdrawal symptoms) : કોઈ કેફી દ્રવ્ય અંગેનું વ્યસન પડ્યા પછી એ દ્રવ્ય ન લેવાને પરિણામે ઉત્પન્ન થતાં અતિશય બેચેનીનાં તેમજ શારીરક તનાવ કે ધ્રુજારો અથવા પરસેવો થવાનાં લક્ષણો.

દ્રવ્ય આધારિત વિકૃતિ (Substance Dependence Disorder): વ્યક્તિને ચિકિત્સાત્મક દૃષ્ટિએ નિર્બળ બનાવતી અથવા તેના માટે જોખમરૂપ બનતી કેફી કે બિનકેફી દ્રવ્યના વ્યસનને લીધે ઉપસ્થિત થતી પ્રતિસમાયોજનની વર્તન તરાહ.

દ્રવ્યક્ષમતા (Tolerance): ઇચ્છિત અસર ઉત્પન્ન કરવાની દૃષ્ટિએ વ્યસન અસરોની નિર્માણ કરનાર દ્રવ્યની માત્રા વધારતા જવાની જરૂરિયાત.

મદ્યજન્ય તીવ્ર મનોવિકૃતિ (Alcoholic Psychosis): લાંબા સમય સુધી " ઘટાડતી અતિશય પ્રમાણમાં દારૂનું સેવન કરવાને પરિણામે મગજના કોર્પોને થતી ઈજાથી દવાઓ. ઉત્પન્ન થતી તીવ્ર મનોવિકૃતિ.

દારૂડિયાપણું (Alcoholism) : લાંબા સમયથી દારૂનું સેવન કરવાથી ઉત્પન્ન થની શારીરિક તેમજ માનસિક આધારિતના,

મદ્ય-અપરિગ્રહનો ચિત્તભ્રમ (Alcohol Withdrawal Delerium): લાંબા સમય સુધી દારૂનું અતિસેવન કર્યા પછી દારૂ પીવાનું બંધ કરવાને પરિણામે વ્યક્તિમાં મતિભ્રમ, વિભ્રમ, શારીરિક ધ્રુજારો વગેરે જેવાં લક્ષણો જોવા મળે એવો મદ્યજન્ય વિકૃતિનો એક પ્રકાર.

મતિભ્રમ (Delusion) : પોતાના તેમજ બાહ્ય જગત વિશેનો ખોટો ખ્યાલ

વિભ્રમ (Hallucination) : ઉદ્દીપકની ગેરહાજરીમાં થતું પ્રત્યક્ષીકરણ.

વિભ્રાંતિ (Disorientation) : સમય અને સ્થળની દૃષ્ટિએ વ્યક્તિમાં પોતાની સ્થિતિ વિશેનો ઉપસ્થિત થતો ભ્રમ.

મદ્યજન્ય સ્મૃતિભ્રંશની વિકૃતિ (Alcohol Amnestic Disorder): વ્યક્તિમાં બનાવો, વ્યક્તિઓ, ચીજવસ્તુઓ વગેરેનું વિસ્મરણ મુખ્ય લક્ષણ હોય એવો મદ્યજન્ય વિકૃતિનો એક પ્રકાર.

મનોઔષધો (Psychoactive Drugs) : વ્યક્તિના વર્તન તેમજ તેની સભાનતા પર અસર કરતી દવાઓ.

શામક દવાઓ (Sedatives) : આવેગાત્મક ઉત્તેજનાને શાંત પાડી સ્નાયવિક શિથિલતા ઉત્પન્ન કરતી દવાઓ.

શમનકારક દવાઓ(Depressants) : સ્નાયવિક અને ચેતાતંત્રની ઉત્તેજનાઓનું શમન કરતી દવાઓ. બાબિચ્યુરેટ્સ (Barbiturates) : ઉત્તેજનાઓનું શમન કરીને નિદ્રાધીન કરતી દવાઓ.

ઉત્તેજક દવાઓ (Stimulants) : ચેતાતંત્રને ઉત્તેજિત કરી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ વધારતી દવાઓ.

કોકેઈન (Cocain): ઉત્તેજક અને પીડાનિવારક મનોઔષધ

એમ્ફેટેમાઇન્સ (Amphetamines) : ઉત્તેજના અને સ્ફૂર્તિ ઉત્પન્ન કરતી દવાઓ.

નિદ્રોત્તેજક દવાઓ (Narcotics) : વ્યક્તિને નિદ્રાધીન કરે એવી દવાઓ.

મૉર્ફિન (Morphine) : અફીણમાંથી મેળવવામાં આવતું તીવ્ર કેફી દ્રવ્ય.

હેરોઈન (Heroin) : મોર્ફિન સાથે એસિટિક એન્ડ્રીહાઈડ નામના દ્રવ્યની રાસાયણિક પ્રક્રિયા દ્વારા બનાવવામાં આવતુ અતિ તીવ્ર કેફી દ્રવ્ય.

આનંદોત્તેજક દવાઓ (Psychedelic Drugs) : જેના દ્વારા આનંદનો અનુભવ થતો હોય એવા કેફી દ્રવ્યો માટે વપરાતી પરિભાષા.

વિભ્રમોત્તેજક દવાઓ (Hallucinagens): આનંદના અનુભવની સાથે વિભ્રમો જેવો જ અનુભવ થાય એવા કેફી દ્રવ્યો.

એલ.એસ.ડી. (LSD) : રંગ, ગંધ અને સ્વાદ વિનાની રાસાયણિક રીતે બનાવાતી એવી વિભ્રમોત્તેજક દવા કે જે લેવાથી માનસિક રીતે સાંવેદનિક પ્રતિમાઓ વિકૃત સ્વરૂપમાં અનુભવાય છે.

એલ.એસ.ડી.નું આખું નામ “લાયસરજેનિક એસિડ ડાયેથાયલેમાઈડ' છે. તેને મનોવિકૃતિ લક્ષણજનક દવા તરીકે પણ ઓળખાવવામાં આવે છે.

મનોવિકૃતિલક્ષણજનક દવાઓ (Psychomimetic Drugs): વ્યક્તિમાં મનોવિકૃતિનાં લક્ષણો ઉત્પન્ન કરતી દવાઓ.

મેરિજુઆના (Marijuana): દક્ષિણ અમેરિકામાં થતા ભાંગ-ગાંજા જેવા છોડનાં ફૂલ, પાંદડાં અને ડાળખીમાંથી બનાવેલું કેફી દ્રવ્ય.

કેનાબિસ (Cannabis) : મેરિજુઆના, ગાંજો, ભાંગ અને શિશ માટે તેમજ આવાં કેફી દ્રવ્યો ઉત્પન્ન કરતા છોડ માટે વપરાતો શબ્દ.

હશિશ (Hashish): કેનાબિસ પ્રકારના છોડ દ્વારા નીકળતા રસમાંથી બનાવવામાં આવતું કેફી દ્રવ્ય.

|1| વ્યસનની વિકૃતિનો અર્થ

પ્રશ્ન 1. વ્યસનની વિકૃતિઓ કોને કહેવાય ?

1. અપરિગ્રહનાં લક્ષણો અને 2. દ્રવ્ય આધારિત વિકૃતિ એટલે શું ?

[1] વ્યસનની વિકૃતિઓ કોને કહેવાય ?

વ્યસનની વિકૃતિઓ કોને કહેવાય એ પહેલાં આપણે વ્યસન એટલે શું એ સમજવું જોઈએ. વ્યસનનો અર્થ નીચે મુજબ આપી શકાય :

“વ્યસન એટલે અમુક કેફી દ્રવ્યોનું સેવન લાંબા સમય સુધી કરવાને પરિણામે એ કેફી દ્રવ્ય લેવું પડે એવી માનસિક તેમજ શારીરિક આધારિતતા.”

કેકી અથવા નશાયુક્ત દ્રવ્યોમાં દારૂ, અફીણ, કોકેઈન, એમ્ફેટેમાઈન્સ, બાબિચ્યુરેટ્સ, એલ.એસ.ડી., મેરિજુઆના વગેરેનો સમાવેશ થાય છે.

(1) અપરિગ્રહનાં લક્ષણો :

કોઈ પણ **દ્રવ્યના અતિસેવનથી** વ્યક્તિમાં **માનસિક કે શારીરિક જે આધારિતતા કે અવલંબન** ઉપસ્થિત થાય છે તેનું કારણ એ છે કે જો વ્યક્તિ એ કેફી દ્રવ્ય ન લે તો તેને માનસિક રીતે અતિશય બેચેનીથી લઈને શારીરિક તનાવ કે ધુજારો અથવા પરસેવો થવા લાગે છે.

આવાં લક્ષણોને ‘અપરિગ્રહણના લક્ષણો” કહેવામાં આવે છે. આમ, અપરિગ્રહનાં લક્ષણોનો અર્થ નીચે મુજબ આપી શકાય.

“અપરિગ્રહનાં લક્ષણો એટલે કોઈ કેફી દ્રવ્ય અંગેનું વ્યસન પડ્યા પછી એ દ્રવ્ય ન લેવાને પરિણામે ઉત્પન્ન થતાં અતિશય બેચેનીનાં તેમજ શારીરિક તનાવ કે ધ્રુજારો અથવા પરસેવો થવાનાં લક્ષણો.”

(2) દ્રવ્ય આધારિત વિકૃતિ એટલે શું?

વ્યસનને પરિણામે વ્યક્તિમાં **અપરિગ્રહનાં લક્ષણો ઉપસ્થિત** થાય છે અને આવાં લક્ષણોના લીધે વ્યક્તિનું વર્તન એ કેફી દ્રવ્ય લેવાના **અતિઆગ્રહના** અથવા એ કેફી દ્રવ્યની અસરના સંદર્ભમાં **પ્રતિસમાયોજિત** બને છે. આવા પ્રતિસમાજિત વર્તનને અથવા એવી **પ્રતિસમાયોજિત વર્તન-તરાહને દ્રવ્ય આધારિત વિકૃતિ" કહેવામાં** આવે છે. આમાં **"કેફી દ્રવ્ય" એવા શબ્દનો ઉપયોગ થયો નથી**, કેમકે મનોચિકિત્સકો અમુક પ્રકારના **ખાદ્ય પદાર્થો** (જેમકે, ચરબીયુક્ત જુદા ખાદ્ય પદાર્થો) શરીર માટે **નુકસાનકારક હોવા છતાં વ્યક્તિ એ વધુ પ્રમાણમાં ખાવાનો આગ્રહ રાખે** છે. એથી **પ્રતિસમાયોજિત વર્તન-તરાહ ઉપસ્થિત** થાય છે. તેથી મનોચિકિત્સકો તેને પણ આ પ્રકારની વિકૃતિ તરીકે ગણે છે. આમ, દ્રવ્યજન્ય આધારિત વિકૃતિનો અર્થ નીચે પ્રમાણે આપી શકાય :

"દ્રવ્ય આધારિત વિકૃતિ એટલે વ્યક્તિને ચિકિત્સાત્મક દૃષ્ટિએ નિર્બળ બનાવતી અથવા તેના માટે જોખમરૂપ બનતી કેફી કે બિનકેફી દ્રવ્યોના વ્યસનને લીધે ઉપસ્થિત થતી પ્રતિસમાયોજિત વર્તન-તરાહ".

દ્રવ્ય આધારિત વિકૃતિ એ જ વ્યસનની વિકૃતિ છે. વ્યસનની વિકૃતિનો અર્થ નીચે પ્રમાણે આપી શકાય :

"વ્યસનની વિકૃતિ એટલે કેફી પદાર્થ કે દારૂની વિકૃતિ જરૂરિયાતમાંથી નિર્માણ થતી પ્રતિસમાયોજિત વર્તન-તરાહ."

|2| દારૂડિયાપણાનું પ્રમાણ અને સંબંધિત સમસ્યાઓ

પ્રશ્ન 2. દારૂડિયાપણું એટલે શું? દારૂડિયાપણાનું પ્રમાણ અને સંબંધિત સમસ્યાઓ જણાવો.

[1] દારૂડિયાપણું એટલે શું?

પીવાના વ્યસનને દારૂડિયાપણું કહેવામાં આવે છે. દારૂડિયાપણાનો અર્થ નીચે મુજબ આપી શકાય.

"દારૂડિયાપણું એટલે <u>લાંબા સમયથી દારૂનું સેવન કરવાથી દારૂ પીવા અંગેની ઉત્પન્ન થતી શારીરિક તેમજ માનસિક આધારિતતા."</u>

<u>પરિભાષા ?</u>

અંગ્રેજીમાં દારૂડિયાપણા માટે **"આલ્કોકૉલિક" અથવા "આલ્કોહૉલિઝમ"** એવી પરિભાષાઓનો ઉપયોગ થાય છે. જોકે અંગ્રેજીમાં આ શબ્દોનો ઉપયોગ જુદા જુદા લોકો જુદી જુદી રીતે કરે છે. આ માટે વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંઘમાં (ડબલ્યુ.એચ.ઓ. – **"હુ"**) દ્વારા આ માટે **<u>"દારૂ આધારિત લક્ષણસમૂહ"</u>** એવી પરિભાષાનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. જોકે આમ છતાં **"આલ્કોહૉલિક" અને "આલ્કોહૉલિઝમ" એવી પરિભાષાઓનો ઉપયોગ વ્યવહારમાં વધુ પ્રચલિત હોવાથી** કાર્સન, બુચર અને મિનકાએ એનો ઉપયોગ યથાવત રાખવાનું પસંદ કર્યું છે.

<u>દારૂડિયાપણું વિકૃતિ છે.</u>

દારુડિયાપણાને લીધે વ્યક્તિના **શારીરિક સ્વાસ્થ્ય પર તો ખરાબ અસર** થાય છે, પણ એને લીધે વ્યક્તિ માટે **<u>વૈયક્તિક સમાયોજનની એવી સમસ્યાઓ સર્જાય થૅ છે કે જેની નિષેધક અસર તેના સામાજિક જીવન પર તેમજ તેની વ્યાવસાયિક કાર્યક્ષમતા પર પણ થાય</u>** છે. <u>આ કારણને લીધે દારૂડિયાપણાને વિકૃતિ ગણવામાં આવે છે.</u>

<u>પ્રાચીન સમયથી થતું દારૂનું સેવન :</u>

દારૂનું સેવન પ્રાચીન સમયથી **ઇજિપ્તની અને ગ્રીક સંસ્કૃતિઓમાં થતું હતું. ઈ.સ.પૂર્વે 3000માં ઇજિપ્તમાં પ્રથમ વખત બિયર** બનવા લાગ્યું. **ઈ.સ. પૂર્વે 600માં ઈરાનના રાજા કેલ્વીસસનું નામ ઇતિહાસમાં વિશ્વના પ્રથમ દારૂડિયા તરીકે** નોંધાયું છે અને **ઈ.સ. 800માં દારૂને ગાળીને તેનાં જુદાં જુદાં પીણાંઓ તૈયાર કરવાની રીતો એક અરબ કીમિયાગરે વિકસાવી** હતી. ત્યાર પછી દારૂનાં અનેક પ્રકારનાં પીણાં બનવા લાગ્યાં અને સમગ્ર વિશ્વમાં તેનું સેવન વ્યાપક પ્રમાણમાં થવા લાગ્યું.

[2] દારૂડિયાપણાનું પ્રમાણ અને સંબંધિત સમસ્યાઓ :

પ્રમાણ :

યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ ઑફ **અમેરિકામાં 13.4 ટકા** લોકો દારૂડિયા છે એમ એ અંગેના સર્વે દ્વારા જાણવા મળ્યું છે. એટલે કે **અમેરિકામાં દર સાતમાંથી એક વ્યક્તિ દારૂના દુરુપયોગની વ્યાખ્યામાં આવે એવું દારૂનું વ્યસન ધરાવે છે.** આમ, ત્યાં દારૂડિયાપણાની સમસ્યાને **સમાજની મુખ્ય સમસ્યાઓમાં ગણવામાં આવે** છે. આમાં સ્ત્રીઓની સરખામણીમાં **પુરુષોની સંખ્યા લગભગ પાંચ ગણી** છે. ત્યાં કાળા હબસીઓ અને ગોરાઓમાં આ સંદર્ભમાં કશો તફાવત જોવા મળતો નથી. આ વિશે થયેલા બાળકોના અભ્યાસને પરિણામે એમ જોવા મળ્યું છે કે **ત્યાં 64.9 ટકા બાળકો દારૂનું સેવન કરવાની ટેવ ધરાવે** છે, જ્યારે **લગભગ 18.8 ટકા બાળકોમાં દારૂનું અતિ સેવન કરવાની કુટેવ** હોય છે. જોકે જુદી જુદી સંસ્કૃતિઓમાં દારૂડિયાપણાના પ્રમાણની દૃષ્ટિએ તફાવતો જોવા મળે છે; છતાં દારૂડિયાપણું ધરાવતા લોકો સંયમપૂર્વક અમુક સમય સુધી તેનો ત્યાગ પણ કરી શકે છે. લગભગ 56 ટકા લોકોનો આવા સંયમનો ગાળો **ત્રણેક મહિના જેટલો** જોવા મળ્યો છે, જ્યારે **પાંચેક વર્ષ સુધી એનો ત્યાગ કરનારાઓનું પ્રમાણ 16 ટકા** જેટલું જોવા મળ્યું છે.

સમસ્યાઓ :

દારૂનું અતિસેવન **વ્યક્તિના સ્વાસ્થ્ય પર વિપરીત અસર** કરે છે. એમ જોવા મળ્યું છે કે દારૂના **વ્યસનીનું સરેરાશ આયુષ્ય 12 વર્ષ જેટલું ઓછું** હોય છે. આ રીતે **અકાળે મૃત્યુ થવાનાં જે મુખ્ય કારણો છે તેમાં દારૂડિયાપણાએ હૃદયરોગ અને કેન્સર જેવા રોગો પછીનું સ્થાન ગ્રહણ કર્યું** છે. અમેરિકામાં જુદી જુદી ગંભીર પ્રકારની સમસ્યાઓમાં કારણરૂપ બનતા દારૂડિયાઓનું પ્રમાણ અહીં આપેલા લોકોમાં દર્શાવાયું છે.

સમસ્યા	દારૂડિયાઓનું પ્રમાણ
અકસ્માતમાં મૃત્યુ અને ગંભીર ઈજા	50 ટકા
ખૂનના ગુનાઓ	50 ટકા
શારીરિક હુમલાઓ	40 ટકા
બળાત્કાર	50 ટકા
આત્મહત્યા	30 ટકા

દારૂડિયાપણા અને ગુનાઓ વચ્ચેનો સંબંધ કેવો છે એ આ કોષ્ટક પરથી સમજી શકાય એમ છે. આ ઉપરાંત **દારૂડિયાઓમાં ખિન્નતા જેવી વિકૃતિથી પીડાતા લોકોનું પ્રમાણ 37 ટકા** જેટલું નોંધાયું છે. આમ, દારૂડિયાપણાએ એક ગંભીર પ્રકારની **સામાજિક સમસ્યાનું સ્વરૂપ ધારણ કર્યું છે.**

[3] દારૂનો દુરુપયોગ અને તેનું અવલંબન (આધારિતતા)

પ્રશ્ન : દારૂનો દુરુપયોગ અને તેના અવલંબન (આધારિતતા)નું ચિકિત્સાત્મક ચિત્ર વર્ણવો.

દારૂની મગજ પર થતી અસરો સમજાવો.

<u>**[1] પ્રાસ્તાવિક :**</u>

દારૂના સેવન અંગેની આધારિતતા કેવી રીતે સર્જાય છે એ વિશેની એક **જાપાનીઝ કહેવત** છે : **"પહેલાં માણસ દારૂ પીએ છે, પછી દારૂ દારૂને પીએ છે અને પછી દારૂ માણસને પીએ છે."**

અહીં, <u>**"દારૂ માણસને પીએ છે" એ શબ્દો દ્વારા વ્યક્તિ દારૂ પર આધારિત બને છે એમ કહેવાયું**</u> છે.

આ વિશેના અભ્યાસોએ આપેલી માહિતીને આધારે વ્યક્તિમાં દારૂના સેવન અંગેની આધારિતતા કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે એ અંગેનું એક ચિકિત્સાત્મ ચિત્ર કાર્સન, બુચર અને મિનેકાએ વર્ણન દ્વારા રજૂ કર્યું છે. આ વર્ણન દ્વારા પહેલાં દારૂ વ્યક્તિના મગજ પર કેવી અસર કરે છે અને એ પછી તેનામાં એ અંગેની <u>**આધારિતતા કેવી રીતે વિકસે છે એ સમજાવવામાં આવ્યું છે.**</u>

<u>**(2) દારૂની મગજ પર થતી અસરો :**</u>

ઘરૂ પીધા પછી તે **લોહીના પરિભ્રમણ દ્વારા મગજ સુધી પહોંચે** છે અને તે **મગજનાં નિમ્ન તેમજ ઉચ્ચ સ્તરો પર અસર** કરે છે. <u>**નિમ્ન સ્તરો**</u> પર થતી તેની અસરને લીધે <u>**વ્યક્તિ આનંદનો અનુભવ કરે છે**</u>, જ્યારે <u>**ઉચ્ચ સ્તરો**</u> પર તેની અસરને લીધે <u>**વ્યક્તિની તાર્કિક રીતે વિચાર કરવાની શક્તિ ઘટવા લાગે છે**</u> અને સાથે સાથે <u>**વ્યક્તિની સ્નાયવિક સંયોજનની શિક્ત પણ ઘટે છે.**</u> આમ છતાં એથી <u>**વ્યક્તિને પોતાને સારું લાગે એવો**</u>

<u>અનુભવ</u> થાય છે. આમ, **<u>વ્યક્તિ ચિંતામુક્તિનો અનુભવ</u>** કરે છે. આવી સ્થિતિમાં દારૂના બાર કે **<u>પીઠામાં આકસ્મિક રીતે મળેલા લોકો તેના અંગત મિત્રો બની જાય</u>** છે અને તે તેમની સાથે મુક્ત રીતે વર્તવા લાગે છે.

જ્યારે <u>લોહીમાં દારૂનું પ્રમાણ 0.10 ટકા</u> જેટલું થઈ જાય છે ત્યારે <u>વ્યક્તિ નશાનો અનુભવ</u> કરે છે. એ સમયે વ્યક્તિને <u>પોતાની સ્થિતિનું પણ ભાન રહેતું નથી અને કેટલાક લોકો લથડિયાં પણ ખાય</u> છે, છતાં તેઓ <u>સલામતીપૂર્વક કાર ચલાવી શકે છે એવો આત્મવિશ્વાસ વ્યક્ત કરે છે</u> ! જોકે દારૂના **નશાના અનુભવનો આધાર** વ્યક્તિ કેટલા પ્રમાણમાં દારૂ પીએ છે એ બાબત પર નથી. તેનો આધાર **<u>વ્યક્તિના લોહીમાં કેટલા પ્રમાણમાં એ ભળે છે એ બાબત પર હોય છે</u>**. આમ, કેટલાક લોકો વધુ પ્રમાણમાં દારૂ પીએ છતાં તેઓ નશાનો અનુભવ કરતા નથી અને કેટલાક પોતાને એનો નશો ચઢ્યો છે એવો અનુભવ કરતાંની સાથે સભાન થઈને એવી રીતે વર્તે છે કે જાણે તેને દારૂનો નશો ચડ્યો જ નથી. સામાન્ય રીતે પુરુષોની સરખામણીમાં સ્ત્રીઓને – ઓછા પ્રમાણમાં દારૂ લીધો હોવા છતાં – નશાનો અનુભવ થાય છે.

<u>મગજ પર દારૂ કેવી રીતે અસર કરે છે એ નિશ્ચિત રીતે તો જાણી શકાતું નથી, પણ તેની કેટલીક સામાન્ય શારીરિક અસરો જોવા મળી છે.</u> જેમકે, દારૂના નશામાં વ્યક્તિમાં **જાતીય ઇચ્છા તો ઉત્તેજિત** થાય છે, પણ વાસ્તવમાં તેની **જાતીય કાર્યક્ષમતા ઓછી હોય** છે. દારૂના નશા દરમિયાન વ્યક્તિમાં **સ્મરણશક્તિ ઘટી** જાય છે અને કેટલાંકને તો નશા દરમિયાન શું બન્યું હતું એ પણ **યાદ રહેતું નથી.** આ ઉપરાંત, દારૂ પીધા પછી **બીજે દિવસે વ્યક્તિ સુસ્તીનો અનુભવ** કરે છે અને તે **માથું દુઃખવાની, થાક લાગવાની તેમજ ઉબકા આવવાની ફરિયાદ** કરે છે.

|3| દારૂના સેવન અંગેની આધારિતતાનો વિકાસ :

વ્યક્તિને દારૂની લત લાગ્યા પછી ધીમે ધીમે તે દારૂનું પ્રમાણ ક્રમિક રીતે વધારે છે અને આ રીતે તેનામાં દારૂડિયાપણાનો વિકાસ થાય છે, પણ કેટલાકમાં દારૂડિયાપણાનો આવો ક્રમિક વિકાસ જોવા મળતો નથી. ગમે તેમ પણ દારૂનું વ્યસન લાગુ પડ્યા પછી દારૂના અભાવમાં વ્યક્તિ બેચેની, સ્નાયવિક ધ્રુજારો અથવા પરસેવો થવાનો – એટલે કે અપરિગ્રહનાં લક્ષણોનો – જે અનુભવ કરે છે એને લીધે તો વ્યક્તિ દારૂ પીવા માટે વિવશ બની જાય છે. આવી **વિવશતાને દારૂના સેવન અંગેની આધારિતતા** કે અવલંબન કહેવામાં આવે છે.

દારૂના દુરુપયોગ (સેવન)ની અસરો છે.

પ્રશ્ન 4. * દારૂના દુરુપયોગ (સેવન)ની શારીરિક અને મનોસામાજિક અસરો દર્શાવો.

[1] પ્રાસ્તાવિક [2] દારૂની શારીરિક અસરો [3] દારૂની મનોસામાજિક અસરો

|1| પ્રાસ્તાવિક

જે લોકો દારૂનું સેવન લાંબા સમય સુધી કરે છે એની નિષેધક અસરો તેમન શરીર પર તો થાય છે, પણ એને લીધે તેમનું સામાજિક સમાયોજન પણ ગંભી રીતે જોખમાય છે. આ ઉપરાંત દારૂનું લાંબા સમયનું અતિસેવન માનસિ વિકૃતિઓમાં પણ પરિણમે છે.