

# Lääkitys, mielihalut, kivut ja säryt

## Entä lääkitys?

Lääkkeillä voi lievittää joitakin vieroitusoireita, mutta lääkkeet eivät yleensä poista vieroitusoireita kokonaan. Kannattaa kokeilla ja tehdä monia erilaisia asioita, joiden avulla oireet voisivat helpottua.

Jotkut alkavat käyttää runsaasti alkoholia tai rauhoittavia lääkkeitä päästäkseen yli vieroitusvaiheen hankaluuksista. Tätä kannattaa kuitenkin varoa: pääset ehkä eroon amfetamiinista, mutta siirrät riippuvuutesi alkoholiin tai rauhoittaviin lääkkeisiin. Vieroitusoireet ovat elimistösi tapa palautua normaalitilaan. Lääkkeitä käyttämällä normaalitilan saavuttaminen vaikeutuu.

## Mielihalut

Vieroitusvaiheessa esiintyy usein mielihaluja ja voimakasta vetoa päihteisiin. Mielihaluista on hyvä tietää seuraavaa:

- Mielihalut eivät johdu tahdonvoiman ja motivaation puutteesta eivätkä merkitse sitä, etteikö vieroitus toimisi.
- Mielihalut eivät ole pysyviä – ne tulevat ja menevät ja niiden voima vaihtelee. Ne tuntuvat hyvin voimakkaina ehkä vain noin tunnin verran ja tasaantuvat sitten siedettävämmälle ja helpommin hallittavissa olevalle tasolle.
- Käyttöhalu on usein seurausta vieroituksen aiheuttamasta fyysisestä ja psyykkisestä epämukavuudesta. Ajan oloon tilanne helpottuu.
- Hermostuminen ja ärsyntyminen lisäävät usein käyttöhaluja, samoin jos sinulle tarjoutuu tilaisuus käyttää. Näitä vaaratilanteita kannattaa välttää.
- Mitä pitempään selviät käyttämättä päihteitä, sitä heikommaksi käyttöhalut yleensä muuttuvat.

## Kivut ja säryt

Lihäsännitykset tuottavat helposti kipuja ja särkyä. Pahimmat niistä laantuvat tavallisesti kahdessa viikossa amfetamiinin käytön lopettamisen jälkeen. Seuraavia keinoja kannattaa kokeilla olon helpottamiseksi:

- Saunominen ja lämpimät kylvyt
- Hieronta
- Kevyt liikunta: kävely, uinti, venyttely, hiihto – ei hikoillen ja rehkien, vaan rauhallisesti liikkuen
- Särkyläkkeet – aspiriini tai muut lievemmat särkyläkkeet voivat nekin auttaa

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/huumeet-ja-laakkeet/amfetamiini-tietoa-ja-ohjeita-vieroittautujille/laakitys-mielihalut-kivut-ja-saryt>