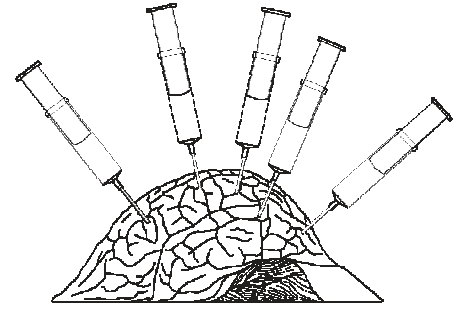


# Dawa na ubongo



Watu wengi wanatamani kuona hali ya kuamka wakitumia Madawa. Wanatumia dawa za uamshikaji kupoteza usingizi na kuwa fanya wabaki usku mzima wakicheza ngoma. Wengine wanatumia dawa za ulalishaji kupata utlivu. Au hata baadhi ya mada zinazo wafanya wapate kuendelea kuwa na fahamu na kusahau tabu za kila siku ya maisha. Dawa zote hizi zina ingiliana na neurotransmitter na nidhamu na kemikali za usafirishaji katika bongo. Katika hali tofauti, daa zinaingilia nidhamu ya maumbile asili ya bongo ambazo zina husika na starehe na kurudisha nyuma shuguli za kisaikologia ambazo ni muhimu katika kula, kunyua, kujamiana na hata kusoma na kukumbuka.

## Njia ya kutegemea na upweke

Dwa zinazo fanya kazi kwenye bongo ama usambazaji wa damu kwenye bongo zinaweza kuwa si muhimu kama vile dawa zinazo ondosha uchungu. Utumiaji wa dawa hizi unalengo tofauti, natatizo nikuwa inaweza sababisha utumiajiu mbaya. Mtumiaji, anaweza kwa kila usahilifu kwa upweke ama kuishi kwa kutegemea dawa hizi. Yeye ndie ataye sumbuka ki mwili na kiakili na kuona tofauti anapowacha dawa hizi. Hali hii ya utegemeaji unaweza kusababisha mtumiaji utumiaji wa dawa kwa lazima, hata ukijua inkuaribia kazi yako, afya yako na familia. Na hatari kubwa itayo mpelekea ni kufanya dhambi kubwa kwaminaajili ya kununua Madawa haya. bila dharura

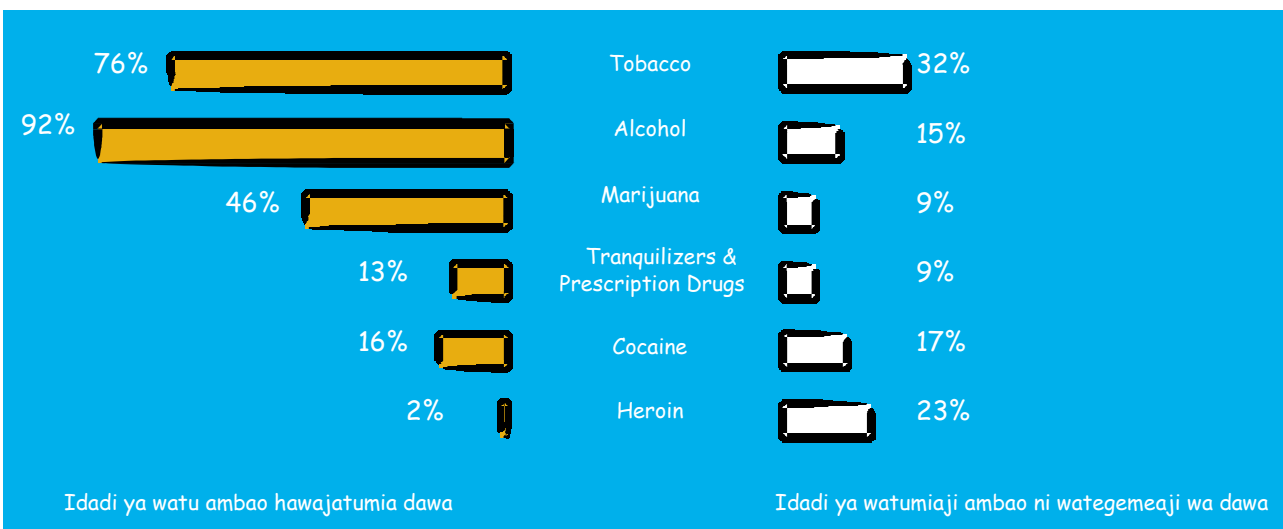
Uzuri nikuwa si kila mtu anaye chukua dawa hizi huishia kuwa mtegemeaji wa dawa. Dawa zina tofautiana katika utegemeaji wake inatokana nahatari ku bwa kama vile ya kokein, hiroin, na nikotini kwa hatri ndogo kama vile pombe, **cannabis**, **ecstasy** na **amphetamines**. Wakati wa ukuaji wa utegeaji wa dawa

Katika mwili na bongo kidogo unachukua kuzoea dawa hiyo, lakini kitu gani kinachobadilisha bongo inabaki ni kitu kisichop julikana. Ingawaje sehemu ya msingi ya kazi ya heroin, amphetamines, nicotine, cocaine na cannabis zina tofautiana, dawa hizi zinajenga utoaji wa kemikali za usafirishaji **dopamine** katika sehemu Fulani za bongo. Ingawa je hii si sababu inayo sababisha starehe, ina fikiriwa ku wa dawa inayotoa dopamine inaweza kuwa muhimu katika kusaidia kuleta raha kwenye bongo. Inatoa ishara ya kuwa mtu anaweza kuendelea kuchukua dawa hii.

## Utendaji kazi wa dawa tofauti na madhara yake

### Pombe

**Pombe** linafanya kazi katika mi shipa ya nidhamu ya bongo , kujunguza ujumbe wakuwa na fahamu na kuongeza ufishaji wa harakati wa mishipa ya bongo. Kazi ya pombe inaendelea katika hali ya upumzikaji na hali nzuri, baada ya kinyuaji kimoja mpaka ulale na kupotewa na fahamu. Hii ndio maana askari polisi wana himiza sana ktotepeka gari ukiwa umelewa , na ndio ikapatikana sauti ya kuungwa mkono kwa wingi. Baadhi ya watu wana kuwa na harakati nyingi na fujo lingi wakati wanapo kunyuwa, na takri ban mmoja katika wanywaji wa kawaida kumi wana ibuka kuwa mtegemeaji wa pombe. Utumiaji wa pombe kwa mda mrefu unavunja mwili, hasa maini, na inaweza kuleta madhara ya daima kwa bongo. Wamama wajawazito ambao wana kunywa pombe wanasababisha hatari kwa mabongo ya watoto wao. Zaidi ya watu 30,000 wanafariki kila mwaka Uingereza kutokana na maradhi yanayo husiana na pombe.





"Taswira ya kifufu kivituta sigara" Na Vincent Van Gogh  
1885

## Nicotine

**Nicotine** ni mada kuu katika bidhaa ya tubako. Nicotine inafanya kazi katika receptors ya bongo ambayo kawaida inatambua neurotransmitter acetylcholine. Inakusudia kuharakisha shuguli za kuwa macho katika bongo. Si ajabu kwamba wavutaji wa sigara wanapo sema inawasaidia kuwa na utulivu na umakinifu. Shida ni kwa nicotine ina utegemeaji wa hali ya juu na wavutaji wengi wa sigara wanaendelea kufanya hivyo bila ya sababu nzuri ila tu ni kuepuka kuto furahishwa wakati anapo wacha. Wakati ukionyesha hakuna hatari maalumu kwenye bongo uvutaji wa sigara unaweza kusababisha uharibifu wa mapafu na kusababisha kansa ya mapafu na hata magojwa ya moyo. Zaidi ya watu 100,000 wanakufa kila mwaka Uingereza kwa magonjwa yanayo husiana na uvutaji wa sigara.

## Cannabis

**Cannabis** inatupa kigtendawili jinsi inavyo fanya kazi katika nidhamu ya bongo ambayo inatumia neurotransmitters ambazo zina kemikali kama vile za cannabis. Nidhamu hii ina husika na udhamini wa misuli na kudhamini hisia za uchungu. Matumi zi ya zaidi katika utabibu cannabis inaweza kuwa ni dawa ya maana sana. Cannabis ni dawa ambayo inaweza leta raha na mapumziko, na kuleta inaweza kuleta ndoto katika hali ya kuwa mtu haisi sauti rangi wala wakati. Haijapatikana mtu kufa kutokana na utumiaji zaidi, ingawaje baadhi ya watumiaji wanahisi mshtuko wa ghafla. Cannabis imetumika mara moja kwa takriban nusu ya idadi ya wa Ingereza walio na umri chini ya 30. Baadhi ya watu wanahisi nafaa iruhusiwe kisheria - ambako kutuondosha mawsiliano kati ya usambazaji wa Madawa na mengine mengi ambayo ni hatari zaidi. Ni kwa bahati mbaya na nicotine, uvutaji wa sigara unanguvu zaidi wakuingia kwenye mwili. Kuvuta kwa Cannabis kunakusa mkusanyiko huo huo ulio kwenye sigara (inapovutwa na tumbako).

Uvutaji wa cannabis unaweza kuleta magojwa ya mapafu na kuleta hatari zaidi ya kuleta kansa ya mapafu - ingawaje hii haija dhibitika. Kati ya watumiaji kumi mmoja anaweza kuwa mtegemeaji wa dawa hii, ambao hata wauzaji wa dawa hii wanaelewa vyema. Utumiaji wa ziada pia unaweza kuathiri akili na upungufu wa mbinu za uwendeshaji. Majaribio yanaonyesha kuwa watumiaji wa cannabis, hawawezi kufanya kazi nyingi za ubongo, ingawaje haija thibiti. Kujna ushahidi mwingine unao onyesha vijana wnao tumia kwa wingi wanaweza kupata magojwa ya akili (schizophrenia) (tizama ukurasa wa 51) Kwa watu wasiokuwa na uangalifu.

## Amphetamines

**Amphetamines** hizi ni kemikali zilizo undwa na mwanadamu ambazo zina husisha "Dexedrine", "Speed", na mada ya methamphetamine inayoitwa "Ecstasy". Dawa hizi zina fanya kazi katika ubongo kwa kusababisha utoaji wa maumbile wa neurotransmitters ya aina 2. Moja ni dopamine - ambayo inaeleza uamkaji wa nguvu na athari za raha zinazom tokana na amphetamines. Nyingine ni serotonin - ambayo inajulikana kuwa na uwezo wa kusababisha hisia ya kuona uzima na hali ya kuota ambayo inahusisha kuona kizunguzungu. Dexedrine na speed zinazaidia kutoa dopamine, Ecstasy na zaidi serotonin. Hallucinogen d-LSD zina fanya kazi kwenye serotonin ndani ya ubongo. Amphetamines ni kiamshwa akili yenye nguvuvu zaidi na zaweza kuwa hatari hasa ikwa inatumia kiwango cha zaidi. Tajiruba ya wanyama inaonyesha kuwa hiyo Ecstasy inaweza kusababisha upungufu wa zaidi nahata daima wa cells za serotonin. Hii inaweza kuonyesha kuwa "mid-week blues" Inayo athirika na watumiaji wa **weekend ecstasy**. Kila mwaka dazeni ya vijana wanakufa baada ya kutumia. Kuogopa magonjwa na kila kama schizophrenia - inaweza tokea baada ya Dexedrine na Speed. Unaweza ku danganyika kuwa mada ya speed inaweza kukusaidia katika mtihani - lakini hivyo siyo.

## Heroin

**Heroin** ni kemikali iliyo tengezwa na mwanadamu inayo tokana na mada ya mti "morphine". Kama cannabis, heroin inahujumu nidhamu ya bongo ambayo inayotukia katika neurotransmitter inayoitwa endorphins. Hizi ni muhimu katika kupunguza hisia za uchungu na kwa hivyo dawa zinazoiga kazi hii, zina umuhimu. Heroin inatumia kwa shindano au kuvuta kama vile sigara ambao inaleta hisia ya raha kwa sababu ya athari ya mada ya endorphins. Inanguvu zaidi ya kuifanya uijtegemee, lakini utegemeaji unavyo endelea hizi hisia za raha hupungua zinazo chukuliwa nafasi maalumu. Inahatari zaidi nainaweza kuuwa hata kwa kiwango kichache cha uzidifu wa dawa (Inazuia harakati za pumzi). Heroin imeharibu maisha mingi ya watu.

## Cocaine

**Cocaine** ni kemikali nyingine zinazo tokana na mti ammbazo zinaweza kusababisha hujisia za raha nahata kufanya kazi kama kiamsha akili. Kama amphetamines, cocaine inatengeneza dopamine zaidi na serotonin inayopatikana kwenye bongo hata hivyo, kama vile heroin, cocaine ni dawa ya hatari zaidi. Watu wame khadirika, hasa aina ya moshi unaoitwa moshi "crack", inaweza kuchafua na kwa haraka, na kuna hatari ya maisha inapo zidishwa kiwango cha matumizi. Hali ya utegemeaji iko juu zaidi na gharama za kudmisha matumizi yake ina waingisha watujmiaji wake wengi kufanya madhambi.