

# Substance Abuse or Dependence

**Substance abuse** is a pattern of using alcohol or drugs that leads to problems in a person's life. These problems can:

- Put others at risk, such as when driving, working with tools, or watching children
- Cause problems with family or friends
- Cause trouble with the law or at work or school

**Substance dependence** is the need for alcohol or drugs. A person continues to drink or use drugs in spite of problems in his or her life. The person often needs more alcohol or drugs to get the same effect. As dependence grows, the person slips further away from family and friends. Performance at work or school drops and health problems occur. This person may not be able to see how alcohol or drug use is affecting his or her life. There may be signs of physical or emotional distress when the person cuts back or stops use. This is called withdrawal.

## Substances Most Often Abused

Alcohol is the most often abused drug. Substance abuse can be the use of legal or illegal substances. Substances most often abused include:

- Alcohol such as beer, wine and liquor
- Nicotine in cigarettes and chewing tobacco

# Zloupotreba opojnih sredstava ili ovisnost

**Pod zloupotrebom opojnih sredstava** se smatra stalno korištenje alkohola ili droge koje dovodi do problema u životu pojedinca. Ovi problemi mogu:

- izložiti druge riziku za vrijeme upravljanja motornim vozilom, rukovanja alatom ili čuvanja djece
- prouzrokovati probleme sa porodicom ili prijateljima
- prouzrokovati probleme sa zakonodavnim sistemom, probleme na poslu, ili probleme kod kuće.

**Ovisnost o opojnim sredstvima** je potreba za uzimanjem alkohola ili droge. Osoba nastavlja piti ili koristiti drogu uprkos problemima koje ima u životu. Osobi je često potrebna veća količina alkohola ili droge da ostvari isti rezultat. Kako se ovisnost povećava, osoba se sve više udaljava od porodice i prijatelja. Rezultati na poslu ili u školi slabe i dolazi do zdravstvenih problema. Ova osoba možda nije u stanju da spozna na koji način upotreba alkohola ili droge utiče na njegov ili njen život. Kada osoba smanji ili prestane s upotrebom opojnih sredstava, mogu se javiti znakovi fizičkih ili emotivnih problema. Ovo se zove povlačenje.

## **Najčešće korištena opojna sredstava**

Alkohol je vrsta droge koja se najčešće koristi. Upotreba opojnih sredstava može biti upotreba legalnih ili ilegalnih opojnih sredstava. Najčešće korištena opojna sredstva su:

- alkohol, kao što su pivo, vino i liker
- nikotin u cigaretama i duhanu za žvakanje

- Marijuana or hashish and cocaine or crack
- Hallucinogens such as LSD, mescaline and PCP
- Sedatives such as Seconal, Fiorinal and Tuinal
- Opiates such as codeine, OxyContin, Vicodin or heroin
- Amphetamines such as dexadrine and Benzedrine
- Tranquilizers such as Valium, Xanax and Ativan
- Club drugs such as GHB and MDMA (ecstasy)
- Inhalants such as glue, gas, paint and nitroglycerine
- Anabolic steroids
- Sleeping medicines such as Ambien, Dalmane and Nembutal
- Others such as muscle relaxants, sleep aids, Ritalin, Coricidin HBP, cough syrups and many over the counter medicines

### **Signs of Substance Abuse or Dependency**

Talk to your doctor, nurse or counselor about getting help if you have any of these signs.

- You get high or intoxicated on a regular basis.
- You drink or use drugs in spite of the problems it causes.
- You are not able to keep promises to stop or cut down use.
- You lie about use, especially about how much or often you drink or use drugs.
- You become defensive or angry when confronted about use.

- marihuana ili hašiš, te kokain ili krek
- halucinogeni kao što su LSD, meskalin i PCP
- sedativi kao što su Seconal, Fiorinal i Tuinal
- opijumi kao što su kodein, OxyCotin, Vicodin ili heroin
- amfetamini kao što su dexadrin i benzedrin
- sedativi kao što su Valijum, Xanax i Ativan
- droge za zabavu kao što su GHB (gamahidroksibutrička kiselina) i MDMA (3,4-metilenskioksi-metamfetamin ili ekstazi)
- inhalanti kao što su ljepilo, benzin, boje i nitroglicerini
- anabolički steroidi
- lijekovi za spavanje kao što su Ambien, Dalmane i Nembutal
- drugo, kao što su lijekovi za opuštanje mišića, sredstva za spavanje, Ritalin, Coricedin HBP, sirupi protiv kašlja i mnogi drugi lijekovi koji se izdaju bez ljekarskog recepta.

### **Znakovi zloupotrebe opojnih sredstava ili ovisnosti**

Ako imate bilo koji od ovih znakova ili vam je potrebna pomoć, o tome se posavjetujte sa svojim ljekarom, medicinskom sestrom ili psihologom.

- Redovno se drogirate ili ste pod uticajem alkohola.
- Pijete ili koristite drogu uprkos problemima koje oni stvaraju.
- Ne možete se pridržavati obećanja da ćete potpuno odbaciti ili smanjiti njihovu upotrebu.
- Lažete o njihovoj upotrebi, pogotovo o količini ili učestalosti uzimanja alkohola ili droge.
- Počinjete se braniti ili ljuti kada vam neko spomene njihovo korištenje.

- You withdraw from family and friends.
- You prefer the company of other drinkers or users.
- You become less involved in activities you used to enjoy.
- You talk a lot about alcohol or drugs.
- You believe you need to drink or use in order to have fun.
- You pressure others to drink or use.
- You hide or sneak alcohol, drugs or supplies.
- You get in trouble with the law.
- You take risks, such as driving when high or when drunk, or take sexual risks.
- You perform poorly at work or school due to using before, during or after work or class.
- You miss work or school due to substance use.
- You have blackouts – periods of time when using that you cannot remember.
- You have mood swings.
- You have depressed, hopeless or suicidal feelings.

- Povlaćite se od porodice i prijatelja.
- Više vam odgovara društvo drugih koji piju alkohol ili koriste drogu.
- Manje učestvujete u aktivnostima u kojima ste ranije uživali.
- Dosta pričate o alkoholu ili drogi.
- Vjerujete da trebate piti ili koristiti drogu da bi uživali.
- Vršite pritisak na druge da piju ili koriste drogu.
- Krijete ili tajno unosite alkohol, drogu ili pomoćna sredstva za njihovo korištenje.
- Imate problema sa zakonom.
- Izlažete se rizicima, kao što su upravljanje motronim vozilom u drogiranom ili pijanom stanju, ili učešće u seksualnim aktivnostima.
- Ostvarujete loše rezultate na poslu ili u školi zbog upotrebe opojnih sredstava ili alkohola prije, za vrijeme ili poslje posla ili nastave.
- Izostajete sa posla ili iz škole zbog upotrebe opojnih sredstava.
- Imate blokade pamćenja – periode kada ste bili pod njihovim uticajem, a kojih se ne možete sjetiti.
- Doživljavate promjene raspoloženja.
- Prolazite kroz depresivno, bespomoćno ili samoubilačko raspoloženje.

## **Hotlines**

There is help available 24 hours a day for the person using the alcohol or drugs, as well as for family members and friends.

**Alcoholics Anonymous** (614) 253-8501

**Al-Anon / Al-Teen** (614) 253-2701  
1-888-425-2666

**Hope Hotline** (614) 228-4673

**Ohio Tobacco Quitline** 1-800-784-8669

**Cocaine Hotline** (614) 443-2653

**Narcotics Anonymous** 1-800-451-3000

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

## **Hotline službe (vruće linije)**

Za osobe koje upotrebljavaju alkohol ili drogu, kao i njihove članove porodice i priljatelje, pomoć je dostupna 24 sata dnevno.

**Linija za anonimne pozive  
za alkoholičare** (614) 253-8501

**Linija za anonimne pozive  
za alkoholičare /  
tinejdžere-alkoholičare** (614) 253-2701  
1-888-425-2666

**Hotline nade** (614) 228-4673

**Linija u Ohaju za one koji  
prestaju pušiti** 1-800-784-8669

**Hotline za korisnike  
kokaina** (614) 443-2653

**Linija za anonimne pozive  
za narkomane** 1-800-451-3000

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

Substance Abuse or Dependence. Bosnian