

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkozenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Co 5 osoba dorosła z ADHD sięga po substancje psychoaktywne

Po substancje psychoaktywne sięga co piąta osoba dorosła z ADHD; u tych pacjentów gorsze są rokowania i większe ryzyko nawrotu uzależnienia - twierdzą eksperci. Wskazują,

## **że w rozumieniu i leczeniu uzależnień, szczególnie u osób z ADHD, może pomóc nowa koncepcja tzw. umysłu predostatycznego.**

Specjaliści dyskutowali o tym podczas sesji poświęconej związkom, jakie występują między ADHD (zespołem nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi) i uzależnieniami. Odbyła się ona w ramach 48. Zjazdu Naukowego Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, we wrześniu w Krakowie.

Dr n. med. Gniewko Więckiewicz z Kliniki Psychiatrii Wydziału Nauk Medycznych w Zabrzu Śląskiego Uniwersytetu Medycznego przedstawił dane, z których wynika, że co piąta osoba dorosła z ADHD sięga po substancje psychoaktywne. U tych pacjentów rokowania są gorsze i większe jest ryzyko nawrotów uzależniania.

Podkreślono jednak, że leki psychostymulujące, podawane osobom z ADHD, nie zwiększają u nich ryzyka uzależnienia. Przekonywał o tym dr Konrad Jurczakowski, psychiatra z Warszawy, specjalizujący się w leczeniu pacjentów z uzależnieniami i ADHD, powołując się na wieloletnie badania i metaanalizy, obejmujące lata 1999-2023. Wynika z nich, że farmakoterapia stymulantami nie zwiększa ryzyka rozwoju zaburzeń używania substancji psychoaktywnych, a w niektórych analizach wykazuje nawet potencjalny efekt protekcyjny (ochronny).

Dr hab. Sławomir Murawiec, psychiatra i psychoterapeuta z Warszawy, powiedział, że trudne zagadnienie ADHD i większego niż u innych ryzyka uzależnienia może tłumaczyć nowa koncepcja, oparta na modelu tzw. umysłu predostatycznego. Dotyczy ona także innych osób z uzależnieniami i jest próbą lepszego ich wyjaśniania.

- Nowy paradygmat zakłada, że emocje i zachowanie są reakcją na przewidywanie ryzyka lub nagrody - specjalista zaznaczył w swojej prezentacji. Z tego wywodzi się nazwa, „umysł predostatyczny”. To umysł przewidujący zagrożenia i korzyści oraz nakierowany na zachowanie homeostazy, rozumianej jako dynamiczny, samoregulujący proces, dzięki któremu organizm ocenia bodźce środowiskowe i potrafi się przystosować do zmiennych warunków zewnętrznych.

Jakie ma to odniesienie do uzależnień? - Uzależnienie postrzegane jest jako chroniczna deregulacja układów organizmu - wyjaśnia dr hab. Murawiec, redaktor naczelny pisma „Psychiatria” oraz członek Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Taka deregulacja może przyczynić się do utrzymywania się zachowań poszukiwawczych lub nałogowych, pomimo ich negatywnych konsekwencji.

Jak podkreśla specjalista, „zgodnie z koncepcją umysłu predostatycznego mózg i cały układ nerwowy funkcjonują jako probabilistyczny mechanizm predykcyjny, którego głównym zadaniem jest minimalizowanie rozbieżności między tym, jak świat jest oczekiwany (przewidywany), a dowodami dostarczonymi przez strumień bodźców zmysłowych”.

Umysł wykorzystuje do tego trzy tryby: alarmowy, poszukiwania oraz równowagi. Tryb alarmowy aktywowany jest pod wpływem wysokiego lub bezpośredniego przewidywania ryzyka, czego skutkiem jest wzrost poziomu stresu. Z kolei tryb poszukiwania uruchamiany jest w przypadku długoterminowego przewidywania ryzyka lub nagrody. Zwykle definiowany jest jako poszukiwanie przyjemnych i hedonicznych bodźców, np. substancji psychoaktywnych, doświadczeń seksualnych i społecznych.

- U osób z ADHD tryb alarmowy może być aktywowany częściej i intensywniej niż u osób bez tego zaburzenia. Wynika to z większej wrażliwości na stresory, trudności w regulacji emocji oraz

częstszych wyzwań w codziennym funkcjonowaniu, np. problemy koncentracją, frustracje, napięcia społeczne. To powoduje, że układ nerwowy częściej »postrzega« sytuacje jako zagrożenie lub stresujące, co aktywuje reakcje związane z trybem alarmowym, takie jak napicie, impulsywność czy szybkie reakcje emocjonalne – wyjaśnia dr hab. Murawiec.

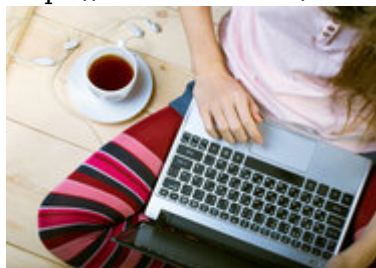
Według nowej koncepcji uzależnienie jest skutkiem przewlekłej deregulacji systemów regulacyjnych (kontrolnych) związanych z trzema wspomnianymi trybami. – Zażywanie narkotyków powoduje jedynie krótkotrwałe osiągnięcie równowagi i rzadko pomaga w adekwatnej reakcji na bodźce środowiska, co z kolei może ponownie wywołać tryb alarmowy – tłumaczy dr hab. Murawiec.

Specjalista przypomina, że zażywanie substancji psychoaktywnych może wpływać na korę przedczołową oraz funkcje wykonawcze i podejmowanie decyzji, podtrzymując zachowania uzależnieniowe i dodatkowo osłabiając samokontrolę w dłuższej perspektywie.

- Przewlekła aktywacja trybów alarmowych i poszukiwania prowadzi do kompulsywnych zachowań, które mają charakter uzależniającego, jednocześnie utrudniając powrót do równowagi. Dlatego leczenie ADHD z uwzględnieniem tych mechanizmów może pomóc zapobiegać rozwojowi i utrzymywaniu się uzależnień – uważa dr hab. Sławomir Murawiec.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32593.html>



01-06-2026

## [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

## [Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

## **10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026**

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

## **Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne**

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

## **AGH uruchomiła laboratorium**

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

## [UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

## [W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

## [3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

**Informacje dnia:** [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium](#) [UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

## **Partnerzy**