

STIMULĒJOŠU VIELU PĀRVALDĪBA DARBAVIETĀ: DARBA AIZSARDZĪBAS PERSPEKTĪVA

Pamatinformācija

Šis pārskats tapis pēc Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūras (EU-OSHA) pasūtījuma. Tā pamatā ir vajadzība identificēt un izprast darba vides “potenciālos riskus”. Ar stimulējošo vielu lietošanu darbavietā saistītie riski tika identificēti, veicot situācijas analīzi un sagatavojot “*Prognozi par jauniem un nākotnes riska veidiem saistībā ar jaunām tehnoloģijām laikposmam līdz 2020. gadam*” (EU-OSHA, 2014). Iepriekšējo pārskatu “*Darba nākotne: stimulatori*” pirms diviem gadiem uzdeva sagatavot Lankasteras Universitātei (EU-OSHA, 2015). Tas sniedza detalizētu ieskatu par galvenajiem stimulējošo vielu veidiem; pašreizējo zināšanu līmeni par šo vielu lietošanas izplatību, kā arī identificēja metodoloģiskās grūtības, kas traucē veikt šo vielu lietošanas kvantitatīvos mērījumus. Tāpat tika analizēta šo vielu iespējamā ietekme uz darbiniekiem; kā arī jautājumi, kas būtu jāapsver darba devējiem, darba aizsardzības speciālistiem, kā arī politikas veidotājiem, pievēršoties riskiem, kas saistīti ar stimulējošo vielu lietošanu darbavietā. 2017. gadā EU-OSHA tiem pašiem autoriem no Lankasteras Universitātes lūdza turpināt pētījumu, kā rezultātā ir tapis šis raksts. Šā raksta mērķis ir sniegt aktuālāko informāciju par jaunākajām tendencēm saistībā ar stimulējošām vielām. Tādējādi pētījums ir paplašināts iepriekšējais ziņojums, jo rakstā ir apsvērti faktori, kas var darbiniekus mudināt lietot minētās vielas vai viņus noskaņot par labu šādu vielu lietošanai, kā arī sniegti ieteikumi vadībai un politikas veidotājiem par iespējamu rīcību, lai ietekmētu būtiskos darba drošības un veselības aizsardzības jautājumus. Cerams, ka šis raksts veicinās diskusijas par darba drošību un veselības aizsardzību atbildīgo personu vidū, savukārt plašākā kontekstā – arī par zāļu uzraudzību un politikas veidošanu atbildīgo personu vidū.

Ievads

Iepriekšējais ziņojums pievērsās galvenajiem ar stimulējošām vielām saistītajiem jēdzieniem un diskusiju jautājumiem, aplūkojot trīs galvenās vielas: ritalīnu (metilfenidātu), provigilu (modafinilu) un Adderall (amfetamīna sāļus), kas visbiežāk tiek saistītas ar kognitīvo vai darba spēju uzlabošanu. Šajā rakstā mēs esam paplašinājuši jautājumu par farmakoloģiskajiem uzlabotajiem zinātniskajā vidē un plašākā apmērā arī plašsaziņas līdzekļos notiekošo diskusiju par dažādām citām vielām. Piemēram: ideja par halucinogēnu, piemēram, LSD (lizergīnskābes dietilamīda) uzņemšanu mazās devās, lai veicinātu programmatūru izstrādātāju radošumu; beta blokatoru lietošana veiksmīgākai sevis pasniegšanai darba vidē; kā arī plašāk pārstāvētu vielu lietošana, piemēram, Noopept (N-phenylacetyl-L-prolylglycine ethyl ester) un citas vielas, kas tiek klasificētas kā “nootropie līdzekļi”¹ un kas tiek uzskatītas par tādām, kas uzlabo garīgās funkcijas.

Pirmais ziņojums galvenokārt sniedza faktisko pamatinformāciju izpratnes gūšanai par galvenajām stimulējošajām vielām, apkopojot zinātniskos pierādījumus par šo vielu iedarbību un blakusparādībām un attiecīgi arī par izrietošajiem drošības un veselības aizsardzības jautājumiem. Tas ir īpaši svarīgi, ņemot vērā to, ka neviena viela nav medicīniski apstiprināta lietošanai darba spēju stimulēšanas nolūkā. Minētais nozīmē, ka zāles, kas ir testētas un izrakstītas personām, kurām ir īpašs medicīnisks stāvoklis (parasti – narkolepsija vai uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms jeb UDHS) bez receptes un speciālista uzraudzības lieto veseli cilvēki darba spēju stimulēšanas nolūkos.

Šajā rakstā lietota plašāka pieeja, lai izprastu sociālo un ekonomisko kontekstu, kurā pastāv vislielākā iespēja stimulējošo vielu lietošanai darbavietā. Rakstā norādīta arī saikne starp šādu vielu lietošanu un vienlaikus notiekošajām izmaiņām darba tirgū un darbavietu organizācijā. Tādējādi šis raksts papildina

¹ Nootropie līdzekļi – vielas, uztura bagātinātāji un piedevas, kas uzlabo garīgās funkcijas aspektus (piem., atmiņu, motivāciju, uzmanību). Šo jēdzienu 1972. gadā radīja Corneliu Giurgea, par pamatu ņemot grieķu valodas vārdus “prāts” un “pagriezt vai virzīt”.

citus pētījumus par EU-OSHA identificētajiem nākotnes riskiem,² tostarp šādiem: i) “pūļa pakalpojumi” un nestabila darba (darba ar zemām garantijām) pieaugums; ii) sasniegumi mākslīgā intelekta un robottehnikas jomā un iii) darbinieku veselības stāvokļa uzraudzības palielināšana, ar fizisko rādītāju (piem., sirds ritma variabilitāte) palīdzību, nosakot darbinieka stresa līmeni, uzmanības līmeni un atbilstību darbam. Šīs tendences šobrīd tiek plaši apspriestas gan saistībā ar iespējamo apdraudējumu daudzu darbinieku darba dzīvei, gan saistībā ar izrietošajām bažām par darba drošību un veselības aizsardzību.

Iepriekšējā ziņojumā mēs norādījām uz stimulējošo vielu lietošanas izplatības vienkāršu kvantitatīvo mērījumu iegūšanas grūtībām, neraugoties uz plašajiem kvalitatīvajiem datiem, jo īpaši saistībā ar tendenci šādas vielas lietot konkrētās iedzīvotāju grupās un konkrētās profesijās. Mēs sasaistījām kopā kontekstuālos faktorus, par kuriem pastāv lielāka ticamība, ka tie var “izprovocēt” šādu vielu lietošanu. Mēs tostarp arī apspriedām to, kā šie faktori var palīdzēt nākotnes pētījumos, lai noskaidrotu šādas uzvedības īpatnības un apmērus. Tādēļ mēs izvirzījām narkotisko vielu “normalizēšanas” koncepciju, kuru izmanto sociologi, lai izprastu, kā nelegālo un izklaides nolūkos patērējamo narkotisko vielu lietošana kļūst pieņemama sabiedrības subkulturās. Mēs esam apsvēruši, kā šī pieeja var sniegt ieskatu, lai izprastu stimulējošo vielu lietošanu darba kontekstā.

Ziņojuma struktūra

Diskusiju dokumenta pirmajā sadaļā aplūkoti jaunākie atklājumi stimulējošo vielu jomā. Nākamā sadaļa detalizētāk pievēršas izmaiņām darba apstākļos, norādot uz tiem darba apstākļiem, kuru gadījumā pastāv lielāka stimulējošo vielu lietošanas ticamība. Šajā sadaļā izmantota arī “narkotisko vielu normalizēšanas tēze”, lai labāk izprastu šo vielu lietošanas kontekstu. Pēdējā sadaļā iezīmēta iespējamā rīcība, lai ar uzraudzības un politikas veidošanas palīdzību ietekmētu šo problēmu.

² <http://osha.europa.eu/lv/emerging-risks>; <https://osha.europa.eu/lv/tools-and-publications/publications/future-work-crowdsourcing/view>; <https://osha.europa.eu/lv/tools-and-publications/publications/future-work-robotics/view>; EU-OSHA — European Agency for Safety and Health at Work, ‘New forms of contractual relationships and the implications for occupational safety and health’, Office for Official Publications of the European Communities, Luxembourg, 2002.; <https://osha.europa.eu/lv/tools-and-publications/publications/monitoring-technology-workplace/view>

1. Jaunākie atklājumi

1.1 Stimulējošās vielas zinātniskajā literatūrā un plašsaziņas līdzekļos

To pētījumu starpā, kuri tapuši pēc mūsu pirmā diskusiju dokumenta, ir vērts pieminēt lielo vērtību, kas tika pievērsta publicēto pētījumu par modafinila kognitīvo ietekmi sistemātiskajam pārskatam. Pārskata, kas publicēts žurnālā *“European Neuropsychopharmacology”* (Battleday un Brem, 2015), autori ir divi prestižu akadēmisko institūciju – Oksfordas Universitātes un Hārvarda Medicīnas skolas, pētnieki, un tajā izvērtēti vairāk nekā 24 publicētie pētījumi par modafinila spēju uzlabot kognitīvo funkciju. Autori secināja, ka “modafinils sniedz zināmu labumu kognitīvajai funkcijai, jo sevišķi vadības funkcijai” (1878. lpp.), tomēr ir nepieciešams veikt plašāku un rūpīgāku veselības aspektu izpēti. Viņi tāpat norādīja, ka informācija par blakusparādībām ir fragmentāra un nākotnes pētījumos tā ir būtiski jāuzlabo. Turklāt jānorāda, ka citi pētnieki (piem., Repantis et al., 2016) kritizēja Battleday un Brem sagatavoto pārskatu.

Tomēr viens no svarīgākajiem aspektiem saistībā ar Battleday un Brem (2015) pārskatu bija veids, kādā to pasniedza plašsaziņas līdzekļi. Neraugoties uz pārskatā norādītajiem brīdinājumiem, daži plašsaziņas līdzekļi vedināja domāt, ka, piemēram, modafinils ir “pasaulē pirmais drošais smadzeņu stimulators” (*The Guardian*, 2015) un ka “smadzeņu stimulatori patiešām strādā” (*Daily Mail*, 2015). Lai arī citās valodās (ne angļu) izdotajos plašsaziņas līdzekļos šis pārskats tika mazāk apskatīts, *Le Matin* (2016) rakstā ‘La pilule qui repousse les limites’ [Tablete, kas ļauj pārkāpt ierobežojumus] norādīja, ka modafinils ir populārs anglosakšu studentu vidū, bet tā lietošanai ir zināmi riski, kamēr *Die Zeit* (2015) virsrakstā par šo tēmu tika apgalvots ‘Hirn auf Hochtouren’ [Smadzenes ar 100 % atdevi]. Minēto rakstu īpatnības ir tādas, ka zinātnisko pētījumu popularizācija var radīt problēmjautājumus saistībā ar plašsaziņas līdzekļu sniegtās informācijas reprezentatīvo raksturu vai būtību. Šis jautājums ir sevišķi svarīgs saistībā ar drošības un veselības apsvērumiem un tādā aspektā, kā šī informācija var cirkulēt to grupu starpā, kurām ir potenciāla interese par kognitīvo funkciju uzlabojošu preparātu lietošanu vai starp personām, kurām ir interese palielināt pašreizējos lietošanas apmērus. Lai arī mēs nevaram izmērīt šādu rakstu ietekmi uz sabiedrību kvantitatīvā ziņā, vēlamies norādīt, ka tie dod savu artavu sabiedrības diskusijās par šīm vielām, tādējādi padarot šo vielu lietošanu apsvēršanas vērtu un potenciāli arī normālu (skat. 2.2. nodaļu par narkotisko vielu lietošanas normalizēšanu).

1.2 Stimulējošo vielu un potenciālo lietotāju dažādība un to loka paplašināšanās

Runājot par stimulējošām vielām darba kontekstā, ir acīmredzams, ka pastāv lielāka vielu, profesiju un darba situāciju dažādība nekā parasti tiek pieņemts. Darba un profesionālā dzīve bez šaubām daudziem indivīdiem dažādās darba vidēs var būt saistīta ar izaicinājumu uzradīt labu sniegumu un kuri tādējādi var pievērsties farmakoloģiskajiem līdzekļiem, lai spētu tikt galā ar šiem izaicinājumiem. Piemēram, atsevišķi piemēri liecina, ka personas, kuras jūt izteiktu nervozitāti vai trauksmi publiskas uzstāšanās laikā – piemēram, publiskas prezentācijas vai intervijas laikā, vai spēlējot publikai mūzikas instrumentu, var lūgt medicīnisku palīdzību un attiecīgi viņiem tiks izrakstīti beta blokatori, piemēram, propranolols, kas palīdz atvieglot trauksmes fizioloģiskos simptomus. Turklāt papildus likumīgi izrakstītām receptēm personām, kuras saskaras ar trauksmi izraisošām situācijām darbā, pastāv iespēja nodarboties ar pašārstēšanos, protams, ar nosacījumu, ka ir pieejams šo vielu piegādes avots. Kā konkrētu piemēru šādai uzvedībai vēlamies norādīt uz rakstu par beta blokatoru lietošanu pirms mūziķu noklausīšanās, kas publicēts profesionālajiem mūziķiem paredzētā žurnālā (Nelson, 2017). Rakstā skaidri secināts, ka šī joma nav pietiekami izpētīta un ka par pierādījumiem kalpo galvenokārt atsevišķi gadījumi. Tomēr nav šaubu, ka starp pierādījumu neesamību un neesamības pierādījumu nav liekama vienlīdzības zīme. Šis jautājums patiesi ir sensitīvs un tas skar profesionāļus, kuri diez vai būtu gatavi atklāti atzīt šo problēmu un vēl jo mazāk – farmakoloģisku preparātu izmantošanu šīs problēmas risināšanai. Tomēr šajā rakstā trīs klasiskās mūzikas jomā strādājoši cilvēki ir atzinuši, ka ir izlēmuši lietot beta blokatorus, lai tiktu galā ar uzstāšanos saistītu trauksmi. Ņemot vērā to, ka daudzās profesijās tiek prasīts, lai darbinieks spētu prezentēt sevi un savu darbu, šāda tendence diez vai ir piesaistīta tieši tām profesijām, kurās nepieciešams publiski uzstāties. Lai arī tas būs sarežģīti, tomēr šķiet, ka ir nepieciešama turpmāka izpēte par stimulējošo vielu sortimentu un lietošanu un ar šo vielu lietošanu saistītajiem darba apstākļiem.

Tai pat laikā ir atjaunojusies interese par pagātnē populārām narkotiskajām vielām, kamēr citas vielas, kas ir izstrādātas citiem medicīniskajiem mērķiem, var izvirzīties priekšplānā un tikt uzskatītas par iespējamiem darba spējas stimulējošiem faktoriem. Saistībā ar pirmo no minētajiem jānorāda, ka tiek ziņots par to, ka pieaug interese par tādu fenomenu kā LSD – nelegālas narkotiskās vielas, kas bija populāra 20. gadsimta 60. un 70. gadu psihodēliskās ēras laikā, mikrodozēšanu. Mikrodozēšana ir vielas uzņemšana ļoti mazās devās, kas neizraisa halucinācijas vai cita veida kognitīvu iedarbību, kas parasti tiek saistītas ar tā saukto “psihodēlisko pieredzi”, ar mērķi uzlabot darba spējas un jo īpaši – ar mērķi veicināt radošumu. Lai arī to uzskata par tendenci, kas galvenokārt ir izplatīta to uzņēmēju un citu personu lokā, kas strādā augsto tehnoloģiju nozarē Silīcija ielejā, ASV (*Financial Times*, 2017), plašsaziņas līdzekļi ir ziņojuši arī par lietotājiem no Lielbritānijas (BBC News, 2017; Karim, 2017).

Pievēršoties jaunākām stimulējošām vielām, jānorāda, ka 2014. gadā Zāļu un veselības aprūpes produktu regulēšanas aģentūra (MHRA, 2014) konfiscēja lielu daudzumu preparāta, kas pazīstams kā Noopept, kopā ar citiem dažāda veida “smadzeņu stimulatoriem”. Noopept ir sintezēts Krievijā un ir pētīts kā līdzeklis pret tādiem kognitīvajiem traucējumiem, kuriem ir vaskulārs (asinsvadu) cēlonis (Neznamov un Teleshova, 200). 2016. gadā Noopept guva turpmāku atspoguļojumu plašsaziņas līdzekļos, norādot, ka studenti to atzīst par palīgīdzekli mācībās (Pells, 2016). Šobrīd Apvienotajā Karalistē to regulē 2016. gada Psihoaktīvo vielu likums, paredzot, ka to ir aizliegts izgatavot, importēt un izplatīt. Noopept ir tikai viena no vielām, kas ietilpst nootropo līdzekļu grupā. Tāpat kā gadījumā ar citām vielām, kas izstrādātas kognitīvo traucējumu ārstēšanas nolūkā, piemēram, narkolepsijas (modafinils), UDHS (metilfenidāts) vai Alzheimerera slimības (donezepils) ārstēšanai, šī viela var tikt uzskatīta par tādu, kas var pastiprināt kognitīvo funkciju veselajiem indivīdiem, kuriem nav šo kognitīvo traucējumu. Tomēr mācība, ko var gūt no Noopept piemēra, ir tāda, ka farmakoloģisko preparātu lietošana un interese par šo preparātu saistībā ar kognitīvās funkcijas uzlabošanu vai pat tikai garīga noguruma novēršanai ļoti īsā laika posmā var būtiski mainīties.

Vēl viens būtisks vērā ņemams faktors ir interneta un sociālo mediju loma, kas var kalpot gan kā avoti informācijas iegūšanai par stimulējošām vielām, gan kā līdzekļi to iegādei. Jānorāda, ka raksti, blogi, atbildes un diskusijas par stimulējošo vielu lietošanu (gan pozitīvi, gan negatīvi) ir pieejami konkrētu profesiju pārstāvjiem paredzētās tīmekļa vietnēs, kas norāda gan uz interesi, gan uz informētību, lai arī šīs vietnes neveic savu lietotāju auditorijas mērījumus. Kā piemērus šādām tīmekļa vietnēs pieejamām diskusijām par stimulējošo vielu pozitīvajām un negatīvajām pusēm var minēt medicīnas māsu forumu (allnurses.com³), kā arī mediķiem paredzētu tīmekļa žurnālu, kas pieejams *British Medical Journal* tīmekļa vietnē – Lielbritānijas Medicīnas asociācijas blogā (blogs.bmj.com/medical-ethics, skat. Brassington, 2012; careers.bmj.com, skat. Davies, 2016; student.bmj.com, skat. Welford, 2016).

Šajā saistībā jānorāda arī tas, ka nelegālu tiešsaistes aptieku, kas pārdod viltus vai nelicencētas zāles (tostarp stimulējošās vielas), problēma ir nonākusi uzraugošo iestāžu redzeslokā un, piemēram, Lielbritānijas Zāļu un veselības aprūpes produktu regulēšanas aģentūra (MHRA) ir paziņojusi, ka 2016. gadā tā ir slēgusi 5000 šādu tīmekļa vietņu (MHRA, 2016) darbību. Līdzīgs apdraudējums ir ārsti, kuri strādā tiešsaistē un kuri izsniedz receptes ļoti iedarbīgām vielām, tostarp modafinilam, pienācīgi nepārbaudot pacientu medicīnisko vēsturi (*The Times*, 2017. gada 27. jūnijs).

Pirmajā ziņojumā (EU_OSHA, 2015) mēs norādījām vairākas profesijas, kurās saskaņā ar pētījumiem ir novērojama lielāka stimulējošo vielu izplatība vai vismaz informētība par tām: militārajā jomā strādājošie, medicīnas jomā strādājošie, šoferi-tālbraucēji, maiņu darba strādnieki, kā arī citu profesiju darbinieki, kuri ikdienā saskaras ar augstu stresa līmeni. Šā jautājuma detalizēta izpēte ir grūts uzdevums. To reto pētījumu skaitā, ar kuriem mēģināts noskaidrot kognitīvo funkciju uzlabojošo vielu izplatību nodarbināto vidū, var minēt Dietz et al. (2016), kurš pētīja Vācijā publicēta ekonomiska satura raksta lasītāju loku, kā arī Franke et al., (2013), kurš veica pētījumu par ārstiem. Abi pētnieki norādīja uz kontekstuālo un darbavietas faktoru nozīmi šo vielu izplatībā. Franke et al. (2013: 109) norādīja:

Šobrīd rezultāti norāda uz to, ka apmēram 15 % – 20 % ķirurgu vismaz vienreiz dzīvē ir lietojuši vielas, kas paredzētas kognitīvo funkciju vai garīgā stāvokļa uzlabošanai. Tas var būt saistīts ar lielo darba slodzi un iespējamo ar darbu un ar privāto dzīvi saistīto stresu.

Kopumā, izvērtējot stimulējošo vielu lietošanu darbavietā, kā arī tās ietekmi uz darba drošību un veselības aizsardzību, ir svarīgi atcerēties par to vielu dažādību, kas var tikt uzskatītas par

³ <http://allnurses.com/general-nursing-discussion/does-anyone-working-343034.html>:
<http://allnurses.com/general-nursing-discussion/provigil-for-shift-231166-page3.html>

“stimulējošām”. Tādējādi ir jāņem vērā ne tikai tās vielas, kas ir vispārēji atzītas par kognitīvo funkciju uzlabotājiem (modafinils, ritalīns, Adderal), bet arī citas vielas: nelegālās narkotiskās vielas, piemēram, LSD; recepšu zāles, piemēram, beta blokatori; eksperimentālās zāles, kas tiek izstrādātas dažādu medicīnisku stāvokļu, piemēram, Alzheimeras slimības, ārstēšanai; kā arī veikalos plauktos pieejami produkti, piemēram, enerģijas dzērieni. Turklāt narkotiskās vielas, kuras parasti tiek lietotas izklaides nolūkos, piemēram, kokaīns, LSD un amfetamīni, tiek izmantotas arī darba spēju uzlabošanai (dažreiz – citā veidā vai citās devās). Tas vēl jo vairāk sarežģī izpratnes veidošanu par stimulējošo vielu lietošanu snieguma uzlabošanai darbavietā. Lai vēlāk varētu pievērsties jautājumam par to, kādas situācijas darbā visvairāk var provocēt stimulējošo vielu lietošanu un kuru profesiju pārstāvji ir visvairāk predisponēti uz šo vielu lietošanu, tagad apskatīsim izmaiņas nodarbinātības apstākļos un iespējamu stimulējošo vielu lietošanas normalizēšanu.

2. Potenciālie stimulējošo vielu lietošanu provocējošie/kontekstuālie faktori

2.1 Izmaiņas darba organizēšanas praksēs un nodarbinātības nosacījumos

Parasti tiek uzskatīts, ka narkotisko vielu lietošana notiek ārpus darba, bet tai var būt negatīva ietekme uz darbu, un vadības piedāvātie risinājumi parasti ir saistīti ar atbalsta sniegšanu, ārstēšanu vai disciplināriem pasākumiem. Ikdienā narkotisko vielu lietošana parasti tiek apskatīta attiecībā pret konkrētu lietotāju, proti, vai viņš ir uzskatāms par “atkarīgo” vai par tādu, kas šīs vielas lieto laiku pa laikam izklaides nolūkos. Šo vielu lietotājs var tikt uztverts kā persona ar problemātisku uzvedību, kas ir saistīta ar personiskiem faktoriem (piem., noslieci uz risku, nespēju tikt galā ar dzīves situācijām) vai sociālās vides faktoriem (piem., nabadzība, disfunkcionālas attiecības ģimenē).

Gadījumā, ja stimulējošās vielas tiek lietotas darba spēju uzlabošanas nolūkā, šie pieņēmumi var tikt apstrīdēti, jo cilvēki šīs vielas lieto nolūkā *uzlabot* viņu darbu vai nolūkā labāk tikt galā ar viņiem izvirzītajām prasībām. Gan nelieli kvalitatīvie pētījumi, gan neformālie ziņojumi par stimulējošo vielu lietošanu liecina, ka par pamatu personas lēmumam par vai pret šo vielu lietošanu kalpo sociālais konteksts. Pirmajā ziņojumā mēs izvirzījām pieņēmumu, ka iespējamība, ka indivīds veiks izvēli par labu stimulējošo vielu lietošanai, ir jāizprot sociālo un organizācijas faktoru kontekstā, piemēram, darba organizācijas, uzņēmuma iekšējās kultūras un konkrētā darba īpatnību kontekstā (skat. EU-OSHA, 2015: 6. sadaļa). Mēs sevišķi uzsverām Sonnenstuhl un Trice (1987) darbu, kas citēts Cook et al., 1996: 323) un kurā pausts pieņēmums, ka tie faktori, kuri rada vislielāko iespējamību, ka darbavietā radīsies ar dažādu vielu lietošanu saistītas problēmas, ir: i) darbavietas iekšējā kultūra; ii) sociālā kontrole; iii) atsvešinātība; iv) ar darbu saistītais stress un v) šo vielu pieejamība. Turklāt, ņemot vērā to, ka tādas vielas kā modafinils paaugstina modrību un spēju noturēt uzmanību, kā vienu no galvenajiem faktoriem mēs izvirzījām arī maiņu darbu.

Ar šo rakstu tiek turpināta diskusija par sociālā un ekonomiskā konteksta nozīmi, kā arī tiek apsvērti iespējamie “provocējošie” faktori darbavietā, kā arī plašākā apmērā - izmaiņas nodarbinātības nosacījumos vispār. Tādējādi šis raksts ir saistīts ar citiem nākotnes izaicinājumiem un “nākotnes riskiem”, kurus EU-OSHA ir identificējusi un izvērtējusi iepriekšējā Prognozē (EU-OSHA, 2014) un citos ziņojumos (skat. 2. zemsvītras piezīmi).

Saistībā ar plašāku sociālo un ekonomisko kontekstu, kādā tiek lietotas stimulējošās vielas, svarīgs faktors ir nestabila darba (darba ar zemām garantijām) pieaugums. Nestabils darbs⁴ var tikt raksturots kā darbs, kas tiek veikts nestandarta nodarbinātības apstākļos un kas tādējādi ir saistīts ar lielāku nedrošību, bieži vien tas netiek aizsargāts ar standarta darba tiesībām un normatīvajiem aktiem, bieži vien tas ir arī slikti apmaksāts, un dažos gadījumos tas ir saistīts ar augstu novērošanas un uzraudzības līmeni. Starptautiskā Darba organizācija (ILO) nestabilu darbu raksturojusi kā darbu, “par kuru pastāv nenoteiktība saistībā ar nodarbinātības ilgumu; iespēja, ka darbiniekam būs vairāki darba devēji vai darba devēja un darbinieka starpā pastāv reālajai situācijai neatbilstošas vai neskaidras darba tiesiskās

⁴Plašākai diskusijai par ietekmi uz veselību un drošību, skat.

https://oshwiki.eu/wiki/Precarious_work_definitions_workers_affected_and_OSH_consequences

attiecības; nepietiekama piekļuve sociālajai aizsardzībai un labumiem, kas tradicionāli ir saistīti ar darba tiesiskajām attiecībām” (ILO, 2012: 27. lpp.). Nestabils darbs tradicionāli tiek saistīts ar konkrētām darbinieku kategorijām, piemēram, imigrantiem, darbiniekiem ar invaliditāti, kā arī darbiniecēm-sievietēm (nepilns darba laiks, darbs no mājām).

Nesen veiktais pētījums sniedz ieskatu par notiekošajām izmaiņām nodarbinātības apstākļos, jo sevišķi izmaiņām, kas saistītas ar t.s. “gadījuma darbu ekonomiku”, kurai raksturīga digitāla/algoritmiska kontrole pār fragmentāriem darba uzdevumiem, kas sadalīti vairākiem darbiniekiem, ar kuriem darba devējs nav nodibinājis ilgstošas līgumiskās attiecības (Huws et al., 2017).

Lai arī nav veikti pētījumi, lai noskaidrotu tiešo cēloņsakarību starp stimulējošo vielu lietošanu un izmaiņām darba apstākļos, Itālijā veikts liela mēroga pētījums liecina par to, ka gadījumos, kad darbinieki tiek pārcelti darbā uz nestabilākiem nosacījumiem, minētā situācija parasti ir saistīta ar sliktāku garīgo veselību un izrakstīto psihotropo vielu receptu pieaugumu (Moscone et al., 2016). Būtu noderīgi veikt līdzīgus pētījumus saistībā ar stimulējošām vielām.

Šeit būtu vietā uzsvērt dažus fragmentācijas un nestabilitātes aspektus un to, kā tie saistīti ar iespējamu stimulējošo vielu lietošanu. Turpmāk norādītie faktori bieži vien līdzpastāv (jo sevišķi “gadījuma darbu ekonomikas” darbu un “tiešsaistes platformu darbu” gadījumā):

- (i) **Sociālas/individuālas kontroles pār darba apstākļiem neesamība:** Šis faktors tradicionāli ticis saistīts ar darbu rūpnīcā, kura pamatā bija rūpnīcā darbināmas iekārtas, vēlāk šis faktors vairāk tika saistīts ar rutīnas “balto apkaklīšu” darbiem, piemēram, zvanu centra operatoru darbu, bet pēdējā laikā – ar tiem, kuri strādā digitālajā ekonomikā. Pēdējā no minētajiem gadījumiem darbinieki var nesaņemt darba algu līdz brīdim, kad viņiem tiek piešķirti darbi; viņi tiek pakļauti klientu novērtējumam, kas savukārt nosaka to, vai viņiem turpinās piešķirt darbus; kā arī viņiem netiek sniegta iespēja paust savu viedokli (Huws et al., 2017). Darbinieki stimulējošo vielu lietošanu var uztvert par veidu, kā tikt galā ar monotono darbu vai atbilst prasībām, kas saistītas ar darbu, kura pamatā ir darbināmas iekārtas/elektroniskie procesi.
- (ii) **Darba laiku un vietu fragmentācija.** Uz konkurenci vērstos tirgos uzņēmumi var mēģināt samazināt ar darbiniekiem saistītās izmaksas, izmantojot ārpakalpojumus, samazinot darba stundas, kā arī izvirzot darbiniekiem prasības par elastīgu darbu. Darbiniekiem var maksāt darba algu tikai par pamatuzdevumu izpildi, nevis par laiku, kuru viņi patērējuši, pildot šo uzdevumu. Piemēram, Apvienotajā Karalistē aprūpes darbiniekiem tiek maksāts tikai par to laiku, ko viņi pavada, aprūpējot savus klientus, nevis par laiku, kas tiek pavadīts ceļā no viena klienta pie nākamā klienta (Richards, 2016). Šādas situācijas sekas ir fragmentētas darba stundas vai nepieciešamība apvienot vairākus darbus, lai nodrošinātu sev iztiku. Pēdējos gados ir novērots “strādājošo nabadzības” pieaugums. Šobrīd ir tikai atsevišķi piemēri, kad darbinieki ir apvienojuši vairākus darbus un ir lietojuši stimulējošas vielas, lai spētu strādāt abos darbos. Informatīvos nolūkos būtu noderīgi iekļaut jautājumus par stimulējošo vielu lietošanu, veicot pētījumus par darbu minētajos apstākļos.
- (iii) **Apmaksāta darba un citu dzīves aspektu pārklāšanās, saplūšana vai līdzsvarošanas grūtības.** Ar šo problēmu jo īpaši saskaras sievietes, mēģinot līdzsvarot darbu un “otro maiņu” – mājās veicamos darbus (Hochschild un Machung, 1989). Apvienotās Karalistes avīzē (*Mail Online*, 2013. gada 6. janvāris) ir minēti piemēri par sievietēm, kuras sākušas lietot stimulējošas vielas, lai spētu pildīt savstarpēji konkurējošos stresa pilnā darba pienākumus un savus pienākumus ārpus darba. Saskaņā ar pirmajā ziņojumā norādīto maiņu darbs ir plaši izplatīta joma, turklāt viena no galvenajām, kurā bieži vien ir grūti panākt darba un privātās dzīves līdzsvaru. ASV modafinila ražotāji kā savas reklāmas mērķauditoriju izvirzījuši cilvēkus, kas cieš no “ar maiņu darbu saistītiem miega traucējumiem”. Daudzās darba jomās tiek izmantotas elektroniskas informācijas un saziņas ierīces – mobilās “elektroniskās aplokšnes” (Felstead et al., 2005), kuras darbinieki nēsā sev līdzī, kas savukārt norāda uz tendenci būt “vienmēr ieslēgtiem” vai būt gataviem pieslēgties darbam. Darbinieki, kuriem darbs tiek piešķirts,

izmantojot tiešsaistes platformu, ziņo par to, ka viņus uztrauc, vai viņi iegūs pietiekamu darba daudzumu, tādēļ viņi ir pastāvīgi pieslēgušies platformai.

- (iv) **Konkurence, darba trūkums, iztikas apdraudējums.** No vienas puses, minētos faktoros var attiecināt uz vidi, kurā valda sīva konkurence, kas raksturīga profesionāliem un augstākā līmeņa amatiem, darbiniekiem apzinoties, ka viņiem nepārtraukti jāuzrāda augstākā līmeņa sniegums, lai saglabātu savu amatu. Ar šādiem gadījumiem savā darbā saskaras narkomānijas un alkoholisma apkarošanas centrs Londonas Sitijā (Square Mile Health, 2017), kā arī vairāki plašsaziņas līdzekļi ir rakstījuši par ambiciozo un veiksmīgo sieviešu dzimuma darbinieču dzīvesveidu (*Cosmopolitan*, 2016. gada oktobris; *London Evening Standard*, 2016. gada 23. marts). No otras puses, minēto faktoru var attiecināt arī uz darbiniekiem, kuri darba piedāvājumus saņem ar tiešsaistes platformu starpniecību un kuri tādējādi saskaras ar pastāvīgu nenoteiktību par to, vai viņi ir pietiekami ātri reaģējuši uz darba piedāvājumu un vai viņi ir saņēmuši pietiekami labu atgriezenisko saiti no klientiem, lai arī turpmāk saņemtu darba piedāvājumus. Daudzi darbinieki saskaras ar risku, ka viņu darbu var aizstāt, izmantojot ārpakalpojumu, ofšoringa un tehnoloģiju piedāvātās iespējas. Mūsdienu plašsaziņas līdzekļu ziņojumi par to, ka mākslīgā intelekta un robottehnikas sasniegumi padara cilvēku darbu nevajadzīgu, kurus bieži vien, kā jau tas raksturīgs preseī, pavada pārspīlējumi, baiļu atmosfēras radīšana un mīti, vēl vairāk saasina šo situāciju.
- (v) **Darbinieku uzraudzība.** Darbinieku novērošana un uzraudzība tiek pieņemta jau sen. Tomēr darbinieku uzraudzībai paredzētu elektronisko līdzekļu lietošana, visticamāk, paaugstinās arī darbinieku stresa līmeni, lai arī minētās sistēmas var izmantot arī labklājības paaugstināšanai. Ar minētajiem uzraudzības līdzekļiem visbiežāk nosaka vairākus darbinieka fizioloģiskā stāvokļa biometriskos rādītājus, kuri vēlāk tiek “pārkonvertēti” par rādītājiem, kas norāda uz darbinieka “atdevi” darbam, piemērotību darbam, stresa līmeni utt. Šāda datu uzraudzība notiek ārkārtīgi individuālā un personiskā līmenī - darbinieka ķermeņa līmenī. Paredzams, ka darbinieki, kuri tik rūpīgi tiek uzraudzīti, var sākt izmantot dažādus farmakoloģiskos preparātus, lai kaut kā varētu kontrolēt vai manipulēt ar biometriskajiem rādītājiem.

2.2 Normalizēšana

Vēl viens veids, kā aplūkot stimulējošo vielu lietošanu, ir saprast to, kā tās konkrētos sociālos kontekstos var kļūt par kultūras normu. “Narkotisko vielu normalizēšanas” tēze sākotnēji tika radīta, lai izskaidrotu nelegālo narkotiku lietošanas pieaugumu jauniešu vidū, ko atklāja Apvienotajā Karalistē veiktais liela mēroga longitudinālais pētījums (Parker et al. 1998; Wibberley un Price, 2000; Williams, 2016). Ar narkotisko vielu lietošanu saistītas uzvedības normalizēšana izriet no idejas, ka narkotisko vielu lietošana tiek iekļauta un pieņemta dažādos ikdienas dzīves aspektos. Minētais ir pretrunā idejai par narkotisku vielu lietošanu kā novirzi no normas – uzvedību, kas tiek uzskatīta par ārkārtēju un tiek stigmatizēta. Savukārt normalizēšanas pakāpe varētu liecināt par to, ka pastāv mazāk sociālo un praktisko barjeru šādu narkotisko vielu lietošanai un tādējādi to varētu uzskatīt par norādi uz izplatības pieaugumu. Tradicionālie pētījumi par narkotiku lietošanu galvenokārt bija vērsti uz to, lai noskaidrotu šādas riskantas un antisociālas uzvedības cēloņus (piemēram, individuālu noslieci uz “problemātisku” uzvedību vai sociālās vides faktoros), savukārt ar normalizēšanas tēzi tiek atzīts, ka narkotisko vielu lietotāji var būt “sabiedrībai pielāgojušies, veiksmīgi, uz mērķi orientēti jaunieši bez noslieces uz riskantu uzvedību” (Parker 1997: 25. lpp.). Personas, kuras izvēlas lietot stimulējošās vielas, arī uzrāda uz mērķi orientētu uzvedību, jo pētījumi liecina par to, ka viņu motivācijas pamatā ir vēlme uzlabot koncentrēšanos mācību un/vai darba vajadzībām (Eikenhorst et al., 2012; Dietz et al., 2016; Majori et al., 2017).

Normalizēšanas tēze⁵ nelegālo narkotiku lietošanu pieņem par “nenozīmīgu jauniešu dzīves sastāvdaļu; kā daļu no plašākiem baudas, azarta un priekā meklējumiem uz patērēšanu un izklaidi

⁵ Normalizēšanas tēze ir tikusi kritizēta un pārskatīta pēc tam, kad tā vairāk nekā pirms divām desmitgadēm tika izvirzīta (piem., Shiner un Newburn, 1997.; Measham un Shiner, 2009.). Šīs tēzes sākotnējā prezentācija satur vairākus elementus, kuriem mēs nepiekrītam un kuri nav būtiski tieši saistībā ar stimulējošām vielām. Tomēr šī tēze var būt ļoti noderīga, lai izprastu ar stimulējošo vielu lietošanu saistītās tendences, ar kurām mēs saskaramies šobrīd.

orientēta dzīvesveida ietvaros” (Measham un Shiner, 2009: 502. lpp.). Citiem vārdiem sakot, normalizēšanas tēzei raksturīgi piesaistīt narkotisko vielu lietošanas tendences un izvēles to sociālajam kontekstam. Apsverot normalizēšanu saistībā ar stimulējošo vielu lietošanu darbavietā, mums tāpat ir nepieciešams apsvērt šo vielu lietošanas sociālo kontekstu. Bet, jo īpaši šajā gadījumā, būtiskais kontekstuālais faktors ir nevis baudas gūšana un patērēšana, bet gan dzinulis būt produktīvam un veiksmīgam, jo tās ir īpašības, kas tiek augstu novērtētas gan darbavietā, gan plašākā sabiedrībā. Turklāt mūsdienu darba tiesisko attiecību kontekstā no darbiniekiem tiek sagaidīts, ka viņi uzņemsies atbildību par savu personisko attīstību un strādās pie tā, lai sasniegtu savu maksimālo potenciālu vai attīstīs savas spējas, lai tās atbilstu amata un darba tirgus prasībām. 2.1. sadaļā mēs jau norādījām, ka zināmi darbavietas konteksti un apstākļi var vairāk provocēt stimulējošo vielu lietošanu. Tāpat pastāv arī potenciāli sociālie konteksti, kuros šo vielu lietošana var tik normalizēta.

Mūsu ieskatā normalizēšanas parametri, kurus pētnieki ir noteikuši saistībā ar nelegālajām narkotiskajām vielām, var tikt piemēroti arī tam, lai gūtu labāku izpratni par stimulējošo vielu lietošanu. Mūsu ieskatā šo pētījumu pieeja ietekmē arī stimulējošo vielu izpēti, iespējams, visvairāk tieši ar to, ka, pateicoties tiem, esošos longitudinālos pētījumus par narkotisko vielu lietošanas tendencēm jauniešu vidū var papildināt ar jauniem būtiskiem jautājumiem.

Ar normalizēšanu ir saistīti šādi pieci galvenie parametri:

- (i) pieejamība/piekļuve;
- (ii) nelegālo narkotisko vielu lietošanas adaptācija kultūrā, šīs adaptācijas līmenis;
- (iii) pieļaujama attieksme pret “saprātīgu” narkotisko vielu lietošanu laiku pa laikam izklaides nolūkos, jo īpaši no to personu puses, kas paši nelieto šīs vielas;
- (iv) lietošanas rādītāji;
- (v) eksperimentēšanas ar narkotiskajām vielām (“narkotisko vielu izmēģināšanas”) rādītāji (Parker et al., 2002).

Zemāk mēs apspriedīsim šos parametrus un sasaistīsim tos ar iespējamu stimulējošo vielu lietošanu. Tādā veidā mēs varam uzsākt potenciālo “provocējošo faktoru” identificēšanu, kuri norāda uz kontekstiem, kuru gadījumā pastāv lielākas iespējas, ka indivīdi sāks lietot stimulējošas vielas:

(i) **Pieejamība** nozīmē to, cik viegli indivīdi var piekļūt šīm vielām. Stimulējošo vielu gadījumā tās ir darbavietas, kurās darbiniekiem ir lielāka fiziska **piekļuve** šīm vielām (piem., lielai daļai medicīniskā vai veselības aprūpes personāla), kā arī jāņem vērā arvien pieaugošā pieejamība iegādāties šīs vielas internetā. Tādējādi piekļuves vieglums ir svarīgs faktors. Pieejamība sevī ietver arī **ekonomisku** pieejamību – cenu, par kuru šīs vielas var iegādāties, un kas tādējādi var palīdzēt noskaidrot, kuras personu grupas var atļauties lietot konkrēto vielu (tostarp lietot pastāvīgi, nevis tikai vienreiz izmēģināt). Saistībā ar nelegālo narkotisko vielu normalizēšanu viens no rādītājiem ir šādu vielu **konfiskāciju apmērs**. Piemēram, stimulējošo vielu gadījumā Apvienotajā Karalistē 2014. gada oktobrī (minēts iepriekš) tika konfiscēti “smadzeņu stimulatori”, kuru “ielas vērtība” bija 200 000 GBP (apmēram 240 000 EUR saskaņā ar 2014. gada valūtas kursa rādītājiem) (MHRA, 2014). Vēl viens rādītājs, ka šo vielu pieejamība Apvienotajā Karalistē arvien pieaug, ir apstākļi, ka gan valsts, gan izglītības iestādes tās uzskata par pietiekami nopietnu draudu, lai ieviestu preventīvus pasākumus. Piemēram, MHRA ir publicējusi brīdinājumus, kuru mērķgrupa ir universitāšu pirmo kursu studenti (UK Government, 2016), savukārt Oksfordas Universitāte rīko seminārus nolūkā veicināt informētību par “smadzeņu stimulatoriem”. Tikpat svarīgi ir arī izplatības tīkli – nelegālo narkotisko vielu lietošanas pieaugums vairāk bija saistīts ar šo vielu iegādi un tālāku nodošanu draugu un paziņu lokā (tīklā), nevis ar to iegādāšanos, izmantojot narkotiku “dīleru” starpniecību.

(ii) Narkotisko vielu lietošanas **atzīšana kultūras vidē** un **zināšanu** pieejamība par narkotisko

vielu lietošanu. Socioloģiskajos pētījumos par nelegālo narkotisko vielu normalizēšanu tiek ņemta vērā informētība par narkotikām, kad zināšanas par šīm vielām tiek popularizētas ar atsaucēm un attēliem daudzās popkultūras jomās (tostarp modes, humora, mūzikas industrijā), kā arī ar reklāmu palīdzību, izmantojot attēlus, kas asociējas ar narkotiku lietošanu vai narkotiku lietotājiem (piem., “heroīna šiks” – modes kļiedziens 1990-tajos gados, ko popularizēja pārmērīgi tievas modeles ar ļoti bālu ādu un tumšiem lokiem zem acīm). Stimulējošo vielu gadījumā ir plaši izplatītas diskusijas par šīm vielām ikdienas medijos – papīra avīzēs un tiešsaistē pieejamajās avīzēs, tīmekļa vietnēs, blogos un YouTube. Piemēram, 2016. gadā, pētot šīs tēmas atspoguļojumu Apvienotās Karalistes laikrakstos, tika atrastas 20 ekskluzīvas publikācijas par modafinilu vai “smadzeņu stimulatoriem” un smadzenēm, 18 no kurām darba vai mācību kontekstā tika norādīts, ka šīs vielas (pozitīvā vai negatīvā nozīmē) ir stimulējošas⁶.

(iii) **Pieļaujoša attieksme** pret šādu vielu lietošanu, tostarp no to cilvēku puses, kas paši šīs vielas nelieto, ir vēl viens no normalizēšanas pieauguma faktoriem. Tādējādi, papildus interneta un citu mediju ietekmei, svarīgs faktors ir arī iespējamība iepazīties ar citiem cilvēkiem, kuriem ir piekļuve šīm vielām un zināšanas par to lietošanu. Jo vairāk kāds cilvēks pazīst un ir informēts par citiem cilvēkiem, kuri lieto vai ir lietojuši stimulējošās vielas, jo lielāka ir iespējamība, ka viņš pats tās izmēģinās, kā arī viņam būs tolerāntāka attieksme, ja šīs vielas lieto cilvēki viņa draugu un paziņu lokā. Tas ticis novērots gadījumā, kad studenti citiem studentiem nodeva gan zināšanas par narkotiskajām vielām, gan arī pašas narkotikas (Marsh, 2017), bet tas ir sagaidāms arī darba apstākļos, kur darbinieku starpā valda līdzīgas sociālās saites vai attiecības. Būtisks un konkrēts šāda gadījuma piemērs ir pētījums par kognitīvo funkciju uzlabotāju lietošanu medicīnas studentu vidū Lietuvā, kurā tika secināts, ka lielāka izplatība bija novērojama starp tiem studentiem, kuriem bija vairāk pazīstamo to personu vidū, kuras pašas lietoja šos uzlabotājus (Lengvenyte, Strumila un Grikiniene, 2016). Pats par sevi saprotams, ka medicīnas studenti parasti nākotnē kļūst par praktizējošiem ārstiem un acīmredzot iegūst plašākas zināšanas, kā arī lielāku pieeju šīm vielām salīdzinājumā ar citu profesiju vai darbinieku grupu pārstāvjiem.

(iv) **Lietošanas rādītāji** un v) **Eksperimentēšanas rādītāji**. Pētījumos, kuros atbalstīta normalizēšanas tēze, tiek nodalītas personas, kuras pastāvīgi lieto konkrētu vielu un personas, kuras ir eksperimentējušas ar šīm vielām vai izmēģinājušas kādu no tām. Pēdējā no minētajām grupām var ietilpt personas, kuras ir izmēģinājušas kādu narkotisko vielu vienu vai vairākas reizes, bet nav kļuvušas par pastāvīgiem lietotājiem. Tomēr pieaugošais eksperimentēšanas ar nelegālajām narkotikām rādītājs liecina par to, ka, jo vairāk cilvēku izmēģinās narkotiskās vielas, jo lielāka ir iespējamība, ka narkotiku lietošana konkrētā vecuma vai iedzīvotāju grupā tiks normalizēta. Pirmajā ziņojumā mēs detalizēti norādījām ar metodoloģiju saistītos iemeslus, kādēļ ir tik grūti iegūt kvantitatīvos mērījumus par stimulējošo vielu lietošanas izplatību. Tomēr no pieejamajiem datiem var izdarīt zināmus secinājumus par stimulējošo vielu un arī citu vielu normalizēšanu konkrētās situācijās. Šajā saistībā vēlamies norādīt uz pētījumā par 1324 Vācijas universitātes studentiem secināto, ka tajos gadījumos, kad pētījuma dalībnieki lietoja kognitīvo funkciju stimulējošās vielas, pastāvēja arī lielāka iespējamība, ka šie studenti lieto arī t.s. lifestyle drugs, proti, preparātus, kas ir paredzēti dzīves kvalitātes uzlabošanai, bet kas netiek lietoti atbilstoši to mērķim, nekā tajos gadījumos, kad studenti nelietoja stimulējošas

⁶ Raksti tika izvēlēti, izmantojot Nexis ziņu datubāzi. Meklēšana tika veikta, izmantojot vārdus “modafinils” vai “smadzeņu stimulatori”, kas lietotas vārda “smadzenes” kontekstā. Paraugā iekļautas šādas publikācijas: *The Guardian* (London), *The Times* (London), *The Sunday Times* (London), *The Independent* (United Kingdom), *The Daily Telegraph* (London), *Daily Mail* un *Mail on Sunday*, *The Observer* (London), *The Sun* (England), *The Sunday Telegraph* (London), *The Mirror* un *The Sunday Mirror*, *The Express Newspapers*, i (Independent Print Ltd), *Daily Star* (London).

vielas (Eickenhorst et al., 2012). Zinātniskajā literatūrā ir norādīts, ka lielākā daļa pētījumu par stimulējošo vielu lietošanu ir veikti starp augstskolu studentiem (Dietz et al., 2016; Majori et al., 2017). Ņemot vērā to, ka augstskolas dzīve var kalpot kā sociālais konteksts, kurā indivīdi vairāk saskaras ar zināmiem dzīves kvalitātes uzlabošanai paredzētiem preparātiem, nav pārsteidzoši, ka kognitīvo funkciju stimulējošo vielu lietošanas izplatība studentu vidū var būt lielāka nekā citu iedzīvotāju vidū. Šajā ziņā būtiski ir divi galvenie aspekti. Pirmkārt, dažādi pētījumi liecina par to, ka stimulējošās vielas tiek lietotas mācību, nevis “kaifa ķeršanas” nolūkos (*The Observer*, 2015), un, otrkārt, pastāv iespējamība, ka kognitīvo funkciju stimulējošo vielu normalizēšana turpinās arī pēc tam, kad persona ir pabeigusi studijas, proti, darba dzīvē, kur spiediens uzrādīt labu sniegumu ir tikpat liels, ja ne vēl lielāks.

Šajā sadaļā mēs esam iezīmējuši kontekstuālos faktoros, kuri var ietekmēt stimulējošo vielu lietošanu. Mēs galvenokārt pievērsāties diviem aspektiem: i) izmaiņas nodarbinātības apstākļos, jo īpaši dažu darbinieku grupu vidū, un ii) plašāks konteksts, kurā stimulējošo vielu ideja un šo vielu lietošana kļūst arvien pieņemamāka un izplatītāka, proti, tiek normalizēta.

3. Noslēguma piezīmes: uzraudzības pasākumu un politikas veidošanas ietekme

3.1 Vispārīgas piezīmes

Apsverot spiedienu, kas izriet no mūsdienās aktuālajām izmaiņām nodarbinātības praksēs, kopsakarā ar “provocējošiem faktoriem”, kuri var ietekmēt stimulējošo vielu lietošanu, paveras kompleksa aina, kuras labošanai nepieciešams īstenot pasākumus vadības un politikas veidošanas līmenī. Turpmāk norādīti vairāki apsvērumi par uzraudzības un politikas veidošanas jautājumiem saistībā ar stimulējošo vielu ietekmi uz drošību un veselības aizsardzību darbavietā.

3.2 Stimulējošo vielu lietošanas uzraudzība

Lai arī kognitīvo funkciju uzlabojošo/stimulējošo vielu izplatība ir grūti izmērāma, ir svarīgi nepieļaut, ka tas kļūst par iemeslu tam, ka netiek pienācīgi veicināta informētība par šo vielu lietošanu. Izvērtējot ticamību, ka stimulējošo vielu lietošana arvien vairāk tiks normalizēta, mēs varam izsecināt arī potenciālos “provocējošos” faktoros, kas varētu mudināt indivīdus pievērsties šo vielu lietošanai.

Būtu ārkārtīgi noderīgi, ja par stimulējošo vielu lietošanu un eksperimentēšanu ar šīm vielām būtu pieejami tādi paši liela mēroga dati kā par nelegālajām narkotiskajām vielām un/vai narkotiskajām vielām, kas tiek lietotas izklaides nolūkos un kuri ir ņemti vērā pētījumos par minēto narkotisko vielu lietošanas normalizēšanu (Parker et al., 2002).

Ja šobrīd notiekošajās aptaujās par narkotisko vielu lietošanu, piemēram, jauniešu vidū, tiktu iekļauti piemēroti jautājumi (piem., ar Eiropas Narkotiku un narkomānijas uzraudzības centra jeb EMCDDA starpniecību), tas ļautu noskaidrot stimulējošo vielu lietošanas tendences un attieksmi pret to lietošanu. Vairāki pierādījumi, kas iegūti maza apmēra kvalitatīvo pētījumu rezultātā (piem., Coveney, 2011; Vrecko, 2013; Vargo un Petróczi, 2016) norāda uz to, ka jaunieši var racionalizēt vai attaisnot stimulējošo vielu lietošanu vairāku iemeslu dēļ. Proti, i) šīs vielas nav klasificētas kā nelegālas, un ii) to lietošana netiek uzskatīta vai nav definēta kā “narkotisko vielu lietošana”, jo tās drīzāk ir paredzētas tam, lai strādātu labāk un ilgāk, nevis “kaifa ķeršanai” vai baudas gūšanai/izklaidei. Šādi attaisnojumi norāda uz stimulējošo vielu normalizēšanu atbilstoši šajā ziņojumā norādītajam, kā arī uz svarīgiem aspektiem, kas jāņem vērā, nosakot aptaujai piemērotus jautājumus.

Jautājumi, kas ir jāapsver saistībā ar aptauju par stimulējošo vielu lietošanu:

- informētība par motivāciju un situāciju dažādību, kuru rezultātā indivīdi pievēršas tādu vielu lietošanai, kas viņiem var palīdzēt uzlabot savu sniegumu darba kontekstā (nogurums, grūtības

noturēt uzmanību, nespēja tikt galā ar kādu situāciju darbā, konkurence, vēlēšanās strādāt ilgākas darba stundas);

- to vielu dažādība, kuras var tikt izmantotas darba spēju stimulēšanas nolūkos (piem., beta blokatori; narkotiskās vielas, kas parasti tiek uzskatītas par nelegālām vai narkotikām, kuras lieto izklaides nolūkos, bet kuras var tikt izmantotas darba spēju stimulēšanas nolūkos, piemēram, LSD un amfetamīni; kā arī vielas, kas visbiežāk tiek saistītas tieši ar darba spēju uzlabošanu (ritalīns, modafinils, Adderall);
- informētība par dažādiem avotiem, no kuriem indivīdi var smelties informāciju par dažādām vielām un to lietošanu (tostarp sociālie mediji, internets, tiesšaistes forumi, informācijas nodošana no personas uz personu, oficiālie avoti);
- no iepriekš minētajiem punktiem izriet, ka motivāciju, situāciju un farmakoloģisko līdzekļu dažādība norāda uz nepieciešamību aptaujās iekļaut piemērotus jautājumus, kuri kalpo tam, lai iegūtu maksimāli daudz svarīgus un uzticamus datus no potenciālajiem šo vielu lietotājiem.

3.3 Politikas veidošanas ietekme

Tradicionālā pieeja narkotisko vielu lietošanas novēršanai darbavietā ir balstīta uz to, ka katrs atsevišķs narkotiku lietotājs tiek aplūkots kā izolēta problēma, kura ir jārisina. Tomēr politikas veidošanas aspektā, raugoties no normalizēšanas perspektīvas, ir jāpavirzās tālāk no šādas uz konkrētu indivīdu vērstas pieejas, uzsverot sociālo kontekstu, kurā pastāv lielāka iespējamība šo vielu lietošanas uzsākšanai. Tādējādi, mēģinājumi aizliegt šīs vielas vai pasludināt tās par nelegālām ir neefektīvi, daļēji tā iemesla dēļ, ka tiek ignorēts sociālais konteksts, kurā šīs vielas lietošana var tikt normalizēta vai darba apstākļi, kuru iespaidā indivīdi pieņem, viņuprāt, saprātīgu lēmumu lietot līdzekļus darba spēju uzlabošanai. Minēto iemeslu dēļ ir ieteicams izmantot kaitējuma samazināšanas pieeju. Maz ticams, ka tradicionālie preventīvie pasākumi, piemēram, vielas aizliegums un ar to saistītās narkotiku lietošanas pārbaudes stimulējošo vielu gadījumā dos kādus rezultātus, tostarp šādu iemeslu dēļ:

- (i) vairāku stimulējošo vielu un līdzekļu lietošana nav skaidri aizliegta, pat gadījumā, ja lietotājam nav receptes (lai arī šo vielu izplatīšana citām personām var tikt uzskatīta par nelegālu);
- (ii) stimulējošo vielu vieglā pieejamība internetā ir būtiski mainījusi situāciju;
- (iii) daudzos gadījumos cilvēki var uztvert šo vielu lietošanu kā tiesisku un pieļaujamu, jo tie veicina darbu izpildi un palīdz viņiem tikt galā ar darba uzdevumiem (salīdzinājumā ar tādu narkotiku lietošanu, kas tiek lietotas izklaides un baudas gūšanas nolūkos un kas var tikt uzskatīta kā mazāk pieņemama, riskanta un antisociāla uzvedība).

Jautājums par informētību un zināšanām par stimulējošām vielām ir saistīts ar paradoksālu situāciju – kā paaugstināt informētību par stimulējošo vielu lietošanas iespējamajiem riskiem, vienlaikus panākot to, ka netiek veicināta šo vielu normalizēšana, palielinot diskusiju skaitu par šīm vielām. Informācija par stimulējošām vielām tādējādi ir jāpasniedz piesardzīgi. Pat tad, ja plašsaziņas līdzekļu sniegtajā informācijā ir nodrošināts pozitīvo un negatīvo lietošanas aspektu "līdzsvars", joprojām pastāv risks, ka var tikt stiprināta šo vielu lietošanas pievilcība.

3.4 Noslēguma apsvērumi

Iepriekšējā ziņojumā tika secināts, ka stimulējošo vielu lietošana darbavietā ir sarežģīta un dinamiska joma. Mēs norādījām, ka nākotne var būt atkarīga no tādiem faktoriem kā: i) stimulējošo vielu arvien lielākas pieņemšanas; ii) jaunu vielu izstrādes, kā rezultātā iepriekš izstrādātās vielas tiek uzskatītas par "drošām", un iii) ekonomiskajām un darba tiesiskajām attiecībām, kā rezultātā tiek radītas darbavietas, kurām raksturīgs augsts uz darbiniekiem izdarīts spiediens un sīva konkurence un/vai darbavietas, kurām raksturīgs augsts stresa līmenis un zema darbinieku kontrole. Aktualizējot iepriekšējo ziņojumu, mēs saskārāmies ar rakstiem dažos plašsaziņas līdzekļos, kur modafinils pasniegts kā "pasaulē pirmais drošais smadzeņu stimulators" (*The Guardian*, 2015), tādējādi radot priekšstatu par šīs vielas lietošanu un izmantošanas iespējām, kā arī ļaujot izdarīt secinājumus par šīs vielas lietošanas arvien lielāku atzīšanu kultūras vidē. Plašsaziņas līdzekļu diskusijās par dažāda

spektra stimulējošām vielām ir uzsvērtā šī atzīšana, jo īpaši gadījumos, kad konkrētā narkotiskā viela pagātnē ir bijusi nelegāla un tās lietošana ir bijusi saistīta ar konkrētām subkultūrām (piem., LSD). Šie notikumi notiek vienlaikus ar izmaiņām nodarbinātības apstākļos, tostarp nestabila darba (tai skaitā profesijās, kas iepriekš tika uzskatītas par drošām) pieaugumu un ar to saistīto standarta līguma noteikumu pasliktināšanos, kas iepriekš paredzēja lielāku drošību un veselības aizsardzību; elektroniskās novērošanas un uzraudzības palielināšanos; amatu virkni, kas tiek aizstāta ar robottehniku un mākslīgo intelektu; kā arī augstākas konkurences apstākļiem darbavietā, turklāt no katra darbinieka sagaidot, ka viņš maksimāli paaugstinās savu piemērotību darbam.

Šā raksta mērķis ir veicināt diskusiju par stimulējošo vielu lietošanu darbavietā un ar to saistīto ietekmi uz darba drošību un veselības aizsardzību. Lai veicinātu labāku izpratni par stimulējošo vielu izplatību, kā arī to lietotāju motivāciju, mēs ierosinām iekļaut stimulējošās vielas Eiropā veiktajās aptaujās-pētījumos par narkotisko vielu lietošanu. Ar šo rakstu tāpat ir mēģināts izgaismot dažus no "provocējošiem faktoriem", kuri ir jāņem vērā, veicot turpmākus kvalitatīvus empīriskus pētījumus par šo tēmu. Jo lielāka būs mūsu izpratne par stimulējošo vielu lietošanu darbavietā, jo pārdomātāka un adekvātāka būs mūsu atbildes reakcija, īstenojot attiecīgus politikas pasākumus.

Atsauces

- Battleday, R. M. and Brem, A. K. (2015) 'Modafinil for cognitive neuroenhancement in healthy non-sleep-deprived subjects: a systematic review', *European Neuropsychopharmacology*, 25(11): 1865.-1881. lpp.
- BBC News (2017) 'Microdosing: the people taking LSD with their breakfast', 10 April. Pieejams: <http://www.bbc.co.uk/news/health-39516345>
- Brassington, I. (2012) 'Nootropic drugs in the professions'. Pieejams: <http://blogs.bmj.com/medical-ethics/2012/01/16/nootropic-drugs-in-the-professions/>
- Cook, R. F., Back, A. and Trudeau, J. (1996) 'Substance abuse prevention in the workplace: recent findings and an expanded conceptual model', *Journal of Primary Prevention*, 16(3): 319.-339. lpp.
- Cosmopolitan* (2016) 'Rise of the high flyers', October. Coveney, C. M. (2011) 'Cognitive enhancement? Exploring modafinil use in social context' In Pickersgill, M. and Van Keulen, I. (ed.) *Sociological Reflections on the Neurosciences (Advances in Medical Sociology, Volume 13)* Emerald Group Publishing Limited: Bingley, UK, 203.-228. lpp.
- Davies, M. (2016) 'Is it clever for doctors to take smart drugs?', British Medical Journal careers website. Pieejams: http://careers.bmj.com/careers/advice/Is_it_clever_for_doctors_to_take_smart_drugs%3F
- Davies, M. (2015) 'Smart drugs' really DO work: Pills taken by a fifth of university students found to improve memory and learning - raising 'serious ethical questions', *Mailonline*, 20 August. Pieejams: <http://www.dailymail.co.uk/health/article-3204567/Smart-drugs-really-work-Pills-taken-fifth-university-students-improve-memory-learning-raising-ethical-questions.html>
- Die Zeit* (2015) 'Hirn auf Hochtouren; Gesunde schlucken Medikamente, um ihre Denkleistung zu steigern. Jetzt gibt es neue Hinweise darauf, dass dieses Doping funktioniert', 27 August.
- Dietz, P., Soyka, M. and Franke, A. G. (2016) 'Pharmacological neuroenhancement in the field of economics — poll results from an online survey', *Frontiers in Psychology*, 7: 1.-8. lpp.
- Eickenhorst, P., Vitzthum, K., Klapp, B. F., Groneberg, D. and Mache, S. (2012) 'Neuroenhancement among German university students: motives, expectations, and relationship with psychoactive lifestyle drugs', *Journal of Psychoactive Drugs*, 44(5): 418.-427. lpp.
- EU-OSHA - Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (2014). *Prognose par jaunām un nākotnes riska veidiem saistībā ar jaunām tehnoloģijām laikposmam līdz 2020. gadam: darbseminārs ES kontaktpunktiem*. Pieejams: <https://osha.europa.eu/lv/tools-and-publications/publications/reports/foresight-on-new-and-emerging-risks-associated-with-new-technologies-by-2020-workshop-for-eu-focal-points/view>
- EU-OSHA - Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (2015). *Darba nākotne: stimulatori*. Pieejams: <https://osha.europa.eu/lv/tools-and-publications/publications/future-work-performance-enhancing-drugs/view>
- Felstead, A., Jewson, N. and Walters, S. (2005) *Changing places of work*. Palgrave Macmillan: Basingstoke.
- Financial Times* (2017) 'How Silicon valley rediscovered LSD', 10 August. Pieejams: <https://www.ft.com/content/0a5a4404-7c8e-11e7-ab01-a13271d1ee9c>
- Franke, A. G., Bagusat, C., Dietz, P., Hoffmann, I., Simon, P., Ulrich, R. and Lieb, K. (2013) 'Use of illicit and prescription drugs for cognitive or mood enhancement among surgeons', *BMC Medicine*, 11(1): 102. lpp.
- Huws, U., Spencer, N.H., Syrdal, D. S. and Holts, K. (2017) 'Work in the European Gig Economy – Employment in the Era of Online Platforms'. Foundation for European Progressive Studies, 29 November. Pieejams: <http://www.feps-europe.eu/lv/publications/details/579>

- International Labour Organization (ILO), (2012) *From precarious work to decent work: Outcome document to the workers' symposium on policies and regulations to combat precarious employment*, Geneva: International Labour Organization.
- Karim, F. (2017) 'A drop of LSD is "new brain booster"', *The Times*, 30 December. Pieejams: <https://www.thetimes.co.uk/article/a-drop-of-lsd-is-new-brain-booster-w2kbtw559>
- Le Matin* (2016) 'La pilule qui repousse les limites' ['The pill that pushes the boundaries'], 17 May, Suisse Edition.
- Lengvenyte, A., Strumila, R. and Grikinienė, J. (2016) 'Use of cognitive enhancers among medical students in Lithuania', *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 33(2): 173.-188. lpp.
- London Evening Standard* (2016) 'The new power brokers: meet the alpha females taking over the City', March 23rd. Pieejams: <https://www.standard.co.uk/lifestyle/esmagazine/the-new-power-brokers-meet-the-alpha-females-taking-over-the-city-a3209556.html>
- Mail Online* (2013) 'Would you take the 'Superwoman' pill? Stressed at work, overwhelmed at home, a generation of women are turning to brain-boosting drugs to help them cope', January 6th. Pieejams: <http://www.dailymail.co.uk/femail/article-2258099/Would-super-woman-pill-Stressed-work-overwhelmed-home-generation-women-turning-brain-boosting-drugs-help-cope.html>
- Majori, S., Gazzani, D., Pilati, S., Paiano, J., Sannino, A., Ferrari, S. and Checchin, E. (2017) 'Brain doping: stimulants use and misuse among a sample of Italian college students', *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, 58(2): E130-E140.
- Marsh, S. (2017) 'Universities must do more to tackle use of smart drugs, say experts', *The Guardian*, 10 May. Pieejams: <https://www.theguardian.com/education/2017/may/10/universities-do-more-tackle-smart-drugs-say-experts-uk-exams>
- Measham, F. and Shiner, M. (2009) 'The legacy of "normalisation": the role of classical and contemporary criminological theory in understanding young people's drug use', *International Journal of Drug Policy*, 20(6): 502.-508. lpp.
- MHRA (2016) 'Freshers warned to be smart and avoid Modafinil', 26. septembra preses reļīze. Pieejams: <https://www.gov.uk/government/news/freshers-warned-to-be-smart-and-avoid-modafinil>
- MHRA (2014) 'Medicines watchdog makes record seizure of experimental smart drugs', 24. oktobra preses reļīze. Pieejams: <https://www.gov.uk/government/news/medicines-watchdog-makes-record-seizure-of-experimental-smart-drugs>
- Moscone, F., Tosetti, E. and Vittadini, G. (2016) 'The impact of precarious employment on mental health: the case of Italy', *Social Science & Medicine*, 158: 86.-95. lpp.
- Nelson, C. (2017) 'Is popping pills the sure way to beat performance nerves?', *The Strad*, 7 February. Pirmoreiz publicēts 2010. gada augustā. Pieejams: <https://www.thestrads.com/is-popping-pills-the-sure-way-to-beat-performance-nerves/3133.article>
- Neznamov, G. G. and Teleshova, E. S. (2009) 'Comparative studies of Noopept and piracetam in the treatment of patients with mild cognitive disorders in organic brain diseases of vascular and traumatic origin', *Neuroscience and Behavioral Physiology*, 39(3): 312.-321. lpp.
- [Parker, H. \(1997\)](#) 'Adolescent drugs pathways in the 1990s' in Braggins, J. (Ed.), *Tackling drugs together: One year on*, Institute for the Study and Treatment of Delinquency, London.
- Parker, H., Aldridge, J., and Measham, F. (1998) *Illegal leisure: The normalisation of adolescent recreational drug use*, Routledge: London
- Parker, H., Williams, L. and Aldridge, J. (2002) 'The normalisation of 'sensible' recreational drug use: further evidence from the North West England longitudinal study', *Sociology*, 36(4): 941.-964. lpp.
- Pells, R. (2016) 'More students turn to banned 'brain boosting' drug than ever before', *The Independent* 6 June. Pieejams: <http://www.independent.co.uk/student/student-life/noopept-study-drug-legal-high-banned-brain-boosting-students-record-numbers-a7068071.html>

- Repantis, D., Maier, L. J. and Heuser, I. (2016) 'Correspondence arising: modafinil for cognitive neuroenhancement in health non-sleep-deprived-subjects', *European Neuropsychopharmacology*, 26(2): 392.-393. lpp.
- Richards, V. (2016) 'Thousands of care workers could get payouts after landmark minimum wage case', *The Independent*, March 17.
- Sahakian, B., D'Angelo, C. and Savulich, G. (2017) 'LSD microdosing is trending in Silicon Valley — but can it actually make you more creative', *The Independent*, 15 February. Pieejams: <http://www.independent.co.uk/life-style/gadgets-and-tech/features/lsd-microdosing-is-trending-in-silicon-valley-but-can-it-actually-make-you-more-creative-a7580881.html>
- Shiner, M. and Newburn, T. (1997) 'Definitely, maybe not? The normalisation of recreational drug use amongst young people'. *Sociology*, 31(3): 511.-529. lpp.
- Sonnenstuhl, W. and Trice, H. (1987) 'The social construction of alcohol problems in a union's peer counseling program', *Journal of Drug Issues*, 17(3): 223.-254. lpp.
- Square Mile Health (2017) 'Square Mile tackles 'high functioning' drink and drug Addicts', 25 May. Pieejams: <http://www.squaremilehealth.org.uk/square-mile-tackles-high-functioning-drink-and-drug-addicts/>
- The Observer* (2015) 'Students used to take drugs to get high. Now they take them to get higher grades', 15 February.
- The Times* (2017) 'Online doctor app gave drugs without safety checks', 27 June.
- UK Government (2016) 'Freshers warned to be smart and avoid modafinil'. Pieejams: <https://www.gov.uk/government/news/freshers-warned-to-be-smart-and-avoid-modafinil>
- Vargo, E. J. and Petróczi, A. (2016) "'It was me on a good day": exploring the smart drug use phenomenon in England', *Frontiers in Psychology*, 7, article 779, 1.-12. lpp.
- Vrecko, S. (2013) 'Just how cognitive is "cognitive enhancement"? On the significance of emotions in university students' experiences with study drugs', *AJOB Neuroscience*, 4:(1): 4.-12. lpp.
- Welford, P. (2016) 'Is it clever to take smart drugs'. Pieejams: <http://student.bmj.com/student/view-article.html?id=sbmj.i5478>
- Wibberley, C.W. and Price, J. F. (2000) 'Young people's drug use: facts and feelings implications for the normalization debate. *Drugs: Education, Prevention and Policy*', 7(2): 147.-162. lpp.
- Williams, L. (2016) 'Muddy waters?: Reassessing the dimensions of the normalisation thesis in twenty-first century Britain', *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 23(3): 190.-201. lpp.

Autori: Dr. Karen Dale un profesors Brian Bloomfield, Organizācijas, darba un tehnoloģiju departaments, Lankasteras Universitāte, Apvienotā Karaliste

Projekta vadītāji: Annick Starren, Emmanuelle Brun, Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (EU-OSHA)

Šā ziņojuma pasūtītāja ir Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (EU-OSHA). Tā saturs, arī tajā paustie viedokļi un/vai secinājumi, ir tikai autora(-u) viedokļi un/vai secinājumi un ne vienmēr atspoguļo EU-OSHA uzskatus.