

Podstawowe informacje o narkotykach

09 wrz 2011 14:25 Autor: kklebanski

Informacje

1. [Narkotyk](#)
2. [Zespół uzależnienia](#)
3. [Objawy abstynenckie i zespół abstynencki](#)
4. [Tolerancja na narkotyk](#)
5. [Pojęcia slangowe](#)
6. [Tego nie powie ci dealer](#)
7. [Najczęstsze przyczyny sięgania po narkotyki](#)
8. [Fazy uzależnienia](#)
9. [Na co zwrócić uwagę](#)
10. [Co powinni zrobić rodzice](#)
11. [Dlaczego nie warto sięgać po narkotyki](#)
12. [Co warto sobie uświadomić](#)

Narkotyk

Narkotyk to środek wywołujący uzależnienie.

Rodzaje narkotyków:

- substancje uzależniające o działaniu pobudzającym, np. środki psychostymulujące (amfetamina, kokaina),
- środki o działaniu silnie hamującym (np. barbiturany, benzodiazepiny, alkohole, w tym alkohol etylowy),
- środki psychodysleptyczne (halucynogenne, np. LSD-25, meskalina, psylocybina).

Zespół uzależnienia

Na zespół uzależnienia składają się takie zjawiska fizjologiczne, behawioralne i poznawcze, kiedy zachowania związane z używaniem substancji uzyskują wyraźną przewagę nad innymi, które były charakterystyczne dla danej osoby.

Jeśli stwierdzimy, że występują co najmniej trzy z powyższych objawów nieprzerwanie przez miesiąc w ciągu ostatniego roku, rozpoznajemy zespół uzależnienia.

Objawy abstynenckie i zespół abstynencki

Objawy abstynencyjne to zjawiska fizyczne i psychiczne wiążące się odstawieniem środków psychoaktywnych. Całość takich zjawisk charakterystycznych dla danego środka, nazywamy zespołem abstynencyjnym. Jego występowanie po odstawieniu narkotyku jest jednym z czynników potwierdzających uzależnienie. W sytuacji, gdy najbardziej nasilone są objawy somatyczne (w przypadku opiatów m.in. biegunka, wymioty, bóle mięśni, wyciek z nosa, nadmierna potliwość) - mówi się o zależności fizycznej. Jeśli większe znaczenie mają dolegliwości psychiczne - mówi się o zależności psychicznej. W praktyce objawy są często ze sobą silnie powiązane, a ich wyraźne rozgraniczenie wydaje się być sztuczne. Najczęściej o zależności psychicznej mówimy w odniesieniu do środków, których odstawienie nie wywołuje wyraźnych zaburzeń somatycznych (np. marihuana).

Tolerancja na narkotyk

Tolerancja na środki psychoaktywne polega na tym, że w celu uzyskania takich jak uprzednio efektów, konieczne jest zwiększenie przyjmowanej dawki.

Pojęcia slangowe

Akcesoria do używania narkotyków

- do palenia i wdychania: lufka, fifka, fifa, bongo, srebro, folia,
- dożylnie: sprzęt, strzykawka, igła, pompka, łyżka

Handlarz narkotykami

diler

Końcowa faza działania narkotyku

zejście, zjazd, dół.

Miejsce handlu narkotykami

Bajzel, dołek

Narkotyki ogólnie

towar, dragi, staf, materiał

Narkotyki szczegółowo

- amfetamina: spid, proszek, proch, amfa, feta, prąd
- ekstazy: eska, bleta, piguła oraz nazwy własne tabletek, jak: Mitsubishi, Wisienki
- grzyby halucynogenne: grzybki, psylocyby, psyfki, baluny,
- heroina: hera, hercia, Helena, "kompot" (polska heroina),
- kokaina: koka, koks, gram, porcja, śnieg, charlie, biała dama,
- konopie indyjskie (marihuana, haszysz): dżoint, skręt, blant, ziele, zielsko, zioło, grass, marycha, trawa, huana, marycha, maryśka, skun, gandzia, samosieja,
- leki uspokajające i nasenne: erki, pestki, piguły, rolki, ziomki,
- LSD: kwas, kwach, kwasik, papierek, kryształek, kamyczek, trip, ejśid, tejsb, listek, oraz nazwy własne bibulek z kolorowym nadrukiem np. Rower,
- sterydy anaboliczne: koks, deka, wino, metka, mietek, omka, omen, prima, teściu,
- środki wziewne: solvent, rozpuchoł, budzio.

Narkoman

ćpun, grzejnik

Porcja narkotyku

- działka, gram, giet, bit,
- setka (np. 100 mg amfetaminy),
- cent (1 cm³ heroiny),
- gruda, linia, ścieżka, kreska

Tego nie powie ci dealer

Nawet jeżeli sądzisz, że o narkotykach wiesz wiele, że dla Ciebie nie stanowią one żadnego zagrożenia, że narkoman to „ćpun” walczący o kolejną dawkę, a Ty masz pełną kontrolę nad sobą to i tak poszerz swoją wiedzę i podziel się nią z przyjaciółmi. Najlepszy sposób, aby nie mieć problemu z narkotykami to wiedzieć o nich jak najwięcej.

Możesz ulegać objawom użycia narkotyków, ale są rzeczy, których nie powie Ci dealer. Warto, żebyś je wiedział, zanim sięgniesz po pierwszą dawkę.

Konopie indyjskie (marihuana, haszysz, olej haszyszowy)

Objawy użycia: euforia, poczucie odprężenia, gadatliwość, podniesienie nastroju i samooceny, nagle napady śmiechu, poczucie absurdu, wzrost apetytu.

Objawy niepożądane: zaburzona ocena sytuacji, spadek koncentracji, zaburzenia krótkotrwałej pamięci, potęgowanie złego nastroju panującego przed zażyciem.

Ryzyko: długotrwałe palenie może prowadzić do chronicznej apatii, bierności, lenistwa, ogólnego zubożnienia, stanów depresyjnych. Powoduje przewlekłe zapalenie oskrzeli, astmę. Uzależnia psychicznie.

Amfetamina

Objawy użycia: zwiększenie aktywności, poczucie energii, mocy, podwyższenie nastroju, usunięcie zmęczenia, zmniejszenie potrzeby snu, zmniejszenie apetytu, poczucie zwiększonych fizycznych i psychicznych możliwości.

Objawy niepożądane: po ustaniu działania pojawia się uczucie zmęczenia, wyczerpania, zły nastrój, depresja, senność, rozdrażnienie, agresja.

Ryzyko: powoduje wzrost ciśnienia, niewydolność krążenia, zawał serca, udar mózgu. Silnie uzależnia psychicznie, prowadząc do psychozy amfetaminowej – lęków, urojeń, natręctw.

Kokaina i crak

Objawy użycia: powoduje pobudzenie, przekonanie o sile fizycznej i zdolnościach umysłowych, znosi głód, ból i objawy zmęczenia.

Objawy niepożądane: bóle głowy, drżenie mięśni, napady drgawkowe, problemy z oddychaniem, zaburzenia snu, stany lękowe, depresyjne.

Ryzyko: powoduje zaburzenia układu krążenia, nadciśnienie, zawał serca, pęknięcie naczyń w mózgu. Wciągana przez nos prowadzi do krwawień z nosa, martwicy przegrody nosowej. Silnie uzależnia psychicznie, może powodować psychozę kokainową.

Ekstazy

Objawy użycia: poczucie wspólnoty, empatii, miłości, stan błogości, uczucie silnej euforii, wyostrezone postrzeganie bodźców zewnętrznych.

Objawy niepożądane: zmęczenie, wyczerpanie, uczucie roztargnienia, rozdrażnienie, mdłości, bóle głowy, zły nastrój, depresja, brak koordynacji ruchowej i zdolności do oceny sytuacji, zaburzenia równowagi, zaburzenia pamięci, ośpienie, paranoja.

Ryzyko: powoduje nieodwracalne zmiany w mózgu, zaburzenia w pracy nerek i wątroby.

LSD

Objawy użycia: euforia, halucynacje wzrokowe i słuchowe, zaburzenia myślenia.

Objawy niepożądane: wymioty, przyspieszenie czynności serca, wzrost ciśnienia tętniczego, zawroty głowy, utrata apetytu, bezsensowność, chwiejność emocjonalna, (od euforii do depresji), napady paniki z powodu halucynacji i urojeń, niekontrolowany efekt flashback – nawroty doznań nawet po upływie kilku miesięcy od zażycia.

Ryzyko: poważne depresje, stany urojeniowe.

GBH

Objawy użycia: uczucie euforii i oszołomienia przypominające stan po użyciu alkoholu.

Objawy niepożądane: sen, zawroty i bóle głowy, nudności, wymioty.

Ryzyko: częściowa utrata przytomności, narażenie na kradzież lub gwałt, śpiączka, zaburzenia oddychania, utrata sprawności psychomotorycznej.

Grzyby halucynogenne

Objawy użycia: halucynacje wzrokowe, zaburzone postrzeganie czasu i przestrzeni, przeżycia mistyczne.

Objawy niepożądane: zmiany nastroju, wyizolowanie z rzeczywistości, lęk.

Ryzyko: wysokie ryzyko śmiertelnego zatrucia, przewlekłe psychozy.

Środki wziewne (kleje, rozpuszczalniki, lakiery)

Objawy użycia: stan odurzenia, euforii, omamy.

Objawy niepożądane: kaszel, katar, krwawienie z nosa, zapalenie spojówek, zamazana mowa, drażliwość, agresja, lęk.

Ryzyko: uszkodzenie płuc, wątroby, mózgu, niewydolność serca, śpiączka, śmierć przez uduszenie podczas wdychania.

Opiaty (heroina, brown sugar, kompot, opium)

Objawy użycia: uczucie błogostanu, zmniejszenie głodu i odczuwania bólu, spowolnienie, uczucie senności, osłabienie reakcji na światło.

Objawy niepożądane: nudności, wymioty, bóle mięśni, kości, stawów, bóle brzucha, żołądka, dreszcze, zaburzenia snu, drażliwość.

Ryzyko: osłabienie, anemiczność, próchnica zębów, spowolnienie rytmu serca, uszkodzenie wątroby, zaparcia, wiotczenie mięśni, zaburzenia seksualne, zapalenie żył.

Narkotyki wywołują silne uzależnienie fizyczne i psychiczne, nawet jeśli sądzisz, że Ciebie to nie dotyczy.

Leki uspokajające i nasenne

Objawy użycia: poczucie odprężenia, senność, stany jak po spożyciu alkoholu, działają przeciwlękowo i antydepresyjnie.

Objawy niepożądane: spowolnienie myślenia i mowy oraz koordynacji ruchowej, apatia, senność, śpiączka.

Ryzyko: silne uzależnienie psychiczne i fizyczne, obniżenie poziomu intelektualnego, duże zagrożenie przedawkowania prowadzące do śmierci.

Sterydy anaboliczne

Objawy użycia: poprawa nastroju, przypływ energii, poczucie siły i kondycji, przyspieszony rozwój masy mięśniowej.

Objawy niepożądane: zmiany skórne, rozstępy, przyspieszenie łysienia, obrzęk twarzy, zaburzenia równowagi hormonalnej, nerwowość, agresywność, uczucie depresji.

Ryzyko: impotencja i bezpłodność, zahamowanie wzrostu, ciężkie uszkodzenia narządów wewnętrznych, wahania ciśnienia krwi.

Najczęstsze przyczyny sięgania po narkotyki

- Ciekawość.
- Presja kolegów i koleżanek.
- Aspirowanie do dorosłości.
- Niezadowolenie z siebie i swojego życia.
- Konflikty i napięcia wewnętrzne.
- Problemy w szkole lub w domu.
- Robienie na przekór dorosłym.
- Brak atrakcyjnych sposobów spędzania wolnego czasu.

I FAZA - eksperymentowania

- Drobne kłamstwa najczęściej dotyczące:
 - spóźnień
 - towarzystwa w którym przebywa nasze dziecko
 - miejsc gdzie wychodzi
- Zmiany w wyglądzie i zachowaniu:
 - dziwny zapach włosów i ubrań
 - nadmierne używanie środków zapachowych
 - zaczerwienione oczy
 - rozszerzone źrenice
 - utrzymujący się katar
 - wyraźna nadpobudliwość lub ospałość
- po powrotach do domu przemycanie niezauważonym do swojego pokoju

Postawa: nie robię tego.

II FAZA - przyjemność ze stanu odurzenia

- znaczna zmiana środowiska - nowi koledzy
- złe nastroje dziecka - dziwne smutki, zamykanie się w sobie
- izolowanie się od rodzinnych spotkań, zamykanie się w pokoju
- zaniedbanie podstawowych czynności
- początki: agresywności oraz częste wyszukane kłamstwa
- porzucanie hobby i dotychczasowych zainteresowań
- podejmowanie pracy zarobkowej z jednoczesnym brakiem pieniędzy
- pogarszanie się ocen w szkole - wagary
- posługiwanie się slangiem - szczególnie przez telefon
- agresja słowna
- pożyczanie pieniędzy, pierwsze kradzieże
- dziwny strój lub inne młodzieżowe symbole buntu
- częstsze przebywanie w łazience - zamykanie łazienki,
- zaniedbanie nawyków higienicznych

Postawa: nie robię nic złego.

III FAZA - najważniejsze to być na haju za wszelką cenę

- coraz gorsze zachowanie
- codzienne lub bardzo częste odurzanie się
- odurzanie się z kolegami lub samemu
- pojawienie się pierwszych przedawkowań
- zerwanie kontaktów z nie biorącymi kolegami
- jawne identyfikowanie się z narkomanami
- kłamstwo staje się patologiczne
- kradzieże lub handel narkotykami dla zdobycia pieniędzy
- porzucenie szkoły
- utrata stałej pracy - prace dorywcze
- konflikty z prawem
- kłótnie, bijatyki z domownikami
- początki przewlekłego kaszlu
- ogólne pogorszenie zdrowia
- objawy po odstawieniu narkotyku

Postawa:

- nie robię nic, co by mi szkodziło
- mogę przestać kiedy zechcę
- nie handluje narkotykami, kupuję tylko dla siebie
- kradnę pieniądze tylko rodzicom

IV FAZA - biorę narkotyki żeby czuć się normalnie

- całkowite wyniszczenie organizmu (psychozy narkotyczne)
- chroniczny kaszel
- częste kłopoty z policją
- utrata pracy
- wybuchy wściekłości, agresja wobec najbliższych

- chroniczne depresje, wymuszające przyjmowanie narkotyku
- normalne samopoczucie tylko po wzięciu narkotyku
- paranoje narkotyczne
- zerowe poczucie własnej wartości
- myśli samobójcze

Na co zwrócić uwagę

Pierwsze próby z narkotykami dziecko zwykle starannie ukrywa przed dorosłymi.

Wszelkie niepokojące zmiany będzie Ci pewno łatwiej zauważyć, jeśli masz z dzieckiem dobry kontakt, wiele ze sobą rozmawiacie i dużo czasu spędzacie razem.

Pamiętaj jednak, że niektóre zachowania i postawy mogą mieć inne przyczyny, takie jak kłopoty szkolne lub rodzinne, zranione uczucia, niepowodzenia w kontaktach z rówieśnikami i wiele innych, które należy traktować równie poważnie i starać pomóc dziecku je rozwiązać.

Na co zwrócić uwagę:

Zachowanie

Zwróć uwagę na zachowanie Twojego dziecka. Powinny zaniepokoić Cię wszelkie radykalne zmiany w jego sposobie bycia, a zwłaszcza:

- huśtawka nastrojów, naprzemienne ożywienie i ospałość,
- nadmierny apetyt lub brak apetytu,
- porzucenie dotychczasowych zainteresowań,
- kłopoty w szkole (słabsze oceny, konflikty z nauczycielami, wagary),
- izolowanie się od innych domowników,
- zamykanie się w pokoju, niechęć do rozmów,
- zamykanie swojego pokoju na klucz, akcentowanie potrzeby prywatności
- częste wietrzenie pokoju, używanie kadzidełek i odświeżaczy powietrza,
- wypowiedzi zawierające pozytywny stosunek do narkotyków,
- zmiana grona przyjaciół, zwłaszcza na starszych od siebie,
- krótkie rozmowy telefoniczne prowadzone półśłówkami,
- późne powroty lub nagłe wyjścia z domu,
- bunt, łamanie obowiązujących w domu zasad,
- kłamstwa, wynoszenie wartościowych przedmiotów z domu,
- powtarzające się zgłaszanie przez dziecko zagubień lub kradzieży przez rówieśników drobnych sum pieniędzy,
- kłopoty z koncentracją,
- zmiany w porach spania,
- nadmierne reakcje na krytykę lub niewielkie nawet niepowodzenia.

Wygląd zewnętrzny

- nowy styl ubierania się,
- szybkie wychudzenie lub nagły wzrost masy,
- przewlekły katar, krwawienie z nosa,
- zaburzenia pamięci oraz toku myślenia,
- przekrwione oczy, nadmiernie zwężone lub rozszerzone źrenice nie reagujące na światło,
- bełkotliwa, niewyraźna mowa,
- brak zainteresowania swoim wyglądem i nieprzestrzeganie zasad higieny,
- słodkawa woń oddechu, włosów, ubrania,
- ślady po ukłuciach, ślady krwi na bieliźnie, "gęsia skórka".

Narkotyki lub przybory do ich używania

- fiki, fajki, bibułki papierosowe
- małe foliowe torebeczki z proszkiem, tabletkami, kryształkami lub suszem
- kawałki opalonej folii aluminiowej, łyżka
- znaczki, białe lub kolorowe pastylki z wytłoczonymi wzorkami
- leki bez recepty
- tuby, słoiki, foliowe torby z klejem
- igły, strzykawki

UWAGA!

Nie wszystkie z wymienionych objawów muszą się pojawić. Dopiero pojawienie się kilku z wymienionych objawów może wskazywać na narkotyki. Jest mało prawdopodobne, żeby wszystkie objawy wystąpiły jednocześnie. Im głębsza faza uzależnienia, tym objawy choroby są bardziej widoczne, wynikają z utraty kontroli nad braniem środków odurzających. Wzrasta ryzyko przedawkowania i śmierci.

Co powinni zrobić rodzice

- Znajdź wolny czas dla swojego dziecka. Wykorzystaj te chwile, aby jak najczęściej:
- okazywać dziecku ciepło i czułość,
- rozmawiać, nie unikać trudnych tematów,
- słuchać uważnie i nie lekceważyć jego problemów,
- służyć radą i być, kiedy Cię potrzebuje,
- nie oceniać i nie porównywać z innymi,
- nie wyśmiewać, nie krytykować,
- nie stawiać zbyt wysokich wymagań i pomagać uwierzyć w siebie,
- doceniać starania i chwalić postępy,
- być przykładem i autorytetem,
- uczyć podstawowych wartości, pamiętając, że ważniejsze jest co robisz, a nie co mówisz,
- poznawać przyjaciół swojego dziecka,
- zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko,
- wyrażać zdecydowanie negatywną postawę wobec narkotyków.

Dlaczego nie warto sięgać po narkotyki

Jeśli nie przemawiają do Ciebie zgubne efekty przyjmowania narkotyków pamiętaj o tym, że:

- Najbardziej mylnym twierdzeniem jest to, że kwestia tego, czy się uzależnisz zależy wyłącznie od Ciebie i możesz to kontrolować;
- Narkoman to niekoniecznie brudny, wyniszczony, zaniedbany „ćpun” – to ktoś, kto ma przymus brania, nawet jeśli jest czysty, zadbane, ma jeszcze dom, rodzinę, przyjaciół. Biorąc bardzo łatwo to wszystko utracić;
- Pierwsza porcja narkotyku zwykle nic nie kosztuje – następna wymaga zdobycia pieniędzy i kontaktów z dealerami;
- Posiadając choćby najmniejszą część jakiegokolwiek narkotyku łamiesz prawo i jesteś przestępcą.
- Nie istnieją lekarstwa, które wyleczą Cię z narkomanii - medycyna wciąż poszukuje rozwiązań i leków na uzależnienia.
- Narkotyki mogą stać się przyczyną wielu trudnych do przewidzenia zdarzeń, które na długo lub na trwałe mogą skomplikować Twoje życie.

Co warto sobie uświadomić

Narkotyk zniekształca Twój obraz świata, nawet jeśli wtedy wydaje Ci się on lepszy.

Amfetamina nie utrzuca wiedzy, nie czyni Cię mądrzejszym – pozwala jedynie na aktywność, która kończy się spadkiem formy i depresją.

Narkotyki osłabiają Twoje zdolności intelektualne, nawet jeśli wydaje Ci się, że jesteś po nich wielki.

Bawić się dobrze, to także bawić się bezpiecznie i wrócić cało do domu.

Tak naprawdę nie wiesz, co zawiera narkotyk, jakie domieszki ma w sobie. To towar bez znaku jakości!

Aby znaleźć akceptację grupy nie musisz zażywać narkotyków, na pewno masz wiele do zaoferowania swoim przyjaciołom.

Postaraj się polubić siebie i zaakceptować. Nie zmieniaj swojej natury i usposobienia przy pomocy narkotyków.

Z czasem nabywa się tolerancji na narkotyk – oznacza to, że aby uzyskać efekt taki jak poprzednio będziesz musiał zażyć większą dawkę.

Długotrwałe używanie narkotyków pociąga za sobą negatywne konsekwencje somatyczne, zaburzenia w sferze emocjonalnej, osobowościowej, a także wpływa negatywnie na wygląd zewnętrzny.

Narkotyki odbierają Ci wolność, nawet jeśli masz wrażenie, że to one Ci ją dają.

<https://www.archiwum-wzp.pl/zwalczanie-uzaleznien/pomoc/podstawowe-informacje-o-narkotykach>