

M. Z. Jędrzejko, T. Białas, Z. Stańczak

NARKOTYKI DOPALACZE NOWE ŚRODKI PSYCHOAKTYWNE cz. III



Narkotyki i dopalacze w Polsce

Polskie doświadczenia z narkotykami uległy dynamicznemu zaostrzeniu po 1989 roku, co było pokłosiem pootwierania granic, narastających problemów społeczno-gospodarczych i kryzysu społecznego.



Czynniki ryzyka wzrostu podaży narkotyków i NSP

- ▶ Wpływ zagranicznych grup przestępczych;
- ▶ Patologie rynku pracy i bezrobocie, kryzys w rodzinie;
- ▶ Destrukcyjne wpływy społeczne;
- ▶ Słabość procesu wychowania w rodzinie – odchodzenie od wychowania moralnego;
- ▶ Wykluczenie społeczne, nierówności społeczno-ekonomiczne;
- ▶ Wzrost przemytu i krajowej produkcji narkotyków;

Narkotyki
to świat przestępczy,
posiadanie narkotyków
to przestępstwo.



Nastolatkomie powinni znać kluczowy cel dealera – nie jest nim pomoc młodemu człowiekowi w jego problemach czy kryzysie, celem jest pozyskanie kolejnego klienta i utrzymanie go jak najdłużej.

W 2016 roku ponad 17 tys. osób zostało skazanych za posiadanie narkotyków na użytek własny i w celu handlowania nimi.

Otwarte granice w Europie, przenoszenie trendów z innych krajów oraz liberalizowanie podejścia do narkotyków doprowadziło do ich powszechnej obecności na naszym kontynencie.

Na skutek trendów zewnętrznych i rozwoju rodzimej przestępczości w naszym kraju sprzedaje się niemal wszystkie typy narkotyków i NSP.

Rynek europejski cechuje:

- ▶ Rosnąca podaż kokainy;
- ▶ Szeroka dostępność amfetaminy, metamfetaminy i ekstazy - te trzy narkotyki są podstawowymi nielegalnymi psychostymulantami;
- ▶ Rosnąca moc ekstazy (MDMA);
- ▶ Wzrost podaży bardzo silnych psychostymulantów powstających na bazie katynonów i fenetylamin;
- ▶ Pojawienie się bardzo silnie uzależniających i wyjątkowo szkodliwych zdrowotnie syntetycznych opioidów;
- ▶ Rosnąca podaż syntetycznych kannabinoidów o dużej sile działania i wysokim potencjale uzależnienia;
- ▶ Zdecydowaną większość użytkowników narkotyków stanowią osoby młode, w wieku 15-34 lata;
- ▶ Zwiększenie podaży narkotyków w tzw. darknecie.

Narkotyki dotarły w każdy zakątek Polski.

Kontrola rodzicielska zachowań dzieci w sieci jest ważnym elementem profilaktyki narkotykowej. Zakładanie filtrów rodzicielskich ogranicza kontakt dziecka z destrukcyjnymi treściami promocji NSP i narkotyków przez Internet.

Nowe zjawiska obserwowane na polskim rynku narkotykowym:

- ▶ Promowanie niemedycznego używania leków w celu uzyskania stanów narkotycznych;
- ▶ Zakładanie przez młodych narkomanów własnych portali promujących określone substancje i sposoby ich używania, dotyczy to najczęściej dopalaczy i marihuany;

Niektóre zjawiska na polskiej scenie narkotykowej:

- ▶ Rosnąca popularność ecstasy na dyskotekach – narkotyk jest bardzo niebezpieczny dla OUN oraz „wyłącza” na 40-50 minut zdolność do oceny sytuacji;
- ▶ Zakrojona na szeroką skalę popularyzacja marihuany jako „lekkiego narkotyku”;
- ▶ Popularność sterydów anabolicznych w pseudokulturystyce – narkotyk ma liczne skutki uboczne, w tym ryzyko bezpłodności;
- ▶ Szybki wzrost podaży nowych substancji psychoaktywnych o dużej mocy uzależnienia i wysokim ryzyku uszkodzeń OUN.

Znacząca część dopalaczy oferowanych na polskim rynku pochodzi z nielegalnych dostaw z Chin – substancje te nie są poddawane żadnej kontroli i odpowiadają za ogromną część śmiertelnych przypadków używania narkotyków nowej generacji.

Bardzo często pod tą samą nazwą występują substancje o różnym składzie oraz różnej mocy oddziaływania.

Użycie (jakiegokolwiek) dopalacza wymaga natychmiastowego wezwania pogotowia ratunkowego.

W ciągu dwóch ostatnich dekad możemy mówić o 2-3 krotnym powiększeniu populacji nastolatków mających kontakt z narkotykami.

Kluczowym celem profilaktyki narkotykowej (zachowań ryzykownych) na poziomie rodziny i szkoły jest ukształtowanie w dzieciach i nastolatkach zdolności do odmówienia dealerom i rówieśnikom pierwszego eksperymentu narkotykowego. Nastolatkowie uczynią to jeśli będą silnie psychofizycznie, jeśli będą znały wartość życia.

AMFETAMINA - ma bardzo silny potencjał uzależnienia psychicznego, jej działanie na młode organizmy skutkuje ostrym pobudzeniem i brakiem kontroli zachowań.

MEFEDRON - jest wyjątkowo niebezpiecznym dopalaczem o sile wielokrotnie większej od amfetaminy - jego użycie skutkuje całkowitą blokadą kontroli zachowań, w wyniku czego użytkownik jest bardzo niebezpieczny dla innych i dla siebie (jest zdolny do bardzo gwałtownych zachowań skutkujących poważnymi obrażeniami, a nawet śmiercią).

KOKAINA - to jeden z najsilniejszych psychostymulantów, niemal całkowicie „wycinającym” myślenie moralne i kontrolę zachowań.

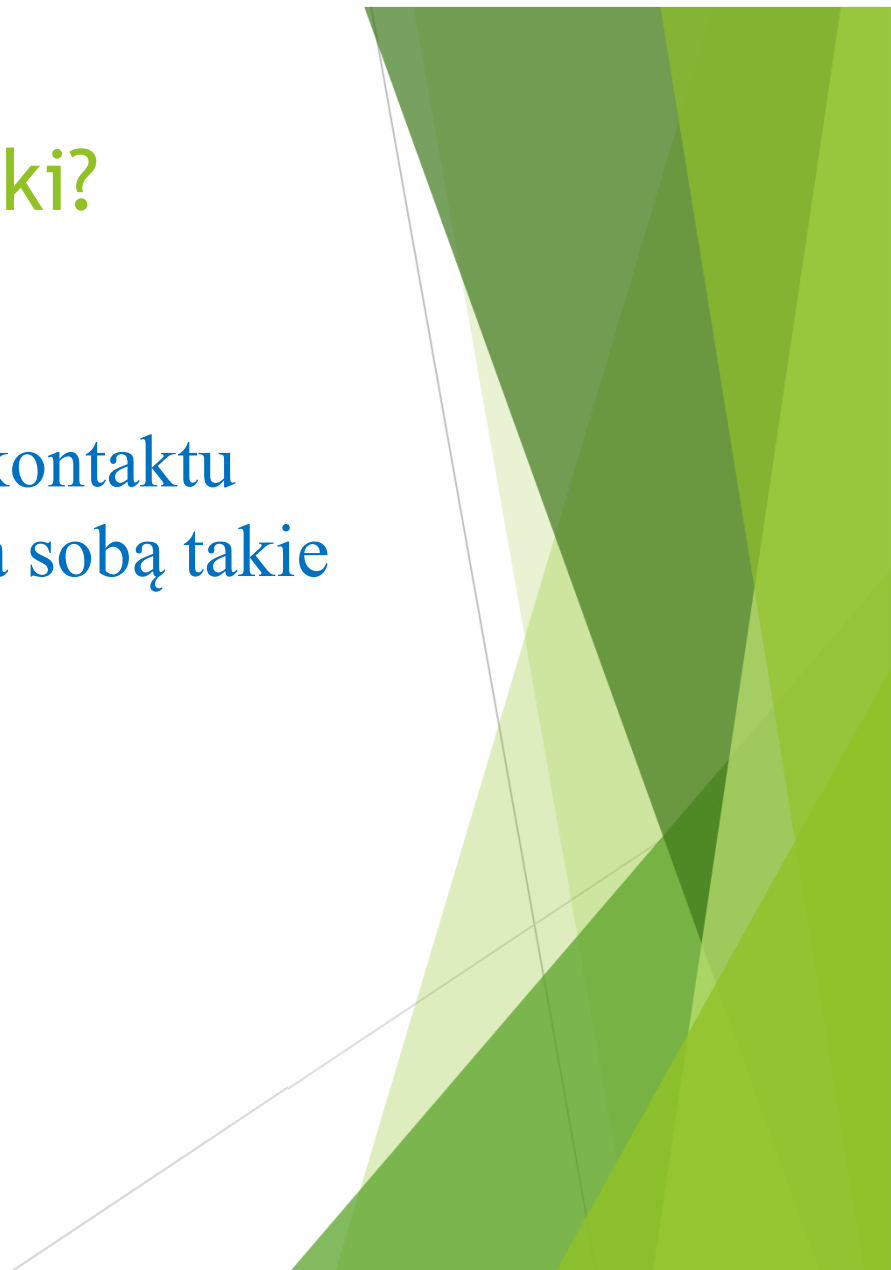
ECSTASY - jest bardzo niebezpieczne dla młodych organizmów m.in. poprzez utratę kontroli zachowań oraz bardzo silne pobudzenie układu krążenia. Ecstasy używane na dyskotekach mogą prowadzić do silnego odwodnienia i przegrzania organizmu (użytkownicy tego narkotyku potrafią przez wiele godzin tańczyć, nie uzupełniając płynów) - w skrajnych przypadkach nawet do śmierci.

**Tym, co istotne dla rozwoju problemu
narkotykowego w Polsce, jest zacieranie
się różnic w sięganiu po narkotyki między
chłopcami a dziewczętami.**



Skąd nastolatki pozyskują narkotyki?

Podstawowym źródłem pierwszego kontaktu narkotykowego są rówieśnicy mający za sobą takie doświadczenia.



Świat narkotykowy interesuje się szczególnie:

- ▶ Znanymi klubami wieczorno-nocnymi lubianymi przez młodzież;
- ▶ Wielkimi dyskotekami;
- ▶ Siłowniami i wielkimi imprezami sportowymi;
- ▶ Koncertami znanych zespołów muzycznych;
- ▶ Imprezami skupiającymi bohemę artystyczną;
- ▶ Wielkimi imprezami sportowymi, pseudokulturystyką oraz skrajnymi formami sportów walki;
- ▶ Znanymi miejscowościami wypoczynkowymi w okresie letnim

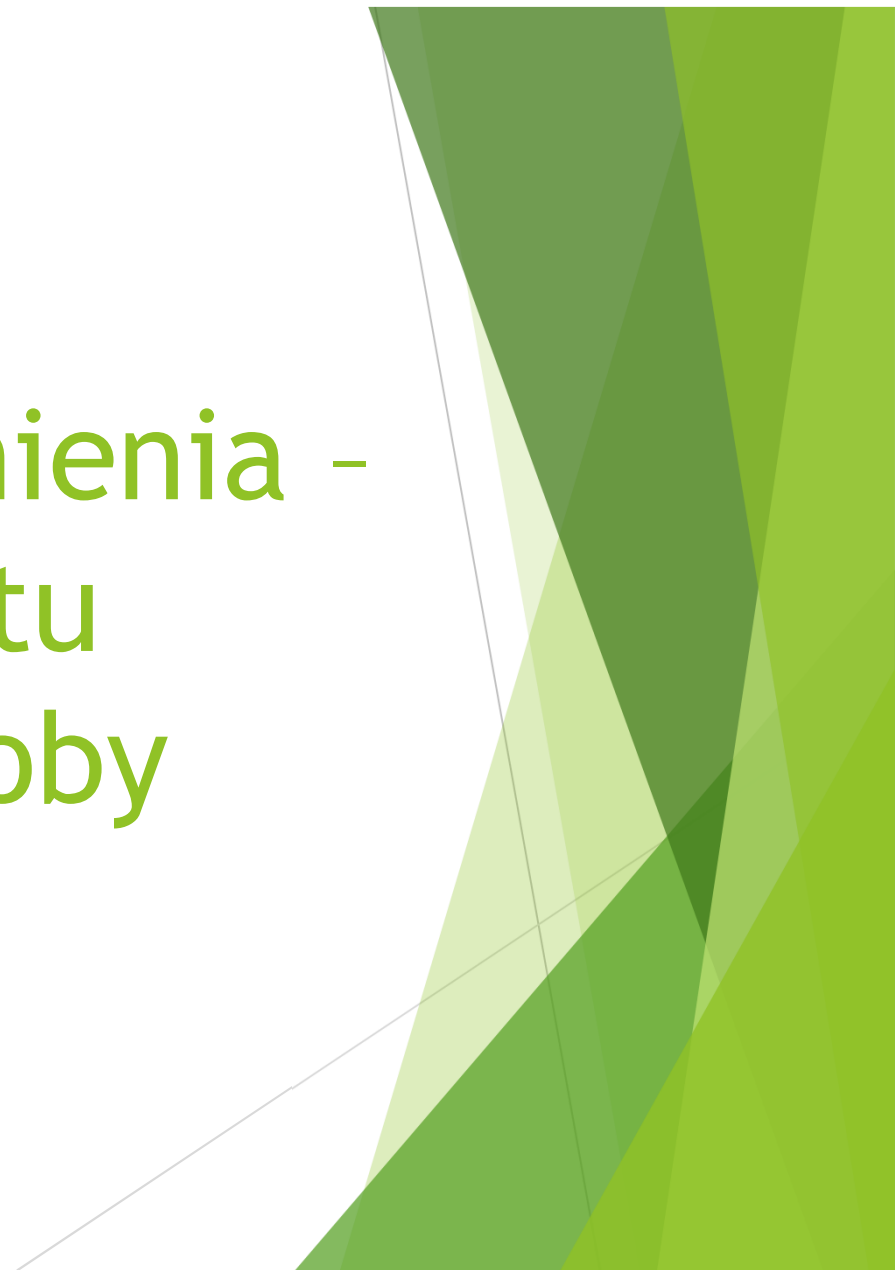
Warto zwrócić uwagę na:

- ▶ Wyraźny rozwój dealerki wśród ludzi młodych, nawet w wieku 15-17 lat (niższe koszty opłacania dystrybucji narkotyków, bezpośrednie wchodzenie w młodzieżowe środowiska rówieśnicze, możliwość zastraszania młodego dealera);
- ▶ Istnienie wyspecjalizowanych stron internetowych zajmujących się handlem narkotykami i dopalaczami;
- ▶ Wzrost ilości i zakresu informacji internetowych (włącz instruktażowych) o „bezpiecznych” sposobach zażywania narkotyków i substancji podobnych;
- ▶ Sygnalizowany już wcześniej rozwój rynków narkotykowych adresowanych do specyficznych grup odbiorców, np. pseudokulturystów;
- ▶ Zwiększenie podaży substancji psychotropowych powstałych na bazie ogólnie dostępnych środków farmakologicznych (zakup takich farmaceutyków nie stanowi trudności, nawet w hurtowym obrocie).

Pojawienie się narkotyków w życiu nastolatka jest dowodem, że sobie nie radzi, że ma z czymś problem, że jest w fazie kryzysu. To jest swoiste wołanie o pomoc. Aby okazała się ona skuteczna, rodzice muszą być konsekwentni, zdeterminowani. Nie powinni ukrywać problemu, ale poprosić o pomoc terapeutów.

Blisko 1/3 zatruć substancjami psychoaktywnymi to skutek przedawkowania leków receptowych lub bezreceptowych. Nastolatkomie pozyskują te substancje z aptek, domowych apteczek lub przez Internet. Przedawkowanie leków obok stanów psychotycznych może wywołać ciężkie obrażenia psychosomatyczne. Nawet śmierć.

Mechanizmy uzależnienia - od eksperymentu do ciężkiej choroby



Dopalacze (NSP) są pierwszymi w historii masowo oferowanymi narkotykami, które posiadają potencjał natychmiastowego uszkodzenia mózgu, układu krążenia i układu oddechowego. Są najbardziej śmiertelnymi narkotykami na rynku.

Potencjały uzależniające poszczególnych narkotyków i dopalaczy są różne.

Aby uzależnić osobę od narkotyku należy spowodować, aby ktoś wziął daną substancję najpierw raz „na próbę”, a następnie tyle razy, aby się uzależnił. Są substancje, które trzeba wziąć kilka razy, ale są też takie, do których wraca się już po jednorazowym zażyciu.

Uzależnienie fizyczne występuje wtedy, gdy nasz organizm potrzebuje substancji, aby zachować stabilność fizjologiczną – taki mechanizm wykazują m.in. opiaty i alkohol.

Bez przyjęcia substancji organizm reaguje niestabilnością, np. bólem, biegunkami, torsjami, uczuciem zimna.

Uzależnienie psychiczne związane jest z kontekstami sytuacyjnymi oraz niestabilnością psychiczną. Objawia się to intensywnym poszukiwaniem substancji w celu zapewnienia „stabilności emocjonalnej”.

Mechanizm uzależnienia powoduje, że zażywanie narkotyku jest kontynuowane pomimo widocznych strat, a chęć powstrzymania się od narkotyzowania kończy się niepowodzeniem.

Czynniki zwiększające ryzyko kontaktu z narkotykami i dopalaczami:

- ▶ Naznaczenie i stygmatyzacja
- ▶ Niska odporność dziecka na stres
- ▶ Kryzysy edukacyjne i osobiste
- ▶ Kryzysy w rodzinie, np. rozwody
- ▶ Eksperymenty narkotykowe innych członków rodziny
- ▶ Wczesna inicjacja alkoholowa
- ▶ Przyzwolenie na częstą nocną aktywność poza domem
- ▶ Zbyt ni rygorizm, brak zaufania do dziecka
- ▶ Wyznaczanie zadań ponad możliwości nastolatka
- ▶ Toksyczne matki – wyręczanie dziecka w każdej sprawie
- ▶ Aktywność dealerów narkotykowych
- ▶ Używanie narkotyków przez rówiesników

Aby wzmocnić działanie czynników ochronnych warto:

- ▶ Zwiększyć kontrolę rodzicielską nad środowiskiem rówieśniczym syna/córki – wiedzieć coś więcej o ich najbliższych znajomych;
- ▶ Więcej rozmawiać o problemach dorastania i wspierać dziecko w naturalnych przeobrażeniach;
- ▶ Szerzej włączać dziecko w prace domowe, czynić go odpowiedzialnym za część funkcjonowania domu, rodziny, więcej z nim rozmawiać o ważnych sprawach rodziny;
- ▶ Poszukać sposobu, aby nastolatek/nastolatka mogli się fizycznie wyszaleć – sport, taniec, obóz narciarski, najlepiej, jeśli będą to zajęcia systematyczne;
- ▶ Położyć na biurko córki lub syna artykuł lub dobrą książkę o uzależnieniach, coś, co łatwo się czyta, ale jest też rzetelne;
- ▶ Zaprosić kolegów/koleżanki syna (aktualnie przebywających w waszym domu) na kolację, porozmawiajcie wspólnie;
- ▶ Przed wyjściem na dyskotekę, weekendowe spotkanie z przyjaciółmi, przypominaj o tym, CO WOLNO, a czego NIE WOLNO – nazywajcie te rzeczy jasno po imieniu;
- ▶ Łączyć prawa dziecka z wykonywaniem przez nie domowych i szkolnych obowiązków;
- ▶ Otwierać mądre perspektywy, np. mówić: za pół roku będziesz mógł zapisać się na kurs prawa jazdy;

Pamiętajcie, że dobra sytuacja materialna,
kupowanie najnowszych technologii cyfrowych,
super ubrania i wyższe wykształcenie rodziców nie
wystarczają do ochrony dziecka przed ryzykiem.

Dużo silniejszym bodźcem chroniącym jest
poczucie silnej więzi z rodzicami, szacunek dla ich
pracy, wspomaganie ich w codziennych
obowiązkach.

Dealer nigdy nie mówi prawdy o tym, z czego składa się narkotyk – jego celem jest sprzedać towar i doprowadzić do jak najszybszego uzależnienia młodego klienta.

Na rynku dominują silne odmiany narkotyków – także marihuana, która jest na ogół 2-3 razy silniejsza od tej, którą sprzedawano 20 lat temu.

Takie samo opakowanie dopalacza, nawet z jednej partii, nie oznacza, że w środku jest to samo.

Producenci nowych narkotyków testują je na ludziach – dlatego mamy tyle ostrych zatruc i przypadków śmiertelnych.

Narkotyki dużo silniej działają na młode organizmy, szczególnie w okresie adolescencji.

Ludzie używający narkotyków żyją krócej.

Nie ma narkotyków lekkich, bezpiecznych, mniej szkodliwych.



Nie ma narkotyków bezpiecznych, lekkich,
nieszkodliwych - ich używanie niesie szkody
zdrowotne (somatyczne, psychiczne),
społeczne i ekonomiczne.

Nie ma narkotyków twardych i miękkich -
każda substancja narkotyczna jest szkodliwa,
najbardziej jeśli sięgają po nią ludzie młodzi

.

Przyczyny sięgania po narkotyki i dopalacze:

INDYWIDUALNE:

- Skłonność do podejmowania ryzyka; ciekawość, poszukiwanie wrażeń; ograniczona zdolność do rozumienia konsekwencji;
- Zaniżone poczucie wartości;
- Naśladownictwo osób ważnych (idoli), w środowisku rówieśniczym;
- chęć wzmocnienia pozycji w grupie;
- Wysoki poziom lęku, brak równowagi emocjonalnej; nasilony egocentryzm;
- Mała odporność psychiczna; stany depresyjne; zaniżone poczucie sensu życia;
- Uwarunkowania biogenetyczne.

Przyczyny sięgania po narkotyki i dopalacze:

ŚRODOWISKOWE:

- Status społeczny i ekonomiczny;
- Sytuacja rodzinna - kryzysy, długotrwała nieobecność ojca;
- Pracoholizm rodziców; zaburzone modele pracy rodziców;
- Wysoka aktywność dealerów;
- Typ szkoły i poziom edukacyjno-wychowawczy;
- Stosunek do narkotyków w środowisku rówieśniczym;
- Niska aktywność sportowa i kulturalna;
- Związek z subkulturami młodzieżowymi;
- Udział w destrukcyjnych aktywnościach sportowych (np. pseudokulturystyka, kibolstwo);
- Nieprawidłowe postawy rodzicielskie i niskie kompetencje wychowawcze rodziców;
- Wzorce ze strony osób najbliższych;
- Przemoc i alkoholizm w domu;
- Niska religijność.

Uzależnieni przyjmują dany środek, aby poprawić swoje samopoczucie, często aż do stanów ekstatycznych, lub aby zredukować negatywne stany emocjonalne, np. lękowe, niepokoju, stresu, bólu, w celu uzyskania ulgi.

Jednak w rzeczywistości pożądany i oczekiwany przez uzależnionych skutek nie postępuje - jedynym efektem jest chwilowe łagodzenie napięć i emocji.

ILUZJA NARKOTYKOWA

1. Działanie czynników zewnętrznych lub wewnętrznych wywołuje emocje.
2. Nastolatek chce poprawić emocje i szuka rozwiązania. Gdy nie ma środków normatywnych, szuka innych.
3. Przyjęcie narkotyku wywołuje iluzję, że emocje minęły, a problem zniknął.
4. Następuje chwilowe wyciszenie, co mózg zapamiętuje jako stan ciszy, spokoju.
5. Pojawienie się kolejnych emocji kieruje uwagę na jak najszybsze ich wyciszenie, ale bez wytłumaczenia rzeczywistych przyczyn.
6. Z mózgu płynie informacja: „powtórz to, co ciebie uspokaja” - iluzja spokoju się umacnia.

Osoba uzależniona (znajdująca się pod wpływem substancji psychoaktywnej) postrzega rzeczywistość nieracjonalnie, nie potrafi odczytać właściwego znaczenia informacji społecznych oraz bodźców zewnętrznych, nie rozumie znaczenia norm i reguł.

Jej procesy myślowe są skupione na stanie narkotykowym, przechodzą nie do spraw ważnych, lecz sposobu zdobycia narkotyku i wzięcia jego kolejnej dawki; „dostosowują” spostrzeganą przez uzależnionego rzeczywistość do tego, by zażywanie substancji odczuwane było jako stan komfortu.

Osoba uzależniona nie jest w stanie kierować swoim zachowaniem oraz wytrwać w podjętej przez siebie decyzji o zachowaniu abstynencji, nie potrafi planować zmian, nie hierarchizuje tego, co dla niej ważne.



Mit:

Troskliwa opieka nad uzależnionym nastolatkiem, miłość rodziców i rodziny pozwolą choremu wyjść z uzależnienia.

Fakty są inne:

Leczenie uzależnień w stanach głębokich (narkotyki zdeorganizowały życie codzienne, edukację i mają wpływ na zachowania) wymaga działania profesjonalistów oraz stosowania złożonych metod oddziaływania. Nie można ich zrealizować w warunkach domowych - nawet przy najlepszej woli rodziców.

Konsekwencje uzależnienia od narkotyków

Co wiemy na pewno:

- ▶ Młodzi ludzie używający narkotyków mają niższe wyniki i ambicje edukacyjne - aż do porzucenia nauki;
- ▶ Narkotyki odczulają z uczuć wyższych - gdy pojawi się głód narkotykowy, żadne inne potrzeby rodziny, bliskich, zadania, obowiązki oraz zobowiązania się nie liczą; dla uzależnionego kluczowe jest powtarzanie przyjmowania w celu zapewnienia stabilności;
- ▶ Uzależnienie jest choroba, którą trzeba leczyć - im szybciej zaczniemy, tym większe szanse na powrót do stabilnego funkcjonowania;
- ▶ Częścią procesu uzależnienia może być współuzależnienie;
- ▶ Współuzależnienie pogłębia stan choroby;
- ▶ W sytuacji braku środków na narkotyki uzależnieni podejmują dewiacyjne próby ich pozyskania - od okradania rodziców, wyprzedawania rzeczy z domu aż po handlowanie narkotykami; w przypadku dziewcząt ryzyko poszerza się o zachowania prostytucyjne;
- ▶ Używanie marihuany istotnie zwiększa ryzyko sięgania po substancje silniejsze;
- ▶ Długotrwałe używanie narkotyków (uzależnienie) skutkuje silnymi zaburzeniami w sferze psychiki oraz problemami somatycznymi.

Mimo że uzależnienie jest chorobą centralnego układu nerwowego, jego objawy widoczne są także w sposobach zachowania się, wyglądzie, relacjach społecznych, dbałości o zdrowie.

PRZYKŁADOWE CECHY:

- ▶ Używanie narkotyku jest ważniejsze od innych czynności;
- ▶ Skutkiem używania są widoczne problemy: zdrowotne, społeczne, finansowe, edukacyjne, zawodowe;
- ▶ Chory zaniedbuje nawet najważniejsze zadania;
- ▶ Brak dbałości o higienę osobistą, wygląd zewnętrzny, zdrowiem nieregularne spożywanie posiłków;
- ▶ Klasycznym przejawem choroby jest przymus brania;
- ▶ Ujawnia się zespół abstynencyjny jako skutek zaprzestania brania lub odstawienia substancji;

Uzależnienie jest przewlekłą, nawracającą i złożoną chorobą ośrodkowego układu nerwowego z przełożeniem na cały organizm, występującą po przewlekłej lub okresowej intoksykacji środkiem uzależniającym. Charakteryzuje się absolutną utratą kontroli nad zachowaniem, która polega na: kompulsywnym poszukiwaniu kontaktu z narkotykiem, natrętnej potrzebie używania substancji; wewnętrznym przymusie powtarzania zachowań narkotykowych. To jest silniejsze od dziecka.

- Nowe generacje dopalaczy (NSP) uzależniają silniej i szybciej;
- Alkohol na ogół przyspiesza powstanie uzależnienia od narkotyków;
- Uzależnienie to choroba wymagająca szybkiej interwencji i wielkiego wsparcia dla chorego;
- Okres dojrzewania zwiększa ryzyko kontaktu z narkotykami i dopalaczami;
- Większość narkotyków jest coraz „brudniejsza” – są wzmacniane chemicznie oraz wypełniane substancjami bardzo niebezpiecznymi dla zdrowia i życia;
- Używanie narkotyków i dopalaczy prowadzi do głębokiego zaburzenia homeostazy człowieka – dlatego szkody widoczne są w całym układzie zdrowia oraz relacjach społecznych;
- Uzależnienie prowadzi do dezintegracji moralności – chory nie kieruje się sumieniem, nie rozumie wagi kategorii dobra i zła;
- Uzależnienie jest chorobą chroniczną – stąd mogą pojawić się nawroty sięgania po narkotyk;

- Działanie narkotyku na mózg powoduje jego specyficzne „drażnienie”, wywołujące niezwykle silne uczucie przyjemności;
- Opiaty (morfina, heroina, opium, przedawkowane leki z kodeiną), substancje psychostymulujące (kokaina, amfetaminy) oraz alkohol etylowy stymulują neurony mieszczące się w obrębie szlaków, obszarów w mózgu należących do układu, który nazwano układem nagrody lub systemem wzmocnienia pozytywnego, czy inaczej systemem napędu;
- Działanie narkotyków jest związane z silnym pobudzeniem układu nagrody w mózgu;
- Gdy narkotyk jest zażywany często, następuje rozregulowanie układu dopaminowego – jest on zmuszany do wydzielania większej ilości dopaminy, co mózg szybko zapamiętuje; gdy zaczyna jej ubywać, mózg „woła” o pobudzenie; nad tym procesem chory nie potrafi samodzielnie panować;

- Narkotyki powodują zmianę ilości i sposobu działania serotoniny (m.in. ecstasy, kokaina, LSD i substancje zawarte w grzybkach halucynogennych_ - gdy tego neuroprzekaźnika brakuje, chory może być silnie pobudzony i agresywny (czyli mózg „woła” o narkotyk);
- Zwiększone wydzielanie noradrenaliny powodują: kokaina, amfetamina i metaamfetamina; jeśli do tego dochodzi, następuje zaburzenie procesów myślenia, snu, pamięci, poczucia lęku, dlatego osoby pod wpływem tych narkotyków są pobudzone i agresywne;
- Do uzależnienia dochodzi szybciej, gdy nastolatek ma zaburzone motywacje oraz nie potrafi kontrolować impulsów. Podobnie ryzyko podnoszą permanentny stres, lęk.

cdn.

Już wkrótce:

- Jak narkotyki docierają do naszych dzieci?
- Jak chronić dzieci i nastolatki przed narkotykami?

Na podstawie książki prezentację przygotowała Olimpia Kowal-Gadecka.