



„Młodzież nie odczuwająca więzi z rodzicami jest bardziej narażona na presję rówieśniczą w zakresie zachowań patologicznych, w tym picia alkoholu i eksperymentowania z narkotykami”

(Według F. Streita)



DOPALACZE to różnego rodzaju substancje psychoaktywne – takie, które powodują zmiany w zachowaniu człowieka, czy też postrzeganiu przez niego rzeczywistości. W działaniu przypominają zatem alkohol lub jak narkotyki.

Dopalacze, podobnie jak narkotyki, mają działanie psychoaktywne, czyli mają wywoływać w organizmie określone stany – odurzenia, pobudzenia, euforii, halucynacje. Tak naprawdę nie ma jednoznacznej definicji i sami farmakolodzy mają trudności z jednoznacznym stwierdzeniem, czym są dopalacze. Jedni uważają je za rodzaj narkotyków, które tym tylko różnią się od tych „prawdziwych” narkotyków, że do niedawna były sprzedawane legalnie. Inni określają je jako substancje psychoaktywne, a jeszcze inni (sprzedawcy) mówią na nie „produkty kolekcjonerskie”.

Dopalacze bywają mieszankami substancji naturalnych np. ziół, lub mogą być syntetyczne, czyli wytworzone w laboratorium chemicznym. Cała specyfika tzw. „legalnych narkotyków” polega na

tym, że są one produkowane z substancji nie uznawanych za szkodliwe czy niedozwolone. Dopiero mieszanka – receptura – powoduje ich ukierunkowane działanie.

JAK DZIAŁAJĄ DOPALACZE? Twórcy dopalaczy tak dobierają poszczególne składniki specyfików, żeby wywołać konkretne działanie po jego zażyciu. Wszelkiego rodzaju **poходne piperazyny** mają na przykład działanie psychodeliczne, podobne do stanów po zażyciu narkotyków: ekstazy i amfetaminy.

Bardzo często do produkcji dopalaczy wykorzystywane są również **syntetyczne kannabinoidy**, oraz **MDPV** i **metrylokatynon** – wszystkie te substancje powodują zmiany w psychice, uczucie euforii i duże pobudzenie.

Zażywanie dopalaczy może być NIEBEZPIECZNE! DLACZEGO? Bo: **mefedron**, **efedron**, **metrylokatynon**, czy chociażby równie popularny składnik dopalaczy jakim jest **salwinoryna A** (**szałwia wieszczą**), powodują znaczny wzrost tętna, szybszy oddech. Częste zażywanie tych substancji może prowadzić do wyczerpania organizmu, a w skrajnych przypadkach do zatrucia.

Wyjątkowo niebezpieczny jest **mefedron**, substancja będąca pochodną efedryny, działająca podobnie do kokainy, która błyskawicznie wchłania się do organizmu, powodując szybki wzrost temperatury ciała (choć chwilę po spożyciu jest uczucie zimna). W rezultacie dochodzi do przegrzania tkanek, zwłaszcza mózgu i serca.

Mogą być pochodzenia naturalnego, a są wśród nich preparaty ziołowe, zawierające głównie związki halucynogenne, np. te oparte na wyciągach z muchomora czerwonego lub plamistego, szaławii wieszczą, powoju hawajskiego, kratoma (liście drzewa *Mitragyna Speciosa*). Są dostępne pod postacią suszu lub ekstraktu. Najczęściej jest tak, że jeden dopalacz zawiera w sobie związki pochodzące nie z jednej, ale kilku, a nawet kilkunastu roślin! A ponieważ każda z nich może (i zwykle ma) po kilka substancji o działaniu psychoaktywnym, alkaloidy, nietrudno sobie wyobrazić, jak działa taki dopalacz. Po spożyciu takiej piorunującej mieszanki pojawia się nadwrażliwość zmysłowa, zmienne nastroje, charakteryzujące się nagłym przejściem od euforii do depresji, omamy.

ZATRUCIE DOPALACZAMI - OBJAWY

Wszystkie te dopalacze stanowią zagrożenie życia, a lista niepożądanych objawów, jakie mogą wywoływać, jest bardzo długa. Właściwie nie ma narządu, którego nie mogą uszkodzić. Stopień ich szkodliwości jest oczywiście zróżnicowany i zależy od wielu czynników – rodzaju dopalacza, ilości zawartych w nim toksycznych substancji, wieku, wagi i stanu zdrowia osoby zażywającej, okoliczności, jakie towarzyszą zażywaniu dopalacza. Często spożywa się je wraz z alkoholem, lekami czy innymi narkotykami, co znacznie zwiększa ryzyko poważnych interakcji i zatrucia organizmu.

Do najmniej groźnych objawów zatrucia dopalaczami należą bóle głowy, bóle w klatce piersiowej, zaburzenia rytmu serca, bezsenność, problemy z koncentracją, stany lękowe. Do poważniejszych, stanowiących już zagrożenie życia: **zawał serca, udar mózgu**, stany agresji, które mogą zakończyć się próbą samobójstwa lub zabójstwa, śpiączka, niewydolność nerek, wątroby. Dopalacze są szczególnie niebezpieczne dla osób, które cierpią na schorzenia przewlekłe – np. alergików, cukrzyków, dla osób z osłabionym układem odpornościowym i dla tych wszystkich, którzy znajdują się jeszcze w okresie rozwojowym, a więc dla dzieci i młodzieży.

Masz wątpliwości czy Twoje dziecko zażywa dopalacze? Chcesz dowiedzieć się więcej na temat możliwości leczenia? Wiesz wszystko o negatywnych skutkach tych niebezpiecznych substancji? Masz informacje o miejscach, w których handluje się zakazanymi środkami? Jesteś uzależniony? Ministerstwo Spraw Wewnętrznych przygotowało listę numerów telefonów pod którymi można szukać pomocy. Lista zostanie także przekazana do wszystkich resortów, urzędów wojewódzkich oraz powiatów.

800 060 800 – Bezpłatna, całodobowa infolinia Głównej Inspektorat Sanitarnego. Pod tym numerem telefonu możemy uzyskać informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy oraz o możliwościach leczenia. Infolinia jest także przeznaczona dla rodziców, którzy mają wątpliwości czy ich dzieci zażywają dopalacze. Na infolinię GIS można przekazywać także informacje, które mogą ułatwić służbom dotarcie do osób handlujących tymi nielegalnymi substancjami.

116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży. Służy on młodzieży i dzieciom potrzebującym wsparcia, opieki i ochrony. Zapewnia dzwoniącym możliwość wyrażania trosk, rozmawiania o sprawach dla nich ważnych oraz kontaktu w trudnych sytuacjach. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia jest dostępna codziennie w godzinach 12:00 – 22:00, pomoc online dostępna na www.116111.pl/napisz. Tylko w 2014 roku specjaliści przeprowadzili 3205 rozmów dotyczących kontaktów dzieci z substancjami psychoaktywnymi.

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci. To bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia dostępna od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 – 18:00, pomoc online dostępna pod adresem pomoc@800100100.pl lub www.800100100.pl/napisz. W 2015 roku 61 kontaktów z Telefonem 800 100 100 dotyczyło kontaktów dzieci z substancjami psychoaktywnymi.

800 12 12 12 - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Osoby poszukujące pomocy oraz informacji na temat dopalaczy mogą korzystać także z telefonu zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Numer przeznaczony jest zarówno dla dzieci, jak i dorosłych, którzy chcą zgłosić problemy dzieci. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Po godzinie 20.00 oraz w dni wolne od pracy, każdy może przedstawić problem i zostawić numer kontaktowy.

801 199 990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania, w którym specjaliści udzielają wsparcia w trudnych sytuacjach, pomagają wyszukać odpowiednią formę pomocy i informują na temat ryzyka używania narkotyków i „dopalaczy”. Telefon adresowany jest nie tylko do osób używających narkotyków i „dopalaczy”, ale także ich bliskich i rodzin. Telefon

prorowadzony jest przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii i czynny jest codziennie w godzinach 16:00 – 21:00

Poradnia internetowa www.narkomania.org.pl – w której, można uzyskać anonimową pomoc on- line lekarza psychiatry, psychologa i prawnika; dwa razy w tygodniu można skorzystać z konsultacji za pośrednictwem chatu. Poradnia prowadzona jest na zlecenie Krajowego Biura do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii.

112 – Jednolity numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej.

Kluczowym elementem **zapobiegania uzależnienia dziecka od narkotyków jest ukształtowanie w nim postawy asertywnej – zdolności do powiedzenia NIE propozycji zażycia narkotyku, nawet jeśli będzie to miało miejsce w sytuacji, gdy rodzice o tym się nie dowiedzą. Pierwszy eksperyment narkotykowy jest „przepustką” dla kolejnych prób. Zapobieganie eksperymentowaniu „blokuje” drogę do kolejnych etapów kontaktu z narkotykami. Wiodącą rolę w kształtowaniu postawy asertywnej odgrywają rodzice (opiekunowie) i nauczyciele (pedagogowie).**

Informacje o dopalaczach zgromadziła Aneta Stachera – pedagog szkolny w oparciu o następujące źródła informacji zawarte w:

- artykułach na stronach ineternetowych:

www.poradnikzdrowie.pl, www.msw.gov.pl/pl/aktualnosci;

- publikacji pn. „*Współczesne teorie i praktyka profilaktyki uzależnień chemicznych i nie chemicznych*” - redakcja naukowa prof. Mariusz Jędrzejko.