Dopalacze

„Dopalacz” to termin nieposiadający jednej definicji. Używa się go potocznie dla nazwania różnych mieszanek związków stanowiących pochodne zakazanych substancji psychoaktywnych lub preparatów ziołowych zawierających związki halucynogenne, które nie znajdowały się wcześniej na liście substancji kontrolowanych przepisami ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii.

Są produkowane, aby ominąć zakazy antynarkotykowe, dlatego ciągle mają zmieniany skład.

Dopalacze to niebezpieczne związki o działaniu psychostymulującym, działające podobnie jak narkotyki. Skutki uboczne zażywania dopalaczy mogą spowodować **utratę zdrowia lub życia**.

Oto, jaki wpływ na organizm mogą mieć niektóre dopalacze

1. Nadmierna wesołość, ale też przygnębienie i przerażające uczucie pustki mogą towarzyszyć osobie zażywającej dopalacze;

2. Objawy chorobowe, takie jak: uporczywy, suchy kaszel, wysięk z nosa, osłabienia i omdlenia, wymioty, zaparcia lub rozwolnienia, częste przeziębienia i infekcje, gwałtowne zmiany ciśnienia krwi oraz skoki temperatury ciała, nagłe pogorszenie stanu uzębienia, złe wyniki badań moczu i krwi, bóle różnych części ciała;

3. Wymioty i nudności spowodowane mogą być podrażnieniem śluzówki oraz wpływem substancji zawartych w dopalaczach na ośrodkowy układ nerwowy;

4. Gwałtowny wzrost temperatury ciała jest częstym skutkiem zażycia dopalaczy i bezpośrednią przyczyną śmierci młodych ludzi;

5. Pobudzenie psychoruchowe powoduje brak potrzeby snu, które może utrzymywać się przez wiele godzin;

6. Bełkotliwa mowa i splątanie to jeden z objawów spożycia tych niebezpiecznych środków;

7. Po zażyciu dopalaczy zwieracze mogą nie wytrzymać, czego efektem jest nietrzymanie moczu i brak kontroli nad innymi czynnościami fizjologicznymi;

8. Silne pobudzenie i agresywne zachowanie to typowe objawy po spożyciu niektórych dopalaczy;

9. Dopalacze działają na układ nerwowy prowadząc do przyspieszenia akcji serca i wzrostu ciśnienia tętniczego krwi;

10. Bóle wieńcowe i udar mózgu mogą być konsekwencją działania dopalaczy;

11. Kolorowe wizje, ale też przerażające halucynacje, depresja, problemy natury psychicznej i zawroty głowy mogą być efektem działania dopalaczy;

12. Zmiany w zachowaniu, jak np. nagła zmiana nawyków, wahania nastroju i aktywności (często naprzemiennie zmęczenie z euforią), izolowanie się od bliskich i znajomych, pojawiają się nowi „dziwni" znajomi, tajemnicze rozmowy telefoniczne i nagłe wyjścia, posługiwanie się niezrozumiałym językiem (slangiem);

13. Problemy finansowe często powodujące konflikty, wynoszenie wartościowych przedmiotów i niekorzystne zamiany rzeczy, niewytłumaczalne spóźnienia oraz późne powroty, kłamstwa, oszustwa, pomniejszanie wszelkich autorytetów, wprowadzanie relatywistycznych poglądów;

14. Nadmierny apetyt lub brak apetytu, spadek zainteresowania ulubionymi zajęciami;

15. Zmiany w wyglądzie zewnętrznym, jak np. blada, ziemista, zmieniona cera, krosty i owrzodzenia;

16. Przekrwione oczy, rozszerzone lub zwężone źrenice, spadek wagi ciała;

17. Zaniedbanie w sferze higieny osobistej;

18. Wypadki drogowe oraz kolizje z prawem.

Substancje psychoaktywne na każdego działają inaczej, można je łatwo przedawkować. Lekarze często mają problem z ratowaniem życia i leczeniem osób, które zażyły dopalacze, ponieważ skład ich jest często zmieniany i nie wiadomo podczas akcji ratunkowej, co zażyła dana osoba. Istnieje wiele substancji psychoaktywnych, a wyniki badań często przychodzą za późno. W roku 2015 w szpitalach w kraju zmarło kilkadziesiąt osób, które zażyło dopalacze. Substancje te uszkodziły organy wewnętrzne jak wątrobę, nerki, serce i mózg. Najczęściej byli to młodzi ludzie, którzy mogli wybrać inne życie.

Przyczyny zażywania dopalaczy

1. Problemy rodzinne i osobiste, z którymi młodzież nie potrafi sobie poradzić. Brak wsparcia ze strony rodziny potęguje bezradność wobec życiowych trudności.

2. Porażki edukacyjne, które często wymagają pomocy ze strony rodziny i instytucji zewnętrznych, a nie zawsze ta pomoc dociera do ucznia.

3. Presja grupy rówieśniczej zagrożonej zażywaniem dopalaczy. Potrzeba akceptacji grupy rówieśniczej potrafi być tak silna dla jednostki, że ulega zwyczajom grupy - konformizm wobec grupy.

4. Chwiejność i zmienność emocjonalna, kryzysy emocjonalne, poszukiwanie sensu życia w okresie dojrzewania i kształtowania się systemu wartości.

Czynniki chroniące przed braniem dopalaczy

1. Najbezpieczniejszym środowiskiem rozwoju jest **rodzina** i dobre relacje jej wszystkich członków. Poszanowanie wartości i tradycji rodzinnych naturalnie chroni młodzież przed podejmowaniem niewłaściwych decyzji w środowisku rówieśniczym. Zarówno rodzice i dzieci powinny rozmawiać na różne tematy i szukać rozwiązań na różne problemy. Spędzanie czasu wolnego, wspólne obowiązki i przedsięwzięcia rodzinne scalają rodzinę. Dobre relacje rodzinne to podstawowy czynnik chroniący przed zażywaniem dopalaczy.

Trzeba pamiętać, że dopalacze krzywdzą całą rodzinę!

2. Szkoła uczy nas poszukiwania wartości oraz osiągania małych i dużych sukcesów, a to buduje naszą adekwatną samoocenę.
W szkole zawiązujemy silne, trwałe przyjaźnie często na całe życie. W szkole uczymy się relacji społecznych i wizji naszej przyszłości. Szkoła kształtuje nasze przyszłe życie zawodowe. W osiąganiu takiego sukcesu nie ma miejsca na dopalacze.

3. Ważnym elementem rozwoju osobowości są nasze **zainteresowania i środowisko rówieśnicze.** Dobrze jest mieć takich znajomych i przyjaciół, którzy dają poczucie bezpieczeństwa, życzliwości, radości oraz wsparcia w trudnych sytuacjach.

A tym, którzy namawiają do używania trujących substancji dobrze jest powiedzieć „nie". **Takie asertywne „nie" może uratować życie.**

4. Pamiętajmy, że ludzki organizm jest przystosowany do spożywania w odpowiednich proporcjach białek, węglowodanów, tłuszczów, witamin, soli mineralnych, wody. Trzeba dbać o **zdrowe odżywianie**, aby utrzymać organizm w zdrowiu i dobrej kondycji.
Używanie dopalaczy powoduje nieodwracalne uszkodzenia wszystkich organów w tym najbardziej mózgu, serca, wątroby i nerek. A to oznacza niepełnosprawność fizyczną, psychiczną a nawet zgon.

Dopalacze. Gdzie szukać pomocy? Najważniejsze numery telefonów

W ostatnich miesiącach w kraju odnotowano wiele przypadków zatrucia narkotykami, tzw. dopalaczami. Do szpitali trafiły osoby z ostrym zatruciem organizmu. Apelujemy i ostrzegamy, aby nie kupować i nie zażywać takich substancji. Producenci i sprzedawcy dopalaczy kierują się przede wszystkim zyskiem, za nic mając ludzkie życie. Sprzedając dopalacze – sprzedają śmierć!

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych przygotowało listę numerów telefonów, pod którymi można szukać pomocy. Lista jest przekazana do wszystkich resortów, urzędów wojewódzkich oraz powiatów.

800 060 800 – Bezpłatna, całodobowa infolinia Głównego Inspektora 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 kontaktu 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. W pierwszym półroczu 2015 roku 61 rozmów dotyczyło problemów z substancjami psychoaktywnymi (www.800100100.pl).

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. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.

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

Bibliografia

1.Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii, 2014. Informator dla rodziców, pedagogów i nauczycieli „dopalacze". Warszawa.

2.Program profilaktyczny Sanepidu „Stop dopalaczom".

https://www.google.pl/search?q=stopdopalaczom&espv=2&biw=1242&bih=615&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ved=0ahUKEwigsfG0-97KAhXqpnIKHSmn

3.Materiały profilaktyczne Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji „Dopalacze kradną życie".

Opracowała Urszula Malczewska