

NOWE NARKOTYKI – DOPALACZE

Dopalacze to termin powszechnie używany dla określenia różnych substancji psychoaktywnych produkowanych w nielegalnych laboratoriach. W latach 2008-2010 sprzedawano je w Polsce w specjalnych sklepach (smartshopach), po ich zamknięciu sprzedaż odbywa się przez Internet i na czarnym rynku. Substancji tych jest tak wiele, że wyliczenie ich byłoby niemożliwe. Przy kolejnym zakupie mogą mieć inny skład, dlatego nigdy nie wiadomo, co się zażywa. Sprzedawane są często jako: sole do kąpieli, pochłaniacze wilgoci, kleje, talizmany, środki czyszczące, zapachy do szaf.

Dramatycznie wzrosła ilość zatruć i zgonów związanych z ich używaniem.

Nowe narkotyki charakteryzują się wysoką toksycznością nawet w mikroskopijnych dawkach. Ich użycie może doprowadzić do trwałego uszkodzenia narządów wewnętrznych i ośrodkowego układu nerwowego.

Co powodują:

- pobudzenie, gonitwę myśli
- euforię
- drżenie i skurcze mięśni
- zmiany temperatury ciała
- rozszerzenie źrenic
- podwyższenie ciśnienia tętniczego krwi
- zaburzenia rytmu pracy serca
- nerwowość, stany lękowe
- zaburzenia neurologiczne (szczękościsk, tiki)
- objawy psychotyczne

Nowe narkotyki można podzielić na grupy, w zależności od sposobu działania:

- **Nowe narkotyki o działaniu pobudzającym**
„Party pills” lub „designer drugs” to inne określenia produktów reklamowanych jako zwiększające energię i poprawiające nastrój (mogą być wciągane przez nos, połykane)
- **Nowe narkotyki reklamowane jako działające podobnie do marihuany**
(w postaci mieszanek ziołowych, proszku, pali się je w „skrętach”, fajce)
- **Nowe narkotyki o działaniu halucynogennym**
(najczęściej są to kawałki papieru czy tekturki nasączone substancjami o działaniu halucynogennym, rzadziej płyn)

Wzrosła też ilość osób przyjmujących leki uspokajające i nasenne. Szybko poprawiają one samopoczucie ale też szybko uzależniają. Powodują szereg skutków ubocznych: zaburzenia uwagi, spowolnienie myślenia, chwiejność emocjonalną, napady lęku i agresji.

W Polsce został wdrożony (w latach 2007-2010) przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii Program FreD. Program ten został opracowany i był pomyślnie realizowany w Niemczech. Jest to program wczesnej interwencji wobec młodych osób, które po raz pierwszy zostały przyłapane na używaniu narkotyków lub alkoholu. Jak pokazują badania skuteczny w około 90%.

Nie ma prostych i skutecznych recept na to, jak skutecznie uchronić dziecko przed narkotykami. Jednak im lepszy mamy kontakt z dzieckiem, tym łatwiej ustrzeżemy je przed narkotykami.

Rozmowa jest podstawą dobrych kontaktów z dzieckiem, bo pozwala lepiej poznać jego świat, oczekiwania, marzenia, ale też różnorodne problemy. Podstawą rozmowy zaś jest uważne słuchanie.

- staraj się zawsze znaleźć czas na rozmowę, gdy dziecko ma problem;
- znajdź też czas, gdy chce się podzielić radością, sukcesem. Okaż swoje zadowolenie, spytaj o szczegóły;
- czasem zaczyna cię unikać, „kręci się”. Zainteresuj się przyjaźnie, pomóż nawiązać rozmowę;
- okazuj zainteresowanie jego sprawami, ale nie wypytuj natarczywie;
- rozmawiaj też o tym, co dzieje się u ciebie, o swoich kłopotach i planach;
- „prawienie kazań”, moralizowanie, „zrządzenie i gderanie” to zwykle „grzechy główne” rodziców;
- bądź konsekwentny, aby dziecko liczyło się z tobą i wiedziało, że ustalone przez ciebie normy w ważnych sprawach muszą być respektowane;
- poznaj przyjaciół i znajomych swojego dziecka. Pamiętaj, że w tym wieku koledzy odgrywają ważną rolę i często mają duży wpływ na zachowanie dziecka.

Dorastające dzieci potrzebują naszej dyskretnej obecności, dostępności i gotowości do udzielenia im pomocy.

Więcej na www.kbpn.gov.pl/wydawnictwa_on_line.htm

Na podstawie materiałów z konferencji „Dopalacze – zagrożona młodzież i skuteczne metody interwencji” opracowała M. Górczna.