**Ferie bez używek**



**Ferie zimowe są okresem, kiedy  młodzież wyjeżdżająca na wypoczynek często jest narażona na działalność dilerów narkotyków. Jest to też czas, gdzie pozostawiona bez opieki, eksperymentuj z nowymi środkami psychoaktywnymi oraz dopuszcza się niebezpiecznych zachowań.**

Od wielu lat często słyszycie o Nowych narkotykach wcześniej zwanych „dopalaczami”. Są to substancje psychoaktywne o zróżnicowanym składzie chemicznym Research Chemicals (RC) – m.in.: pod tą nazwą kryją się obecnie sklepy internetowe, prowadzące sprzedaż tych środków. Nowe narkotyki znajdują się również w asortymencie  dilerów handlujących środkami psychoaktywnymi.

Jeśli Twoje dziecko zaczęło zachowywać się w sposób nietypowy, spędza więcej czasu poza domem z grupą nowych znajomych, a jednocześnie unika kontaktu z rodzicami (opiekunami), zaniedbuje swój wygląd lub też zamyka się na długie godziny w swoim pokoju – sprawdź co się dzieje.

Być może zażywa narkotyki.

**Zwróć uwagę na następujące sygnały:**

Rozszerzone źrenice, wytrzeszcz oczu, słowotok, nadmierna ruchliwość, zaburzenia snu, chudnięcie, zmienność nastrojów, trudności w koncentracji uwagi, niepokój, ataki agresji, krwotoki z nosa – te objawy mogą świadczyć o tym, że dziecko zażywa substancje stymulujące. Najczęściej występują pod postacią białego proszku, którego ślady w pokoju lub na rzeczach dziecka powinny wzbudzić Twój niepokój.

Nietypowy zapach włosów i ubrania, nadmierna wesołość, przekrwione oczy, kaszel, zwiększony apetyt, zaburzenia koordynacji ruchowej powinny wzbudzić podejrzenia, że dziecko może palić mieszanki ziołowe (Kanabinoidy). W pokoju może unosić się zapach dymu, w kieszeniach ubrań mogą znajdować się suszone rozdrobnione liście, jak również inne akcesoria – szklane fifki, bibułki, zapalniczka, charakterystyczne foliowe torebki.

Nieobecny wzrok, zaburzenia percepcji i świadomości, nadwrażliwość zmysłów, halucynacje wzrokowe i słuchowe, lęk, panika, urojenia mogą świadczyć o zażyciu substancji halucynogennych. W przypadku przedawkowania wystąpić mogą: dreszcze, ślinotok, wymioty, zesztywnienie lub zwiotczenie mięśni. Kontakt z osobą która zażyła halucynogen może być znacznie utrudniony.

**CO ROBIĆ, gdy podejrzewasz, że dziecko bierze narkotyki?**

* zacznij działać, problem sam się nie rozwiąże;
* odłóż emocje, włącz rozum;
* dowiedz się jak najwięcej o substancjach psychoaktywnych;
* ustal reguły postępowania i konsekwentnie ich przestrzegaj – stosuj zasadę ograniczonego zaufania;
* okazuj miłość i zainteresowanie swojemu dziecku;
* korzystaj ze wsparcia;
* nie usprawiedliwiaj nieobecności w szkole;
* nie wstydź się i nie ukrywaj problemu;
* szukaj pomocy specjalistów zajmujących się uzależnieniami.

**Uważaj! Nie daj się oszukać przez sklepy internetowe oferujące „nowe narkotyki” – Research Chemicals (RC), do niedawna nazywane „dopalaczami”. Są one wyjątkowo niebezpieczne. Jak działają?**

Substancje stymulujące – powodują rozdrażnienie i trudności w koncentracji uwagi. Po kilku godzinach od zażycia pojawia się „zejście” objawiające się wyczerpaniem, zaburzeniami rytmu serca, nudnościami, niepokojem a w skrajnych przypadkach nieprzyjemnymi halucynacjami, najczęściej słuchowymi.

**Mieszanki ziołowe, kanabinoidy** – zażycie ich prowadzi do efektów niepożądanych w postaci kołatania serca, uczucia duszności, zaburzeń orientacji, niepokoju, stanów lękowych.

**Halucynogeny** — zażycie często prowadzi do „bad tripów” czyli „złych podróży”, w trakcie których osoba, która zażyła substancję doświadcza silnie obniżonego nastroju, lęków, uczucia zagrożenia, mogą też pojaw zaburzenia osobowości i myśli samobójcze

**Opioidy** – skutki zażycia mogą doprowadzić do zwężenia źrenic, zawrotów głowy, panicznego lęku, zaburzenia świadomości od dezorientacji i ewentualnego pobudzenia przypominającego zespół majaczeniowy po głęboką śpiączkę, a nawet prowadzić do zgonu. Na współczesnym rynku narkotykowym dominują pochodne fentanylu o działaniu znacznie silniejszym od morfiny (nawet 10 000 razy – karfentanyl) i czasami dłuższym okresie działania. Syntetyczne opioidy łatwo przedawkować ze względu na znaczną siłę działania, niewielkie wagowo dawki oraz szybko narastającą tolerancję, która równie szybko zmniejsza się w przerwach przyjmowania środka psychoaktywnego z tej grupy.

**Nowe narkotyki (designer drugs) to nowe substancje, których działanie na organizm człowieka nie zostało do końca poznane i niezwykle łatwo je przedawkować. Lekarze często nie wiedzą jak postępować przy takim zatruciu.**

**Pojawiły się również nowe sposoby używania Nowych narkotyków –  nasączone śmiertelnie niebezpiecznymi środkami psychoaktywnymi liquidy używane są w  e-papiorosach lub  wapowaniu.**

Zażywanie ich może być śmiertelne oraz spowodować tzw. „gateway effect”, czyli sięganie po coraz bardziej uzależniające substancje.

Główny Inspektorat Sanitarny www.gis.gov.pl