

Młodzież, zdrowie, a substancje psychoaktywne

**WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA
W KATOWICACH**
ul. Raciborska 39, 40-074 Katowice, www.wsse.katowice.pl

DOPALACZE - WYPALACZE GROŹNE NARKOTYKI

Stosowanie dopalaczy jest coraz bardziej powszechne. Efekty działania są bardzo zróżnicowane w zależności od indywidualnych cech organizmu:

- poczucie niepokoju,
- bóle głowy,
- kłopoty ze snem,
- palpitacje serca,
- dezorientacja oraz poczucie załamania,
- ataki szału, łącznie z koszmarnymi halucynacjami i urojeniami, niekiedy porównywanymi do psychocyzy.

Dopalacze mogą również powodować chwilowe problemy z oddychaniem, zmęczenie, brak chęci do działania, problemy z koncentracją oraz stany lękowe.

Dopalacze, jak i inne substancje odurzające, niszczą przede wszystkim Ośrodkowy Układ Nerwowy i negatywnie wpływają na pracę mózgu.

Zażywanie dopalaczy może być początkiem uzależnienia!

NIE WYPALAJ SIĘ!

Alternatywa dla dopalaczy:
Oto kilka sposobów jak zapewnić sobie jasność umysłu i koncentrację przez cały dzień:

- zdrowo się odżywiaj - świeża nieprzetworzona żywność jest niezbędna dla dobrej pracy mózgu,
- pamiętaj o zjedzeniu rano najważniejszego posiłku dnia - śniadania,
- pij wodę regularnie przez cały dzień - pamiętaj że odwodnienie jest również przyczyną słabej koncentracji,
- w zdrowym ciele zdrowy duch - aktywność fizyczna poprawia funkcjonowanie pracy mózgu - poprzez wysiłek fizyczny wydzielają się hormony szczęścia - endorfiny.

Unikaj dopalaczy - zażywanie środków odurzających jest szkodliwe w każdym wieku, a spustoszenia, jakie się w dojrzącym organizmie nie da się naprawić.

DOPALACZE. GDZIE SZUKAĆ POMOCY?
INFOLINIA GŁÓWNEGO INSPEKTORA SANITARNEGO: 800 060 800

Substancja psychoaktywna (substancja psychotropowa)

oddziałuje na centralny układ nerwowy bezpośrednio
wpływająca na funkcje mózgu, czego efektem mogą być :

- czasowe zmiany postrzegania
 - zmiany nastroju
- zmiany świadomości i zachowania

Czym są „dopalacze”

„Dopalacze” to nic innego jak **nowe narkotyki**, których użycie stanowi bezpośrednie zagrożenie dla zdrowia i życia.

W zależności od typu produktu, imitują swoje nielegalne odpowiedniki: **środki stymulujące** (podobnie jak amfetamina), **euforyzujące** (jak tabletki ekstazy), **relaksujące** (jak konopie indyjskie), a **nawet psychodeliczne i halucynogenne** (jak LSD).



Czy nowe narkotyki „dopalacze” są produktami naturalnymi ?

Nie są. To produkty zawierające substancje chemiczne, działające psychoaktywnie na ośrodkowy układ nerwowy. Zażywając je wychodzisz ze śmiercią na spacer, z którego możesz już nie wrócić. Nawet, jeżeli trafisz do lekarza, może cię nie uratować, gdyż nigdy nie wiadomo jaka substancja była w danym „dopalaczu” i jaką można podać odtrutkę.



RÓŻNORODNOŚĆ POSTACI „DOPALACZY”

➤ SUSZ ROŚLINNY

➤ PROSZEK

➤ TABLETKA

➤ KAPSUŁKA



Nowe narkotyki o działaniu pobudzającym powodują:

- podwyższenie ciśnienia tętniczego krwi
- zaburzenia psychotyczne, którym towarzyszą halucynacje i pobudzenie
- zaburzenia pracy serca
- udar mózgu
- zawał serca

Nowe narkotyki reklamowane jako działające podobnie do marihuany powodują:

- „gonitwę” myśli, nerwowość, stany lękowe
- zaburzenia psychiczne
- wymioty
- podwyższenie tętna i ciśnienia krwi
- bóle w klatce piersiowej
- drgawki

Nowe narkotyki reklamowane o działaniu halucynogennym powodują:

- trudności w oddychaniu, sztywność mięśni
- uszkodzenie nerek
- silne pobudzenie psychoruchowe, niepokój, bezsenność, wahania nastroju
- przenikliwy lęk, panikę
- próby samobójcze



z życia wzięte...

Dopalacze znów trują [Echo Górnośląski Tygodnik Regionalny](#) | 14.10.2013 | Strona: 10 |

W sobotę, 5 października, ratownicy Wojewódzkiego Pogotowia Ratunkowego (WPR) zostali wezwani do mieszkania przy ul. Dobrawy w Pszczynie. Na miejscu udzielili pomocy 14-letniemu chłopakowi i 15-letniej dziewczynie. Oboje przyznali się do palenia środka o nazwie „Mocarz”. To dopalacz wywołujący groźne skutki. Powoduje panikę, dezorientację, halucynacje. Dla wielu jego amatorów już pierwszy z nim kontakt skończył się w szpitalu. Jak podaje WPR, nastolatkom z Pszczyny mieli utrudniony kontakt z rzeczywistością, momentami tracili przytomność. Zostali przewiezieni do Szpitala Pediatrycznego w Bielsku-Białej. Na miejscu była też policja, która zatrzymała osoby dorosłe, które prawdopodobnie „poczęstowały” nastolatków dopalaczem. Ratownicy Wojewódzkiego Pogotowia Ratunkowego przyznają, że coraz częściej są wzywani do osób będących po zażyciu dopalaczy. - To wynik ponownego wzrostu zainteresowania tymi groźnymi substancjami i ich coraz większej dostępności, zwłaszcza w Internecie. Z drugiej strony ludzie wiedzą, jak niebezpieczne są to środki i nie czekają z wzywaniem pomocy. Słusznie, bo w skrajnych przypadkach zażycie dopalacza może nawet skończyć się śmiercią - mówią ratownicy WPR w Katowicach.

Czy „dopalacze” są bezpieczne?

Nie, zażycie jakiegokolwiek „dopalacza” powoduje, że stajesz się królikiem doświadczalnym. Zazwyczaj po zażyciu narkotyku, bo „dopalacze” to groźne narkotyki, szybko następuje „zejście” objawiające się wyczerpaniem, zaburzeniami rytmu serca, nudnościami, niepokojem, stanami lękowymi. Nigdy nie masz pewności czy zażycie „dopalacza” nie skończy się śmiercią.



**Dopalacze są
nieprzewidywalnymi
narkotykami !**



Dopalacze są szczególnie groźne, bo nigdy nie wiadomo, jaki dokładnie posiadają skład.

Są produkowane po to,
aby ominąć obowiązujące zakazy antynarkotykowe.



Przemysł narkotykowy wprowadza na rynek nowe środki, które nie znajdują się na liście substancji zabronionych.

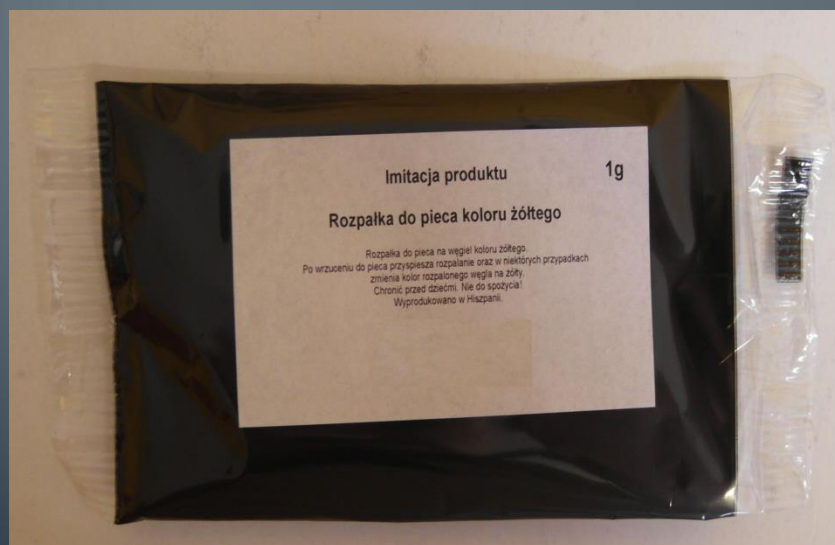
W laboratoriach nieustannie powstają nieznacznie zmodyfikowane pod względem struktury chemicznej środki.

Producenci tego rodzaju środków nie podają na opakowaniach ich składu chemicznego.



Na opakowaniach widnieje napis:

**PRODUKT KOLEKCJONERSKI NIE NADAJE SIĘ
DO SPOŻYCIA PRZEZ LUDZI !!!**



Nikt do końca nie wie jak naprawdę działają
dopalacze i do jakich skutków może
doprowadzić ich zażywanie.



W lipcu 2015 roku odnotowano w województwie śląskim tragiczny bilans zatruć, zmarły dwie osoby - 19-latek, który najprawdopodobniej przyjął substancję o nazwie "mocarz", oraz 24-latek w następstwie spożycia "rozpałki do grilla".

W całym województwie odnotowano ponad 800 podejrzeń zatruć dopalaczami, 550 osób trafiło do szpitali.



Dlaczego młodzież sięga po substancje psychoaktywne?

- ciekawość
- presja kolegów i koleżanek
- aspirowanie do dorosłości
- niezadowolenie z siebie i swojego życia
- konflikty i napięcia wewnętrzne
- problemy w szkole lub w domu
- robienie na przekór dorosłym
- brak atrakcyjnych sposobów spędzania wolnego czasu

Sygnały ostrzegawcze mogące wskazywać na zażywanie substancji psychoaktywnych

- nagła zmiana zachowania – stany euforyczne, depresyjne, porzucenie dotychczasowych zainteresowań, wyobcowanie z grupy rówieśniczej
- obniżenie wyników w nauce, brak chęci do podejmowania wysiłku, działania – syndrom amotywacyjny
- używanie kadzidełek i odświeżaczy powietrza

Najważniejsze sygnały mogące świadczyć o sięganiu po substancje psychoaktywne

- potrzeba posiadania większej ilości pieniędzy
- kradzieże, znikanie z domu różnych przedmiotów
- porzucenie uczestnictwa w życiu rodzinnym, rówieśniczym
- niepokojące zachowania po spotkaniach rówieśniczych, imprezach

Czy „dopalacze” uzależniają ?

Tak. Czasami wystarczy spróbować jeden, dwa razy, a zawartość „dopalacza” może spowodować nieodwracalne zmiany w układzie nerwowym człowieka i prowadzić do uzależnienia. Niektóre nowe narkotyki mogą mieć działanie silniejsze niż tradycyjne narkotyki. Osoby uzależnione od „dopalaczy” mogą doświadczać głodu substancji, a zaprzestanie ich używania zazwyczaj jest bardzo trudne.

Na mocy ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii na terenie Polski obowiązuje **zakaz wytwarzania, przywozu i wprowadzania do obrotu środków zastępczych oraz nowych substancji psychoaktywnych.**

Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii ogranicza również sprzedaż leków bez recepty, które w dużych ilościach mogą działać podobnie jak dopalacze.

Chodzi o popularne syropy na kaszel, leki na katar czy przeziębienie - produkty lecznicze zawierające pseudoefedrynę, dekstrometorfan lub kodeinę.



Okres dojrzewania jest dla młodych ludzi
czasem wyjątkowym - to okres buntu, kłótni, nieposłuszeństwa,
niezrozumienia.

Nastolatek próbuje się odnaleźć, błądzi, ciągle szuka.
Codziennie zmaga się z wieloma problemami, stresem, próbuje
znaleźć "odskocznię", próbuje sobie odpowiedzieć na pytanie

„kim właściwie jestem?”



Rodzicu pamiętaj!

Bliska relacja ze swoimi dorastającymi dziećmi, poznanie ich potrzeb, wspieranie w wejściu w samodzielne i odpowiedzialne życie oraz zwrócenie uwagi na to jak ogromną rolę odgrywa zwykła, codzienna, życzliwa rozmowa oraz jasne stanowisko rodziców wobec używania substancji psychoaktywnych, przestrzeganie ustalonych wspólnie zasad, może pomóc podjąć nastolatkowi decyzję: ***nie będę używał narkotyków.***



Więcej informacji na temat „dopalaczy” znajdziecie Państwo na stronie prowadzonej przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii.

www.dopalaczeinfo.pl

Nowe zagrożenie

„Dopalacze” Spotkanie z rodzicami w szkole – scenariusz zajęć – można znaleźć na stronie:
www.kbpn.gov.pl/wydawnictwa_on_line.htm



Antymarkotykowy Telefon Zaufania

czynny codziennie od 16.00 do 21.00



Antynarkotykowa Poradnia Internetowa
www.narkomania.org.pl

Gdzie szukać pomocy?

Informator na temat placówek udzielających pomocy osobom z problemem narkotykowym dostępny jest na stronie.

www.kbpn.gov.pl

RODZICE A DORASTAJĄCE DZIECI

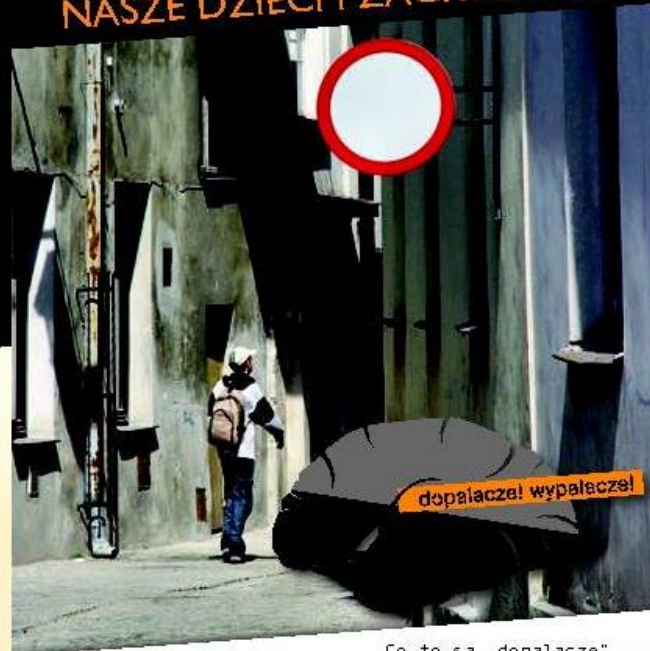
Okres dorastania przynosi zwykle trudne problemy dla samych nastolatków, ich rodziców, jak i całego otoczenia. Rola rodziców w tym okresie jest szczególnie trudna, dlatego warto jak najwcześniej budować dobre relacje z dziećmi, bo to jedno z ważniejszych narzędzi w wychowywaniu dzieci. Działania zaradcze rodziców w przypadku zagrożenia używaniem przez dziecko „dopalaczy” są takie same, jak przy innych zagrożeniach – na przykład picia alkoholu czy używaniu narkotyków.

Udowodniono, że największą moc chroniącą mac

- **Określający miedzy** (zawodowcy, politycy, naukowcy, biznesowi)
 - **zawodowcy** (zwłaszcza lekarze) – jest dla nich najważniejszą towarową tożsamością, z której się czerpią
 - **politycy** – z tegoż powodu (zaczynają, kończą jego funkcję) zobowiązani do skrajnie spójnego obrazu wartości
 - **biznesowi** – z tegoż powodu (zaczynają, kończą jego funkcję) zobowiązani do skrajnie spójnego obrazu wartości
- **Definiujący** (zawodowcy, politycy, naukowcy, biznesowi)
 - **zawodowcy** (zwłaszcza lekarze) – jest dla nich najważniejszą towarową tożsamością, z której się czerpią
 - **politycy** – z tegoż powodu (zaczynają, kończą jego funkcję) zobowiązani do skrajnie spójnego obrazu wartości
 - **biznesowi** – z tegoż powodu (zaczynają, kończą jego funkcję) zobowiązani do skrajnie spójnego obrazu wartości
- **Zapewniający dyscyplinę** (zawodowcy, politycy, naukowcy, biznesowi)
 - **zawodowcy** (zwłaszcza lekarze) – jest dla nich najważniejszą towarową tożsamością, z której się czerpią
 - **politycy** – z tegoż powodu (zaczynają, kończą jego funkcję) zobowiązani do skrajnie spójnego obrazu wartości
 - **biznesowi** – z tegoż powodu (zaczynają, kończą jego funkcję) zobowiązani do skrajnie spójnego obrazu wartości

Kampania Ministerstwa Zdrowia
i Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii

NASZE DZIECI I ZAGROŻENIA



Co to są „dopalacze”

W ostatnim czasie, kiedy częściej słyszy się o mediacji, a niejednokrotnie w najbliższym otoczeniu o substancjach lubich posiadających psychotropowe właściwości zbliżone do działania narkotyków. Są to produkty pochodzenia zarówno syntetycznego, jak i naturalnego, sprzedawane w sklepach internetowych lub poprzez sieć sklepów stacjonarnych. Sprzedawcą reklamą jest jako sprzedawca, pomagającą, wspomagającą, przeciwkancją (np. poprawiającą naszą pamięć, koncentrację uwagi) czy pozwalającą zrehabilitować się, jednocześnie produkując „dopalaczy” w ofercie handlowej zamierzającą informację, że są to produkty kolekcjonerskie, nawiązy do kwiatów czy sole do kąpieli, „nie do spożycia przez ludzi”.

Co robić gdy rodzi się podejrzenie, że dziecko używa "dopalaczy" ?

ulotka zawierająca informacje jak działać w takiej sytuacji, gdzie się zwrócić o pomoc, jak pogłębić wiedzę o samych środkach psychoaktywnych

*Ulotka wydana w ramach Kampanii Ministerstwa Zdrowia
i Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii*



DOPALACZE

Gdzie szukać pomocy?

800 060 800 Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego

116 111 Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

800 100 100 Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci

800 12 12 12 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

112 Numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej



WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KATOWICACH
www.wsse.katowice.pl

DOPALACZE - WYPALACZE GROŹNE NARKOTYKI

Stosowanie dopalaczy jest coraz bardziej powszechne.
Większość dopalaczy działa na Ośrodkowy Układ Nerwowy.
Efekty działania są bardzo zróżnicowane w zależności
od indywidualnych cech organizmu:

- **poczucie niepokoju,**
- **bóle głowy,**
- **kłopoty ze snem,**
- **palpitacje serca,**
- **dezorientacja oraz poczucie załamania,**
- **ataki szału, łącznie z koszmarnymi halucynacjami
i urojeniami, niekiedy porównywanymi do psychozy.**

Dopalacze mogą również powodować chwilowe
problemy z oddychaniem, znużenie, brak chęci
do działania, problemy z koncentracją
oraz stany lękowe.



Dopalacze, jak i inne substancje odurzające, niszczą przede
wszystkim Ośrodkowy Układ Nerwowy i negatywnie wpływają na
pracę mózgu.

Zażywanie dopalaczy może być początkiem uzależnienia!

NIE WYPALAJ SIĘ!

Alternatywa dla dopalaczy:

Oto kilka sposobów jak zapewnić sobie jasność umysłu
i koncentrację przez cały dzień:

- zdrowo się odżywiaj - świeża nieprzetworzona żywność jest
niezbędna dla dobrej pracy mózgu,
- pamiętaj o zjedzeniu rano najważniejszego posiłku dnia - śniadania,
- pij wodę regularnie przez cały dzień - pamiętaj że odwodnienie jest
również przyczyną słabej koncentracji,
- w zdrowym ciele zdrowy duch - aktywność fizyczna poprawia
funkcjonowanie pracy mózgu - poprzez wysiłek fizyczny
wydziela się hormon szczęścia - endorfina.

**Unikaj dopalaczy - zażywanie środków odurzających jest szkodliwe
w każdym wieku, a spustoszenia, jakie sięgają w dojrzewającym
organizmie nie da się naprawić.**



KURATORIUM
OŚMIATY
w Katowicach



WOJEWODA ŚLĄSKI

DOPALACZE. GDZIE SZUKAĆ POMOCY?
INFOLINIA GŁÓWNEGO INSPEKTORA SANITARNEGO:

800 060 800



A pregnant woman with long brown hair, wearing a light gray V-neck t-shirt, is smiling and holding a pink balloon. She is standing in a bright, modern kitchen with white cabinets and a blue cup on the counter. The background is slightly blurred, focusing on the woman.

PROWADŹ ZDROWY STYL ŻYCIA
I BĄDŹ NIEZALEŻNA!

**Nie pozwól odlecieć
swojemu szczęściu!**

A family of four is walking on a lush green grassy hill under a bright blue sky. A man in a light blue shirt and dark jeans is holding the hand of a young girl in a pink and white plaid shirt. The girl is holding the hand of a woman in a blue dress with white polka dots. A pink balloon is floating in the sky, and another one is visible in the background. The scene is bright and cheerful, with a sunburst effect in the upper left corner.

PROWADŹ ZDROWY STYL ŻYCIA
I BĄDŹ NIEZALEŻNY!

**Nie pozwól odlecieć
swojemu szczęściu!**

dopalaćże kradną życie



Ministerstwo
Spraw Wewnętrznych



Pa
PROFILAKTYKA o TY

**Więcej informacji można znaleźć
na stronie internetowej
Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania
Narkomanii**

<http://www.narkomania.gov.pl/>



www.wsse.katowice.pl



opracowanie:
Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna
w Katowicach
ul. Raciborska 39, 40-074 Katowice