

„Chrońmy nasze dzieci przed dopalaczami”

Termin „dopalacze” (ang. – smarts, legal highs, boosters) używany jest potocznie dla nazwania grupy różnych substancji (pochodzenia syntetycznego lub naturalnego) o rzekomym lub faktycznym działaniu psychoaktywnym, nieznajdujących się na liście substancji kontrolowanych przepisami o przeciwdziałaniu narkomanii.

Dopalacze to narkotyki. Tak samo działają na ośrodkowy układ nerwowy, powodując różnego rodzaju „odlot”. Tak samo, zwłaszcza po przedawkowaniu, mogą wywołać problemy z układem krążenia, powodować agresywne zachowanie, kilkudniowe depresje, problemy ze snem, zatrucia. I - co najgorsze – tak samo mogą prowadzić do uzależnienia.

Do tej pory handel „dopalaczami” był możliwy dzięki wykorzystaniu luk prawnych. Oficjalnie dopalacze są sprzedawane jako „artykuły kolekcjonerskie” z zaznaczeniem, że nie są przeznaczone do spożycia przez ludzi. Producenci na opakowaniach, a sprzedawcy w sklepie używają tego slangu. Zdejmuje to z nich odpowiedzialność za zatrucia dopalaczami.

Jak wyglądają dopalacze?

Dopalacze sprzedawane są w małych papierowych saszetkach z kolorową grafiką. Rodzic powinien wiedzieć, jak to wygląda. Oczywiście nie należy dziecku przeszukiwać szuflad, ale jego pokój to nie jest zamknięta twierdza, rodzic ma prawo zobaczyć, czy na półce nie leży coś podejrzanego i porozmawiać o tym z dzieckiem.

Dopalacze są różne.

Zioła:

- sprzedawane jako „nawóz dla roślin”. To syntetyczne odpowiedniki marihuany i haszyszu (kanabinoidy). Można je palić w skrętach albo małych fajkach – są również do kupienia w sklepach z dopalaczami.

Działanie: śmiechawka, rozluźnienie, stan błogości. Cena 20 – 30 zł za saszetkę.

Do tej kategorii należy znany z mediów tajfun.

Sole:

- biały proszek, odpowiednik amfetaminy. Zwykle wciąga się je przez nos. Można też zrobić roztwór i wstrzykiwać.

Działanie: stymulujące, energetyzujące. Cena 20-30 zł za saszetkę.

Pigułki energetyczne:

- działają stymulująco, podobne do amfetaminy. Sprzedawane w saszetkach po dwie-trzy sztuki, 25-30 zł za saszetkę.

Pigułki euforyczne:

- przypominają w działaniu kokainę – dają poczucie euforii, wielkiej mocy. 15 – 70 zł za saszetkę.

Pigułki psychodeliczne:

- odpowiednik LSD – powodują halucynacje, 40 zł za saszetkę z dwoma pigułkami.

Jak wygląda tzw. „zjazd”:

Zażyciu dopalaczy towarzyszą niepożądane efekty. „Zjazd” pojawia się po ustąpieniu fazy euforycznej.

- wzrost ciśnienia (nawet do wartości 255/220 przy normie 120/80),
- podwyższenie tętna (nawet do 190 uderzeń na minutę, gdy zwykle to około 70)
- znaczny wzrost temperatury ciała,
- stany lękowe (osoby pod wpływem dopalaczy słyszą głosy, widzą rzeczy, których nie ma, mają urojenia o charakterze prześladowczym),
- nieznośna ociężałość myśli, nierówny puls,
- mdłości, wymioty, duszności, drgawki, bezsenność, stany lękowe, paranoje,
- ucisk w czaszce, tachykardia (kołatanie serca), pobudzenie,
- halucynacje, objawy psychodeliczne, czasami ostra psychoza.

Czym to grozi?

Kołatanie serca, nierówna praca serca, duszności, wysokie ciśnienie tętnicze to nie są objawy, które można bagatelizować. Należy zrobić EKG, żeby sprawdzić, czy nie ma zmian niedokrwiennych serca, ale gorsze zdaniem specjalistów jest co innego. Podstawowy problem to zaburzenia zachowania. Agresywność, skłonność do prób samobójczych, łatwość wejścia w konflikt z prawem.

Co może rodzić?

Usiąść z dzieckiem i porozmawiać na temat dopalaczy. Że na pewno wie, że coś takiego jest, a my się w związku z tym boimy o nie, bo je kochamy. Co może wyjść z takiej rozmowy?

- może dziecko przyznać, że też się boi, że mu zaproponują,
- a może myślał, że to legalne, fajne i zdrowe,
- a może powie, że kiedyś próbował.

Co wtedy? – Nie wpadać w panikę, nie dramatyzować. Powiedzieć, co myślimy o dopalaczach, a nie oceniać dziecka. Bo największą wartością jest, żeby ono miało z kim o takich rzeczach porozmawiać, czyli z nami.

Rodzic może powiedzieć, że to dla niego straszna informacja. Bo dopalacze mogą zabić, uzależnić, uszkodzić organy wewnętrzne. Wyjaśnić, że handlarzom chodzi w tym tylko o pieniądze – uzależnienie klientów, żeby stale potrzebowali ich towaru.

Gdy dziecko wraca do domu zaćpane

Rodzice powinni zwracać uwagę na niepokojące objawy. Jeśli dziecko wraca wieczorem do domu i chyłkiem prześlizguje się do swojego pokoju, unika kontaktu. Albo wręcz przeciwnie – jeśli nagle ochoczo zaczyna wypełniać obowiązki, o które trzeba było z nim walczyć, np. chętnie wyprowadza psa, wynosi śmieci.

Fora internetowe są pełne takich porad: „rób wszystko, to starzy nie będą się czepiać”, „będą zadowoleni, że mają takie „dobre dziecko”. A takie zachowania mogą znaczyć, że dziecko jest już w drugiej fazie. Poeksperymentowało, a teraz dopalacze sprawiają mu frajdę, stara się o nie systematycznie. Co wtedy zrobić? Wziąć dziecko po dyskotecę, zapalić światło w pokoju i spojrzeć mu prosto w oczy. Nie po to, żeby sprawdzić, czy źrenice są rozszerzone, czy zwężone – takich testów już się dziś nie stosuje (po opiatach są zwężone, po stymulantach rozszerzone, rodzic tego nie rozpozna).

Każ mu zasłonić ręką jedno oko, a potem gwałtownie odsunąć rękę na bok (nie w dół, bo to zajmuje więcej czasu i źrenica ma więcej czasu na reakcję). Jeśli po tym teście źrenice są takie same, to znaczy, że nie reagują na światło, czyli dzieciak może być pod wpływem dopalaczy lub narkotyków.

Dziecko może odmawiać tego testu. Co się czepiasz? Nie wierzysz mi? Odpowiedzmy, że mamy zaufanie, ale jednocześnie się niepokoiśmy. Chcemy zrobić test, żeby uspokoić swoje lęki.

Rodzice boją się takich radykalnych posunięć, żeby nie stracić kontaktu z dzieckiem. Ale czy na pewno mają ten kontakt? Znają jego znajomych? Mają wpływ na to, jak dziecko spędza swój wolny czas?

Rodzicu!! zapamiętaj 5 objawów brania dopalaczy:

1. czerwony, jak burak /wzrost ciśnienia krwi/.
2. gorący, jak piec /wzrost temperatury ciała/.
3. ślepy, jak kret /mocno rozszerzone źrenice/.
4. suchy, jak pieprz /skóra sucha, jak papier/.
5. wściekły, jak tygrys w klatce /agresja/.

A jeśli stale bierze?

To mamy problem, o którym musimy porozmawiać – otwarcie, wprost, konkretnie, ale spokojnie. Należy ustalić pewne zasady i konsekwentnie ich przestrzegać:

1. ograniczyć udział w dyskotekach;
2. po powrocie do domu dziecko przychodzi się pokazać;
3. porozmawiać, dlaczego tak jest, że nie potrafi się bawić bez dopalacza – czy jest nieśmiały, zablokowany?

4. zapytać, jak mu w tym pomóc, jak go dowartościować, żeby czuł się pewniej?

A jeśli dziecko wtedy odpowie: - Wy też pijecie alkohol na imprezach! Co odpowiedzieć?

Po pierwsze: jak będziesz dorosły, ukształtowany fizycznie i psychicznie, odpowiedzialny za siebie i znający argumenty za i przeciw, będziesz chciał pić lub coś brać – to będzie twoja sprawa.

Po drugie: my pijemy alkohol, ale nie pijemy np. denaturatu. Ani nie wrzucamy do piwa pestycydów do uprawy roślin, bo może dadzą nam większy odlot.

Możemy też postawić dziecku warunek: idziemy do poradni uzależnień. Najważniejsze, żebyśmy na koniec rozmowy doszli do porozumienia. Ustalamy nowe zasady, od dziś koniec głupot i dajemy sobie białą kartkę.

Gdzie zadzwonić?

1. Ogólnopolski Narkotykowy Telefon Zaufania to: **801 199 990**, czynny codziennie od 16:00 do 21:00, połączenie płatne 35 gr. Ma w nazwie narkotyki, ale możemy dzwonić w sprawach związanych z dopalaczami, bo działają tak samo.
2. Można też zatelefonować do najbliższej poradni uzależnień albo tzw. punktu konsultacyjnego. Pracownicy chętnie udzielają telefonicznych porad, podpowiedzą, jak sobie radzić, poprowadzą przez tę trudną rozmowę albo podpowiedzą, jak doprowadzić do wizyty z dzieckiem w poradni.

Na zakończenie chcę powiedzieć, że po pierwszym użyciu dopalacza nikt się nie uzależni. Ale ani nie znamy działania tych substancji, ani nie możemy być pewni reakcji własnego organizmu. Nie wiemy, czy uzależnimy się po piątym razie, piętnastym czy pięćdziesiątym. Nie należy więc pozwalać dziecku na żadne „od czasu do czasu”, bo nie mamy nad tym żadnej kontroli. Uzależnienie przychodzi podstępnie. Ostatnią osobą, która je dostrzega, jest sam uzależniony.

APEL DO RODZICÓW!!!

Bądźcie czujni, zwracajcie uwagę na zachowanie swoich dzieci.

Rozmawiajcie nimi o ich problemach.

Sprawdzajcie gdzie i z kim przebywa, co pije, połyka lub żuje Wasze dziecko.

Zarówno dopalacze jak i narkotyki wprowadzane do organizmu mogą powodować zmiany we właściwym funkcjonowaniu dziecka w rodzinie i otoczeniu.