

avtor

DROGE

Projektna naloga pri predmetu informatika

Mentor:

Gimnazija
naslov

kraj, leto

UVOD

Droge so v našem času zelo razširjene. Z njimi se tako rekoč srečujemo vsak dan - posredno ali neposredno, zato je pomembno da tudi kaj vemo o njih in posledicah njihovega uživanja. Ne moremo reči, da se nas to ne tiče, saj je naša okolica prepredena z njimi. Mnogo je razlogov, zakaj kdo lahko začne uživati droge, a v končni fazi je to odločitev vsakega posameznika. Vpliv drog na družine, prijateljstva in druge zveze je lahko velik, prav tako pa tudi na vsakega uživalca. Ne moremo si zatiskati oči, lahko pa poskušamo obvestiti ljudi o drogah in

posledicah njihovega uživanja, in s tem tudi vsaj malo preperečiti njihovo razširjenost.

V tej seminarski nalogi želim predstaviti različne droge, vzroke in posledice njihovega uživanja...

KAJ JE DROGA?

V slovenščini je droga popularen in tudi v stroki pogosto uporabljen naziv za psihoaktivno (psihotropno) snov. Izraz drogiranje pa v žargonu pomeni uživanje oziroma uporabo takih snovi. Pogosto uporabljamo tudi besedo mamilo, ki pa ni povsem ustrezna, saj vse droge nimajo omamnega učinka. V slovenščini pomeni droga tudi surovino rastlinskega ali živalskega izvora, ki se uporablja v zdravilstvu.

Z izrazom droga označujemo snovi, ki vplivajo na spremembo našega počutja, mišljenja in vedenja. Te značilnosti pa imajo številne snovi, ki jih uporabljamo v različne namene. Zakon deli droge na tiste, ki so zakonite, oziroma njihovo imetje, jemanje, trgovanje z njimi ni kaznivo, in tiste, pri katerih velja naštetu za kaznivo dejanje.

Med zakonite droge lahko uvrščamo tudi različne vrste na počutje delujočih zdravil. Če jih uporabljamo za zdravljenje, kakor nam jih je predpisal zdravnik, potem so to zdravila, če pa jih jemljemo po svoji presoji, jih posojamo ali celo preprodajamo, pa postanejo droge. Nekatera od teh zdravil so še pod posebnim državnim nadzorstvom. Najstrožji je nadzor nad narkotiki (morfinom, kodeinom, metadonom), nekoliko blažji pa nad nekaterimi zdravili za zdravljenje duševnih motenj.

Med dovoljene droge sodijo alkohol, tobak, kava, in pravi čaj. Te droge nimajo posebne zdravilne vrednosti ali pa je ta zelo majhna, lahko pa so zelo škodljive ali prav tako povzročajo odvisnost. Naštete droge so pri nas najbolj pogoste. Pitje alkohola in kajenje cigaret sta pri nas široko sprejeti razvadi. Kljub prizadevanju nekaterim proizvajalcem alkoholne pijače (tudi vino) ne morejo veljati za hrano in ne prispevajo k našemu zdravju.

VZROKI IN ODNOS DO UŽIVANJA DROG

ZAKAJ MLADI JEMLEJO DROGE?

Razlogov je precej, seveda pa niso pri vseh enaki. Ponavadi gre za splet različnih dejavnikov (radovednosti, uporništva, težav pri vključevanju med vrstnike, želje po ugodju, bežanja pred slabim počutjem...) in povodov (pritiska vrstnikov, želj po dokazovanju, priložnosti, bolečine...). Pri tem so pomembni vedenje o drogah, odnos do uživanja slednjih in sposobnost samonadzorovanja. Mladostnik se za drogo odloči običajno zavestno. Začne jo poskušati, z njo eksperimentirati. Iz kroga poskuševalcev preidejo med pogostejše uživalce tisti, ki imajo v osebnotnem razvoju več šibkih točk, kar je seveda odvisno od življenja v družini, odnosov, ki vladajo v njej, in pozitivnih potrditev v širšem socialnem okolju. Pomembno je še, da nosijo v sebi pozitivno čustveno izkušnjo ali, bolje povedano občutek, da jih ima ali a jih je imel v življenju kdo zelo rad. Ali pa da so to zmogli v preteklosti. Tisti, ki teh upajočih predstav in izkušenj nimajo ali pa se jim le zdi, da jih nimajo (kar ni nujno v skaldu z resničnostjo), ne vidijo pravega mesta med vrstniki, v družini in širšem okolju sploh. Pri njih

eksperimentiranje z drogo pogosto preide v redno uživanje in kasneje v odvisnost.

Največkrat je vzrok za omenjene težave okolje v katerem mladostniki živijo; zaradi njega so mladi ranljivi in nesrečni. Živimo namreč v času pogostih stresnih okoliščin, v razmerah, ki vodijo v velike stiske. Mladostniki pa imajo še prešibke obrambne mehanizme, da bi lahko kljubovali takšnim negativnim vplivom in so tisti družbeni člen, ki nam najhitreje pokaže, da nekaj ni v redu. Statistični podatki kažejo, da večina zasvojenecv prihaja iz neurejenih družinskih okolij. Običajno so starši ločeni ali pa prezaposleni, da bi se dovolj ukvarjali s svojim otrokom. Vendar je ravno družina najpomembnejši preventivni steber. Tam, kjer družinski člani živijo drug z drugim, in ne drug mimo drugega, je verjetnost, da bo mladostnik posegel po drogah, veliko manjša.

Res je, da včasih niti urejena družina niti stabilen otrokov razvoj ne zadostujeta, da mladostnik ne bi poskusil te ali one droge, vendar je možnost da postane odvisnik manjša kot pri tistem, pri katerem dejavniki tveganja prevladujejo nad dejavniki zaščite.

Drugi preventivni dejavnik je urejeno socialno okolje. Če imajo mladi možnost konstruktivnega potrjevanja, kar pomeni, da se udeležujejo v različnih športih, kulturnih, zabavnih, humanitarnih in drugih dejavnostih, je verjetnost za ogroženost z drogami prav tako manjša.

Dejavniki tveganja, ki vplivajo na uživanje in na izbiro vrste droge, so lahko zelo različni in številni, kajti obstaja tudi več vrst uživalcev. To, kdo bo posegel po kaki vrsti droge, pričel z rednim uživanjem ali postal od nje odvisen, pa ni odvisno od same droge ampak tudi od številnih dejavnikov tveganja in zaščite, zato je potrebno pri reševanju posameznih primerov poznati okolje, kamor segajo korenine problema, ter medsebojno prepletenost raznovrstnih dejavnikov in drog.

Večina tistih, ki jih uživa droge, jih začne jemati v enem najbolj občutljivih obdobjih svojega življenja - adolescenci. Čimbolj zgodaj začnejo, tem večja je povzročena škoda.

Pomembno je zavedanje, da je ogrožen širok krog mladostnic in mladostnikov, saj droge ne poskušajo le tisti, ki izhajajo iz skupin z večjim tveganjem. Prav vse je potrebno vključiti v preventivne programe, da se seznanijo s pretečimi nevarnostmi in naučijo prevzemati odgovornost za lastno zdravje. Seznanjanje s problematiko drog je prinesel v zadnjih letih opaznejše pozitivne učinke, saj tovrstne programe danes izvajajo v večini slovenskih vrtcev in šol, na univerzi ter tudi v posameznih podjetjih. Le v ustreznih programih, v katerih naučijo otroke prepoznavati čustva, jih izražati, obvladovati in spoznavati se z drugimi, torej nasploh bolj polno živeti, lahko predstavimo tudi vsa dejstva o drogah, ne le neprijetna, tudi prijetna.

Žal pa programov za posebej ogrožene mladostnike še nimamo dovolj razvitih, zato mladostniki pogosto vzamejo drogo na način, ki je zanje bolj nevaren in morebiti celo usoden; že prvič se lahko okužijo ali vzamejo preveliko količino.

Danes bolj kot o vzrokih tveganja razmišljamo o dejavnikih tveganja, pri čemer je močno podcenjevana nevarnost uživanja dovoljenih drog slab zglede mladim tudi pri nas. Večina mladostnikov začne jemati droge iz hedonističnih nagibov, zaradi dobrega počutja in zabave. Lahko jih zanima tudi njihov učinek.

Hedonistični užitki in popuščanje vedenjskih zavor so seveda osnovni razlogi za jemanje drog tudi pri odraslih. Ravno tako ali morda še nevarneje je uživanje psihoaktivnih snovi, a bi se razbremenili negativnih čustvenih stanj, kot so dolgčas, osamljenost, žalost, vznemirjenost, jeza ipd.

Številni mladostniki se radi spuščajo v tvegane situacije. Predvsem v zgodnjem obdobju adolescence težko načrtujejo, tudi zaradi še nedokončanega kognitivnega razvoja - hitro spreminjajo svoje cilje in se težko odpovedo svojim željam. Žive za zdaj in tukaj. S težavo izražajo česa si želijo in kaj čutijo, še niso sposobni samostojnega mišljenja. So negotovi in njihovo samospoštovanje je na dokaj nizki ravni, počutijo se osamljene in se radi gibljejo v okolju, ki spodbuja jemanje drog. Številni izkusijo hude stresne situacije, kakršne so bolezen, izguba bližnjega, zloraba (čustvena, telesna ali spolna) in druge travme, na katere se ne zmorejo ali ne znajo ustrezno odzivati tudi zato, ker je izostala ustrezna strokovna pomoč.

Danes je torej potrebno dovolj zgodnje prepoznavanje mladostnikov, pri katerih je tveganje za uživanje drog večje.

DEJAVNIKI TVEGANJA IN ZAŠČITE

1. Dejavniki posameznika

- osebnostne značilnosti
- stališča in prepričanja
- dednost
- itn.

- družbene norme in ukrepi
- mediji
- tržišтво
- cena
- zakonodaja
- itn.

2. Medosebnostni in socialni dejavniki

- družina
- vrstniki
- šola
- osebnostne situacije
- policija
- lokalna skupnost
- itn.

4. Dejavniki drog

- lastnosti dovoljenih in nedovoljenih drog
- količina droge (doza)
- načini uživanja oz. poti vnosa (npr. kajenje, vbrizgavanje itn.)
- intenzivnost uporabe (pogostost uživanja)
- kombinacija drog
- itn.

3. Dejavniki okolja

ODNOS DO UŽIVANJA DROG

Odnos do uživanja drog se oblikuje vse življenje, še posebno ker marsikdo z njim zavestno ne razčisti in ga odriva v podzavest.

Najpomembnejši zgled so nedvoumno ljudje, s katerimi se mladostnik in mladostnica istovetita. Tisti pa, ki so ravnodušni do drog, so običajno tudi sami uživalci, najpogosteje alkohola in tobaka, in ker sami niso dober zgled, zelo težko prepričujejo o škodljivosti in nevarnosti drog.

Pri otrocih se izoblikuje odnos do drog ob tem, ko se sprejema pravilne odločitve na raznih področjih. Na njihove odločitve pa vplivajo tako starši kot prijatelji. Otroci vsakodnevno sprejemajo razne odločitve, ki ne vplivajo takoj in bistveno na njihovo oziroma življenje drugih okrog njih. Posledično pa takšne odločitve lahko izoblikujejo odnos do tehtnih življenjskih odločitev, kakršna je na primer uživanje ali neuživanje drog. Na vsako odločitev namreč vplivajo želje, potrebe, cilji in prepričanja.

Njegova odločitev se bo opirala na številne odločitve, ki jih je sprejemal pred tem in so posledica izoblikovanega odnosa do določenih vrednot, kot so zdravje, poštenost, samozavest, resnocoljubje ipd.

Zelo pomembno je tudi, da otrok ve, česa si želi. Če si je zastavil določen cilj, se lahko odloča v tej smeri. Priporočljivo je tudi premišljevanje o tem, kakšen bi bil rad. Ko bo razčistil s svojo samopodobo, se mu bo izoblikovala jasnejša podoba o vlogi droge v svojem življenju.

Skupna značilnost zasvojenцев je zelo nizka raven samospoštovanja. Druge značilnosti pa so težave pri prepoznavanju in izražanju čustev, zadržana agresivnost, težave pri sklepanju in vzdrževanju socialnih stikov.

UŽIVANJE DROG IN RAZVOJ ODVISNOSTI

Uživanje drog je zahrbtn in napredujoč proces, ki se začne z eksperimentiranjem in jemanjem droge zaradi druženja (socialna raba). Naslednji korak je uživanje drog z namenom, da bi vplivali na svoje počutje in vedenje. Ko uživanje drog preide v navado postane osrednje gibalno mladostnikovega sloga.

Prejšnji interesi izginejo, novi prijatelji nadomestijo stare, odvisnost od drog postane novo, "normalno" stanje. Te korake pri uživanju drog je treba pravočasno prepoznati, če hočemo, da bo zdravljenje ustrezno in uspešno. Vendar se po intenzivnosti dostikrat močno razlikujejo in so pogosto meje med njimi zabrisane.

FAZA EKSPERIMENTIRANJA

Radovednost in hlepenje po nevarnostih, ki ženejo mladostnike in mladostnice, sta osrednja vzroka za začetno uživanje drog. Ponavadi botruje slednjemu še pritisk vrstniške skupine.

Mladostnik želi vzeti droge zaradi poskusa in da se potrdi. Poprej ga nekateri vrstniki prepričujejo, naj le začne. Navadno najprej užije dovoljeno drogo in še to v manjši skupini. Bližnji ugotovijo, da se drugače obnaša in veliko mu pomeni družba vrstnikov. Dobi si nove prijatelje, pogosto starejše od sebe, ali pa ostane v stari družbi, če tudi ta začne jemati droge. Značilno je uporniško vedenje do staršev in avtoritet nasploh, hitro menjavanje razpoloženja, prostaško izražanje, neodgovornost do raznih obveznosti in pouka. Le redko se pojavijo kake telesne spremembe.

Starša navadno ne zaznata ničesar ali pa opazita občasno evforično vedenje.

Zahrbtnega učinkovanja droge se mladostnik ne zaveda. Zanj je v začetku bol pomembno vzburjenje kot sam učinek drog, ki ga uživanje prinaša. Izkušnje včasih niti ne znajo dobro opisati, pa čeprav je pogosto neprijetna, tako v telesnem kot duševnem smislu. Sporočilo okolice in vrstnikov pa se pogosto glasi: "Ljudje pač droge jemljejo."

Dostikrat se vzrokov za uživanje drog ne da ugotoviti. Ker so lahko dostopne, jih marsikdo poskusi. Gotovo je takšno početje hudo nevarno, saj uživalec spozna, kako droge vplivajo na počutje in vedenje; če mu je to učinkovanje všeč, utegne zaiti pozneje v resne težave.

FAZA SOCIALNE RABE

V tej fazi drogo uživajo predvsem v raznih okoliščinah, v katerih se želijo zgledovati po skupini vrstnikov. Mladostnik zaznava spremenjeno vedenje in razpoloženje, ki po učinkovanju droge premine in postane spet "normalno". Utegnejo se pojaviti preveliki odmerki. Ker pa sicer ne prepoznata motenj zaradi uživanja drog in ker tega ne zaznajo niti svojci, še ne občutijo kakih posebnih težav in menijo, da jih jemanje drog prav nič ne ogroža. Morda se temu ali onemu zdi, da ni sposoben za vožnjo motornega vozila.

Za opozorilna znamenja se ne meni ali jih odriva v podzavest.

Socialno rabo drog mladostniki skrivajo pred odraslimi, saj pripada njihovi subkulturi in zadeva njihov svet. Ne verjamejo, da utegnejo negativne posledice jemanja drog zajeti tudi njih.

V tej fazi mladostnik droge že kupuje, vendar jih jemlje le občasno, po navadi le ob koncu tedna. Pred starši, učitelji in staro družbo skuša ohraniti prejšnjo podobo. V družbi prijateljev, ki jemljejo droge, se povsem spremeni. Čeprav morda še uspešno prikriva svoje početje, se od staršev čustveno oddalji. Marsikdo je še vedno uspešen v šoli ali pri drugih dejavnostih, kar mu vzbuja občutek, da jemanje drog še obvladuje. Vse bolj je prežet s subkulturo drog, prej moteče vedenje se sedaj utegne celo

umiriti. Vse pogosteje se umika iz družine, včasih le v svojo sobo in k poslušanju glasbe. Lahko se pojavijo pri znaki amotivacijskega sindroma, ki se kažejo v obliki lažje depresije, izgube interesov in pomanjkanja vsakršne motivacije. To je pravzaprav eno najpogostejših znamenj jemanja droge, ki se pojavlja pri kajenju marihuane.

FAZA INSTRUMENTALNE RABE

Ob ponavljajočih se poskusih uživalec pridobiva izkušnje, kako droga vpliva na vedenje in čustvovanje. Z njo se da čustva in ravno tako tudi drugačno vedenje zavreti ali spodbuditi. Ključno za to fazo je iskanje posebnih čustvenih ali vedenjskih stanj. Pomembno je ugotoviti motiv, ki mladostnika žene pri tem iskanju.

Pri jemanju iz **hadonističnih** (užitkarskih) nagibov gre za iskanje ugodja, želje po boljšem počutju in bolj sproščenem vedenju. Pri pozitivnih izkušnjah se pojavi potreba po ponovnem jemanju. Negativnih izkušenj ni veliko, niti tedaj, ko prenehajo droge spremenjeno učinkovati. Okolica uživanje že prepozna in tudi vedenje je drugačno. Šolski uspeh se poslabša, šolski izostanki so pogostejši. Otrok se upira družinskim pravilom. Starši so pogosto v zadregi, saj ne vedo, ali gre za običajne spremembe, ki so morda del normalnega razvoja, ali pa za kakšno vedenjsko motnjo.

Pri **kompensacijski** rabi mladostnik uživa drogo zato, da lažje prebrodi stresne situacije in prežene neprijetna čustva. Gre za neke vrste "samozdravljenje" anksioznih, tesnobnih stanj. Kar se je začelo iz radovednosti in kot "štos", postane način, kako preživeti slab dan, pozabiti na kak konflikt, pregnati dolgčas ali zmanjšati stres.

Kompensacijska raba ima drugačne korenine kot hedonistična, čeprav je vedenje uživalca na zunaj podobno. Tisti, ki droge jemlejo primarno, iz želje po ugodju, morajo najti nove poti do ugodja in sproščenosti. Tisti, ki z drogo olajšajo svoje probleme, pa potrebujejo drugačne tvorne izkušnje, kako se da težave razreševati, preprečevati in z njimi živeti. To je obdobje, ko se začnejo pobegi od doma ali tovrstne grožnje. Pogoste so kraje denarja staršem in sorodnikom ali pa tatvine po trgovinah in drugod.

HABITUALNA FAZA

Habitualna faza se ne razlikuje od instrumentalen le v pogostosti uživanja, ampak tudi ker se pojavijo simptomi bolezenske odvisnosti. Seveda med njima ni stroge ločnice, gre za megleno področje, v katerem se uživalec bojuje za samonadzor in mu življenje uravnava psihoaktivne snovi, ključno za to fazo je *prilagajanje*. Čustveno stanje se po prestanem učinkovanju ne normalizira, ampak se pojavi rahla depresija, težave v koncentraciji, motnje pri spanju, nemir. Uživalec se zaveda razvijajoče se odvisnosti in si postavlja pravila, ki pa se jih ni sposoben držati. Tolaži se, da se je za uživanje drog odločil sam in se prepričuje, da je zato srečnejši in da laže razrešuje svoje težave.

Toleranca naraste, pri drogah, ki povzročajo tudi telesno odvisnost, pa se ob neuživanju pojavi bolezenski odziv organizma s t.i. odtegnitvenimi znaki.

KOMPULZIVNA FAZA - STANJE OBSEDENOSTI Z DROGAMI

Sedaj je uživalec že docela odvisen in obseden z željo po drogi. Nanjo je navezan edin odnos, ki ga še zmore. Vsak nadaljnji poskus nadzorovanja droge, ki je neuspešen, pa še bolj zniža njegovo samospoštovanje. Prežemata jih sram in obup, razmišljajo o samomoru, veliko pa jih to tudi napravi.

Droge niso več zabavne, mladostnik ima različne telesne težave, težave s svojci, dostikrat pusti šolo ali službo in krši zakone. Jemanja drog ne skriva več.

Videz je depresiven, obrazna mimika borna, zanemarjenost očitna. Pojavljajo se značilni simptomi, na primer kronični kašelj, zamašen nos, pogosti so preveliki odmerki, in flash-back stanja (občutki, ko da bi drogo ravnokar vzela, čeprav je od zaužitja minilo že precej časa - predvsem pri marihuani in LSD).

ODVISNOST

Strokovnjaki so ugotovili, da je potreba po opojnih snoveh in odvisnost od njih posledica kemičnih procesov v telesu. Možgani namreč tvorijo endorfine, ki telesu služijo za obrambo proti telesni in duševni bolečini, človeku pomagajo pri premagovanju frustracij in reševanju problemov. Določene droge, kot je naprimer heroin, so na las podobne endorfinom in so zanje odlično nadomestilo. Zato je največ možnosti, da postanejo uporabniki

drog in odvisniki od njih otroci in mladi, ki jim starši dopuščajo vse, jim ne postavljajo omejitev in okvirov, temveč jih 'zavijajo v vato' in jih ščitijo pred frustracijami in neprijetnimi življenjskimi situacijami. Možgani teh mladostnikov namreč ne tvorijo dovolj endorfinov in zato kaj hitro posežejo po nadomestilih, ki jim omogočajo navidezno obrambo pred zunanjim svetom.

Druga skupina ljudi, ki so bolj kot ostali podvrženi odvisnosti od drog, so tisti, ki so se preobčutljivi že rodili. Mladostnik ima težave s policijo, je zanemarjen in večkrat oboleva. Starša naredita križ nad njim, ga odženeta od doma, prenekaterokrat se ločita.

Žrtev odvisnosti ni obsesivno le vezana na drogo, ampak je tudi obsesivno sebična. Starši in prijatelji, ki so tudi večkrat izigrani, menijo, da to ni več ista oseba. Odvisnik je agresiven, depresiven, vzdražljiv in apatičen. Z arogantnostjo se nezavedno brani pred izgubo samonadzora. V sebi je obupan, na zunaj pa kaže uporniško brezbržnost. Izgubo nadzora poskuša nadomestiti tako, da nadzira druge.

V tem stanju začne pogosto iskati pomoč.

ZUNANJI ZNAKI DELOVANJA DROG

Zunanji znaki delovanja drog so zelo različni in odvisni od vrste zaužite droge ali kombinacij drog. Kako intenzivni so učinki delovanja drog in koliko časa trajajo, pa je zopet odvisno od več dejavnikov, in sicer od količine droge ter od duševnega in telesnega stanja pred zaužitjem droge. Odločilna je tudi navajenost na določeno drogo.

Zunanji znaki nam ne morejo pokazati katero vrsto droge je uživalec jemal, lahko pa nam pokažejo, da je pod vplivom določenih kemičnih sredstev. Eden od značilnih pogostih zunanjih znakov pri zaužitju različnih psihotropnih snovi je *sprememba razpoloženja*.

Sprememba razpoloženja

- pretirana vedrina
- evforija
- poudarjeno izražanje zadovoljstva
- nestvaren optimizem

Telesne spremembe

- slab spomin, težave s koncentracijo, kratka pozornost
- slaba telesna kondicija, nepovezan govor, jecljanje
- nezdrav videz, zanemarjenost
- pordele oči, razširjene zenice, dolgotrajen nahod in kašelj, močno povečan ali zmanjšan apetit in hitra sprememba telesne teže

Spremembe v vedenju v šoli

- padec uspešnosti v šoli
- pogosto izostajanje
- motiviranost dokaj nenadno pade ali pa niha
- razpoloženje in sodelovanje izrazito nihata in se spreminjata od začetka proti koncu pouka

Spremembe v obnašanju

- neposlušnost (laž, kraja, goljufija), težave s policijo
- novi prijatelji
- težave z denarjem
- izginjanje zdravil iz domače lekarne
- pogosto izposojanje denarja doma ali zunaj doma
- nošenje sončnih očal in dolgih rokavov v zato neprimernem obdobju (s tem želi mladostnik prikriti vbode v roko, razširjene zenice ali pordele očesno veznico)
- pogosti kratki telefonski klici
- hitro spreminjanje razpoloženja
- upad motivacije, energije, samodiscipline, samospoštovanje
- nedejavnost v prostem času, zmanjšano zanimanje za hobije

Nekateri načini za izražanje stiske

- uničevanje predmetov
- razdiralno vedenje
- prisvajanje tujih predmetov
- spuščanje v konflikt z učitelji in sošolci
- pojavljanje v šoli v opitem stanju ali pod vplivom droge

NEVARNOSTI

Droge, ki so na zabavah popularne lahko pripeljejo do resnih težav z zdravjem.

PREVELIK ODMEREK (OVERDOSE)

Do predoziranja pride ob recidivu po vzdrževanju abstinence, ob močnejši koncentraciji droge na tržišču, po nesreči, pri ljudeh, ki drogo šele začinjajo jemati, in ob poskusih samomora.

Preprodajalci redčijo droge z raznimi, tudi škodljivimi snovmi, da bi več zaslužili. To pogosto pelje k predoziranju.

Do predoziranja pogosto pride pri vbrizgavanju droge, lahko tudi pri njuhanju in seveda pri zaužitju. Kajenje je manj nevarno.

PREGRETJE ALI VROČINSKI UDAR

Zaradi samega učinka simulantne droge in plesanja v vročem slabo prezračnem prostoru, pride do zvišanja telesne temperature. Pri vročinskem udaru se le ta dvigne od normalne, ki je nekje med 36.6 do 40 stopinj celzija, krepko čez 40 stopinj celzija, kar je za telo lahko usodno.

V telesu so mehanizmi, ki skrbijo za uravnavanje telesne temperature, na primer s potenje, ki pa lahko odpovejo, tudi zaradi učinka droge. Lahko nastopi vročinski udar, ki je lahko smrtno nevaren. Temperatura telesa se začne nekontrolirano dvigovati in privede do raznih zapletov, kot so odpoved ledvic in ostalih organov, odpoved srca in splošnega, nekontroliranega strjevanja krvi.

Znaki vročinskega udara:

- mrzlica
- ježenje kože
- vrtenje v glavi
- rdeča, topla, suha koža (kaže na prenehanje potenja)
- vročinski krči
- težave pri uriniranju
- zmedenost ali celo nezavest

MOŽGANSKI EDEM (OTEKLINA MOŽGANOV)

V zadnjem času pogost vzrok smrti kot posledica zaužitja stimulantnih drog. Nastane zaradi pretiranega vnosa ode v telo.

Pot, ki je sestavljen iz vode in soli, znižuje telesno temperaturo. Če telesu vračamo samo vodo, soli pa ne, pride do nekakšnega pomanjkanja le te in "razredčevanja" krvi. Ker je znotraj celic količina vode in soli enaka kot prej, začne zaradi stremenja telesa po ravnotežju, voda iz tam, kjer jo je več, tja kjer jo je manj, vdirati v celice. celice zatečejo in se povečajo. Možgani, ki so obdani s trdo lobanjo, pa ob povečanju zvišajo pritisk v lobanji in pride do nepopravljivih okvar.

Znaki možganskega edema:

- krči
- bruhanje
- zmedenost, nezavest

ODPOVED SRCA

Lahko je direktna posledica simulacijskih učinkov droge ali posledica kombinacije droge, velike telesne aktivnosti, ter zvišane telesne temperature. Nevarna je zlasti pri ljudeh, ki so preboleli bolezn srca.

SRČNI INFARKT

Lahko je posledica kokaina, ki povzroča nenadna skrčenja venčnih žil, poveča tvorbo krvnih strdkov ter zveča krvni tlak. Že dan ali nekaj dni po uporabi kokaina lahko nastopijo bolečine v prsih, ki se širijo v roke in vrat.

MOŽGANSKA KAP

Zaradi zvišanja krvnega tlaka in povečane tvorbe krvnih strdkov, kar je posledica zaužitja stimulantnih drog (ekstazi, speed, kokain) lahko nastane možganska kap

Znaki možganske kapi:

- omotica
- glavobol
- zmedenost
- motnje motorike

ODPOVED LEDVIC

Zaradi aktivnega, dolgotrajnega plesanja in zvišanja telesne teperature pride do razpadanja aktivnih mišičnih vlaken, predvsem v nogah, katerih presnovki pa se nato izločajo prek ledvic. Ti precej veliki delci lahko privedejo do zamašitve ledvičnih cevčic. Zaradi dehidracije krvni tlak močno pade, kri ne prehranjuje več ledvic, te pa nato odmrejo.

Znaki grozeče odpovedi ledvic:

- temen seč
- bolečina v spodnjem delu hrbta
- težave pri uriniranju
- zmedenost, nezavest

ODPOVED JETER

Lahko nastopi zaradi pregretja telesa, direktnih strupenih učinkov droge ali alergičnih reakcij na drogo, ki prek različnih mehanizmov povzročijo odpoved jeter in ledvic.

ZASTOJ DIHANJA

Do zastoja dihanja pride pri predoziranju s heroinom ali kokainom ali pri možganskem edemu. Ker človek ne diha, v telo ne pride dovolj kisika, nujno potrebnega za življenje.

DEHIDRACIJA

Dehidracija je pogost pojav, do katerega pride zaradi večje izgube tekočin iz telesa kot jih telesu dodajamo.

Znaki dehidracije

- vrtenje v glavi
- omotičnost
- rahla zmedenost

Ob dodajanju napitkov z zadostno količino snovi znaki minejo.

VRSTE DROG

Droge poleg dovoljenih in nedovoljenih ločimo še glede na izvor in način obdelave, glede na obliko in glede na način njihovega uživanja.

Droge glede na izvor in način obdelave

- **naravne droge:** opij, konoplja, listi koke, halucinogene gobe, pejotl
- **polsintetične droge:** kokain, morfin, heroin
- **sintetične droge:** amfetamin, metamfetamin, MDA, MDMA (ectasy), MDE, LSD, zdravila.

Glede na obliko drog ločimo droge, ki se pojavljajo v obliki **prahu, zrnca, razstopin, olja**. Droge so vsebovane tudi v delih rastlin. V obliki **ampul, svečk, prahu, tablet**, razstopin se pojavljajo predvsem heroin, hašiš, kokain, ectasy in druge. V obliki **cigaret, pivnikov, sladkorja** in drugih predmetov, ki so prepojljivi, pa se pojavlja predvsem LSD.



Igla za vbrizgavanje droge

Glede na način uživanja drog pa jih delimo na tiste, ki se vbrizgavajo, vdihavajo, njuhajo in uživajo oralno ali rektalno.

Uživalci si *vbrizgavajo* v telo predvsem heroin, kokain, amfetamine.

Marihuana, hašiš, kokain, heroin, tobak se *njuhajo*, *vdihavajo* ali *kadijo*.

Crack se *kadi*.

Organska topila se *vdihavajo*.

DOVOLJENE DROGE

KOFEIN



Kava vsebuje kofein

To je droga, s katero ljudje najprej pridejo v stik. Prisoten je v večini kola pijač, čokoladi, čaju in kavi. Kofeinizem, ki je klasificiran kot bolezen, povzroča, odvisno od doze, nemir, vzburjenje, nespečnost, obrazno rdečico.

TOBAK



Cigarete

udejstvovanje, zmožnost porabe vitamin C, pojavijo pa se tudi obolenja v ustni votlini.

Kajenje prinaša hiter občutek ugodja, saj se droge preko pljučnega obtoka dosežejo učinek že v manj kot pol sekunde.

To je rastlina, iz katere pridelujejo cigarete, cigare, žvečilni tobak, tobak za pipe in za njuhanje. V cigarah je veliko škodljivih snovi, najpogostejše so katran, nikotin, ki je najbolj škodljiv, in ogljikov monoksid. Kajenje lahko povzroča pogostejšo obolevanje kot pri nekadilcih, pogosto kašljanje, zmanjša se kapaciteta pljuč, zmožnost za športno

Dolgoročne posledice kajenja so:

- srčni infarkt
- pljučni rak
- pljučni emfizem
- rak ustne votline, ustnic in grla
- rak sečnega mehurja

ALKOHOL



V majhnih količinah sprošča, rahlja zavore. Kadar človek pije je pod vplivom alkohola, izsuši telo, voda iz telesnih celic vstopi v kri, kar je slabo za kožo, in obraz zateče.

Učinki so odvisni od količine popitega alkohola, telesne teže, prehrane, psihičnega razpoloženja in hitrosti pitja. Preveč alkohola povzroča pijanost, katere znaki so težave pri govoru, hoji, spominu, neustrezno presojanje, slabost v želodcu, bruhanje, koma in nezavest. Lahko se pojavi ciroza jeter, odvisnost od alkohola, bolezn srca, srčni infarkt, želodčni rak, rak ustne votline, ohromitev možganov,

duševne bolezni, govorne težave, otečenost možganov, nastopi pa tudi lahko zastrupitev z alkoholom.

Koncentracija alkohola v krvi g/kg (promili)	Učinki alkohola	Količina popitega alkohola (za ženske veljajo polovične vrednosti)
0,00	Zakonska omejitev za vožnjo za mlade in poklicne voznike	
0,2 do 0,5	Sprostitev: Rahlo zavirata možganska aktivnost, zato občutek sproščenosti. Zakonsko dovoljena količina alkohola za vožnjo (z izjemo mladih in poklicnih voznikov), čeprav je pri nekaterih sposobnost za vožnjo lahko že okrnjena.	1 do 2 merice/ uro ali 3 merice/ 2 uri ali 4 merice/ 3 ure
0,5 do 0,8	Zmanjšana kontrola: Izguba zavora, ki se jo pogosto zamenjuje s stimulacijo. Poveča se pripravljenost za tveganje, lahko tudi agresivnost in zanesljivo ni več mogoče varno voziti.	3 do 4 merice/ uro ali 5 meric/ 2 uri ali 6 meric/ 3 ure
0,9 do 1,5	Nekoordiniranost: Zastrupitev, sposobnost koncentracije in koordinacije bistveno zmanjšana, posebej za vožnjo in delo s stroji.	5 do 6 meric/ uro ali 7 meric/ 2 uri ali 8 meric/ 3 ure
1,5 do 2,0	Sedacija: Ekstremna upočasnjenost in pijanost, že se pojavljajo motnje zavesti.	7 do 8 meric/ uro ali 9 meric/ 2 uri ali 10 meric/ 3 ure
2,0 do 2,5	Zaspanost: Alkohol bistveno zmanjšuje budnost, ponavadi ljudje zaspijo, že popiti alkohol se še absorbira, možnost zadušitve.	8 do 9 meric/ uro ali 10 meric/ 2 uri ali 11 meric/ 3 ure
2,5 do 3,0	Anestezija: Ne le spanje, temveč nesposobnost zaznavanja bolečine in drugih močnih dražljajev in le še drobna črta vas loči do smrti.	9 do 10 meric/ uro ali 11 meric/ 2 uri ali 12 meric/ 3 ure
3,0 do 4,0	Koma	10 do 12 meric/ uro ali 13 meric/ 2 uri ali 14 meric/ 3 ure
4,0 do 5,0	Smrt	12 do 15 meric/ uro ali 6 meric/ 2

		uri ali 17 meric/ 3 ure
--	--	-------------------------

OPAJALA, H LAPNE SNOVI

Anestetični plini, organska topila v lepilih, barvah, razredčilih, lakih, pogonskih plinih delujejo opojno. Vdihavajo jih predvsem zelo mladi, okoli desetega leta, pozneje jih večina preneha ali preide na druge droge.

Občutek je podoben alkoholnemu opoju, zmanjšuje občutek za bolečino, uživalec je zlo miren, lahko bruha in boli ga glava.

Vdihana topila so strupena in lahko uživalcu povzročijo škodo.

Pri nekaterih se lahko razvije poleg psihične tudi telesna odvisnost.

ZDRAVILA

Odvisnost povzročajo pomirjevala in uspavala, ter zdravila za zdravljenje bolečin, epilepsije in parkinsonove bolezni. Mnogo ljudi teh zdravil ne jemlje kot jih je predpisal zdravnik, zato jih pogosto vzamejo preveč, toleranca se veča in dnevna doza se lahko poveča tudi do 40-krat.

PREPOVEDANE DROGE

MARIHUANA, HAŠIŠ, THC



Vsebujejo mnogo psihoaktivnih snovi in se lahko uživajo na različne načine

Marihuana, THC in hašiš so iz posebnih vršičkov in listov posušene ženske konoplje

Učinki so težko predvidljivi in odvisni od pričakovanj. Lahko povzročijo odmaknjeno sanjarjenje, občutek blaženosti, boljše zaznavanje in občutek hitrejšega razmišljanja. Pri

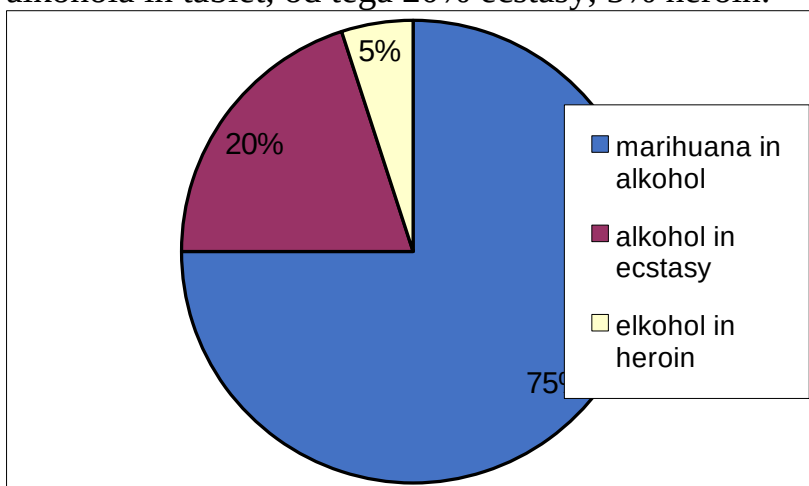
List konoplje

uživanju večjih količin se razigranost stopnjuje do vznosenosti, nastopijo izbruhi neobvladljivega smeha, motnje v vidnem, slušnem in telesnem zaznavanju časa.

Zapoznili učinki se kažejo kot pospešeno dihanje, suha usta, pordele oči, splošna slabost, blage motnje v ravnotežju, motorične motnje.

Pri rednem uživanju se lahko pojavita telesna in psihična odvisnost. Pri dobri desetini se pojavi amotivacijski sindrom

Kajenje marihuane oz. hašiša je močno povezano s kajenjem cigaret in opijanjem, pri nekaterih mladostnikih pa tudi z uporabo drugih drog. Leta 1999 je bilo med mladimi, ki so v zadnjem mesecu kadili marihuano, 75% v tem času opitih najmanj enkrat, 25 pa jih je že jemalo kombinacijo alkohola in tablet, od tega 20% ecstasy, 5% heroin.



LSD (TRIP)



LSD je psihedelična droga, kar pomeni, da spreminja zaznavanje ali doživljanje okolice. Nastane v kemičnem laboratoriju, ko iz rženega rožička izločijo črn glivični izrastek, ki je osnovna substanca za pridobivanje LSD. Pojavlja se v obliki raznobarnih drobnih tabletk in prepojenih pivnikov. Učinki delovanja so slinjenje, siljenje k bjuvanju, potenje, vrtoglavica, motnje čustvovanja in razpoloženja, motnje zaznavanja, predstavljanja, mišljenja. Posledice so kratkotrajno stanje paničnosti, potrnost, dlje časa trajajoče stanje depresivne naveličanosti in razmišljanje o smrti.

LSD v obliki tabletk

KOKAIN



Kokain

Najdemo ga v listih grma *Erythroxylon coca*, ki raste v Latinski Ameriki, in je najstarejše znano poživilo. uporablja se tudi v medicini, npr. za ohranjanje roženice. Ri učinkih delovanja gre za troje razpoloženj, ki se pojavijo pri rednem uživanju, in sicer evforičnost, opojnost in depresivnost. Po dolgotrajnejšem uživanju povzroči impotenco, oslabi delovanje jeter, pri tistih, ki ga njuhajo, uniči nosno

sluznico, zmanjša tek, ter zasvojenca docela telesno in psihično izčrpa.

Je bel prah, ki ga uživalci večinoma njuhajo skozi nos, ali pa ga raztopijo v vodi in ga vbrizgajo v žilo. najpogosteje se pojavlja v stekleničkah za zdravila, raznih vrečkah ali pa je zavrt v folijo.

Najvidnejši znaki uživanja kokaina so izguba telesne teže, zanemarjenost, pogosto krvavenje iz nosu, rdečkasta koža, razširjene zenice, napad krčev, kurja polt, mrzlica, driska, zaprtost in povečano delovanje srca.

CRACK

Crack je kokainska baza in je podoben drobcem belega kamna, zato ga nekateri imenujejo tudi rock. Crack pa ga imenujejo zato, ker pri kajenju ustvarja pokajoč zvok. Netopen je v vodi, in ima podobne učinke kot kokain, vendar mnogo hitreje in močnejše. Učinek se pojavi že po pol minute in učinkuje eno uro. Najbolj vidni učinki cracka soopekline dihalnih poti, poškodbe sluznice, ustnic, bronhijev, bolečine v prsih, poškodbe dihalnih organov, poškodbe srca in srčnega ožilja.

Psihične posledice so občutek strahu, zasledovalna blaznost, depresija, halucinacije, apatičnost, razdražljivost.

Posledice prenehanja uživanja so slabost, pomanjkanje apetita, napadi kašlja, hripavost, omedlevica, prestrašenost, depresija, tresenje, nespečnost.

OPIJ - MORFIN, HEROIN



To je skupno ime za droge, ki imajo v glavnem podobne učinke in jih dobimo z zarezovanjem glavice vrtnega maka. Poleg opija vsebujejo še morfin, heroin, kodein in nekatere druge alkaloidne.

Pomirjajo bolečino, strah, napetost in neugodje. Za uživalce tako pomemben val odrešitve od trpljenja se kaže kot nekajminutni val ugodja. redne uživalce pomirja, jim daje občutek varnosti, toplote in brezskrbnosti, imajo pa težave s koncentracijo in lahko se pojavi srbečica po obrazu.

kmalu razvije kar pomeni, da učinek.

Vrtni mak

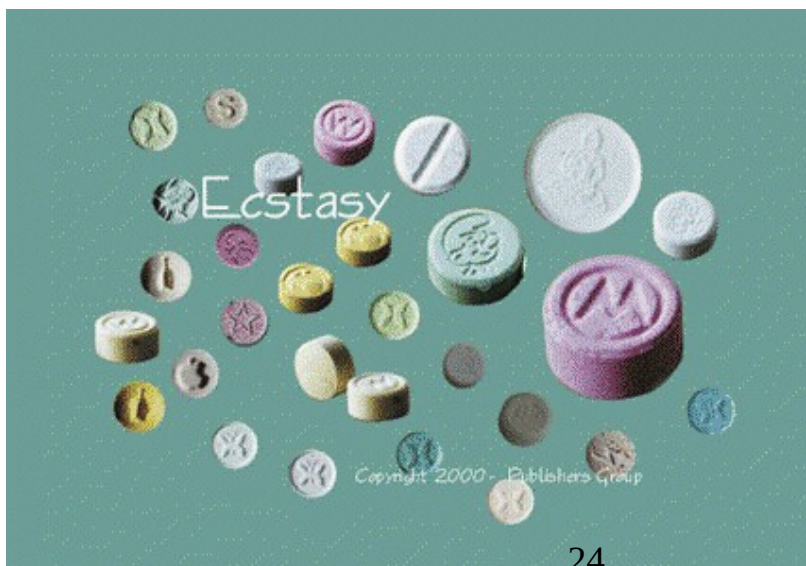
Značilno za opiate je, da se toleranca, mora uživalec vzeti več za isti

ECSTASY

Izdelana je v laboratoriju kot izvleček muškata oreška. Je plesna droga in mladi jo pogosto uživajo na rave zabavah.

Ecstasy (XTC) je skupno ime za naslednje sintetične droge:

- 3,4-metilendioksimetamfetamin MDMA - Adam
- 3,4-metilendioksietilamfetamin MDEA - Eva
- 3,4-metilendioksiamfetamin MDA
- N-metil-1 (3,4-metilendioksifenil) 2-butanamin MDBD Fido-Dido
- 4-bromo-2,5-dimetoksiamfetamin DOB



Na tržišču se pojavlja v obliki tabletk z različnimi motivi ali pa v obliki prahu. Ker so izdelane ilegalno vsebujejo različne vrste primesi, ki so lahko tudi

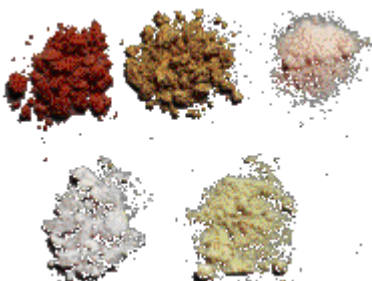
strupene. prvič so jo sintetizirali 1913 kot sredstvo za zmanjševanje apetita, 1986 pa so MDMA nasploh prepovedali.

V šetih minutah po zaužitju se pojavi občutek evforije, zmanjšano notranjo napetost in tesnobo, izginjanje strahu, olajšanje sporazumevanja, dvignjeno samozavest in dobro razpoloženje.

Tabletka ecstasyja, v kateri je približno 100mg MDMA, začne učinkovati 20 do 60 minut po zaužitju. Učinek traja 4 do 6 ur. Stane okoli 2000 SIT.

Ecstasy povzroča zvečan krvni tlak, zvečan srčni utrip, zvečano telesno temperaturo, potenje, razširjene zenice, vročinsko kap, odpoved ledvic, krvavitev v želodcu in črevesju, poškodbe jeter, krče, nezavest. Posledice rednega jemanja so napetost, notranja izčrpanost, nespečnost in pogoste ali stalne depresije.

SPEED



Speed

Speed deluje na osrednji živčni sistem, povzroča povečan srčni ritem, zveča znojenje, povzroči suha usta, izgubo apetita, zvečan krvni tlak in hitrejše dihanje.

Daje občutek vznesenosti, vzburjenosti, moči zaupnosti, in povečane energije.

Najpogosteje se prodaja v obliki praška in dostikrat so mu primašane razne druge snovi. Zvečine ga vmešajo v vroče pijače,

njuhanje je neprijetno, prav tako vbrizgavanje.

KETAMIN

Je anestetična droga, ki ima halucinogene lastnosti, podobno kot LSD. Pojavlja se v obliki raztopine za vbrizgavanje, praška za njuhanje in tablet, ki se pogosto prodajajo kot ecstasy. učinek je takšen, da se uživalec počuti odmaknjen od svojega telesa več ur. Pri predoziranju, ki je redko, se lahko pojavijo slabost, bruhanje, zmedenost, odrevenelost, trzanje, nerazločen govor in haluciniranje.

ZAKLJUČEK

Droge so nevarne in čeprav večina ljudi misli, da lahko nadzoruje njihovo jemanje, temu ni tako. Končno navadno nastopi odvisnost, težnja po samomoru, ali pa se lahko zgodi ena od nešteti nevarnosti, ki pretijo uživalcu drog. Uživanje drog sega daleč v zgodovino, a danes, ko sta znanost in tehnologija tako napredovala, bolje poznamo njihove učinke, kot tudi nevarnosti in težave pri zdravljenju. Zakaj bi se

*zapletali z nečimer, ki nam omogoča
kratkotrajen užitek in pozabo težav, a
nas dolgoročno uniči? Lahko se
upremo temu in bolj posvetimo
posameznikom, droge lahko
premagamo in živimo brez njih in
verjetno je življenje brez njih lepše, saj
ja edin odnos, ki ga zasvojenec še
premore vezan na drogo, pri tem pa
trpinči druge in njegova okolica, prav
tako kot on trpi. Če pa jemanja drog že
ne moremo preprečiti, lahko vsaj
omogočimo varnost, predpogoj pa je
vsekakor boljše poznavanje drog in
vsega okoli njih.*

VSEBINSKO KAZALO

DROGE.....	1
UVOD.....	2
KAJ JE DROGA?.....	3

VZROKI IN ODNOS DO UŽIVANJA DROG.....	4
ZAKAJ MLADI JEMLEJO DROGE?.....	4
DEJAVNIKI TVEGANJA IN ZAŠČITE.....	7
ODNOS DO UŽIVANJA DROG.....	7
UŽIVANJE DROG IN RAZVOJ ODVISNOSTI.....	8
FAZA EKSPERIMENTIRANJA.....	8
FAZA SOCIALNE RABE.....	9
FAZA INSTRUMENTALNE RABE.....	10
HABITUALNA FAZA.....	10
KOMPULZIVNA FAZA - STANJE OBSEDENOSTI Z DROGAMI.....	11
ODVISNOST.....	11
ZUNANJI ZNAKI DELOVANJA DROG.....	12
NEVARNOSTI.....	14
PREVELIK ODMEREK (OVERDOSE).....	14
PREGRETJE ALI VROČINSKI UDAR.....	14
MOŽGANSKI EDEM (OTEKLINA MOŽGANOV).....	15
ODPOVED SRCA.....	15
SRČNI INFARKT.....	16
MOŽGANSKA KAP.....	16
ODPOVED LEDVIC.....	16
ODPOVED JETER.....	16
ZASTOJ DIHANJA.....	17
DEHIDRACIJA.....	17
VRSTE DROG.....	17
DOVOLJENE DROGE.....	18
KOFEIN.....	18
TOBAK.....	18
ALKOHOL.....	19
OPAJALA, HLAAPNE SNOVI.....	21
ZDRAVILA.....	21
PREPOVEDANE DROGE.....	21
MARIHUANA, HAŠIŠ, THC.....	21
LSD (TRIP).....	22
KOKAIN.....	22
CRACK.....	23
OPIJ - MORFIN, HEROIN.....	23
ECSTASY.....	24
SPEED.....	25
KETAMIN.....	25
ZAKLJUČEK.....	26

STVARNO KAZALO

A

alkohol.....

Z

znaki.....

SLIKOVNO KAZALO

VIRI

- Andrej Kastelic, Mrija Mikulan: Mladostnik in droga
- Tednik OKO, številka 219, 5. maj 2000
- www.drogart.org
- www.streetdrugs.org
- med.over.net/zasvojenost/