

PRAVDA O

DROGÁCH

Drogy ničí
a ruínují miliony
životů každý rok.
Co se s tím dá
udělat?

Extáze
LSD Pervitin
Kokain
Marihuana

ŘEKNI NE DROGÁM – ŘEKNI ANO ŽIVOTU



PROČ VZNIKLA TATO BROŽURA

Ve světě se o drogách hodně mluví — na ulicích, ve školách, na internetu, i v televizi. Něco z toho je pravda, něco ne.

Velkou část toho, co se o drogách říká, ve skutečnosti šíří ti, kdo drogy prodávají. Napravení drogoví dealéři přiznávají, že byli ochotní říci cokoli, jen aby člověka přiměli drogu koupit.

Nenechte se obelhávat. Abyste se vyhnuli závislosti a mohli vzdorovat drogám a pomohli svým přátelům, potřebujete fakta. Proto jsme připravili tuto brožuru — pro vás.

Komunikace s vámi je pro nás důležitá, proto se těšíme na vaše připomínky. Můžete navštívit naši webovou stránku na adrese **www.drugfreeworld.org** a poslat nám e-mail na **info@drugfreeworld.org**.

NAŠE DROGOVÁ KULTURA

Drogy se staly součástí naší kultury v polovině minulého století. Rozšířily se v šedesátých letech díky hudbě a masmédiím a pronikly do všech koutů společnosti.

Odhaduje se, že 208 milionů lidí na celém světě konzumuje nelegální látky. Národní průzkum užívání drog a zdraví USA z roku 2007 ukázal, že 19,9 milionu Američanů (tj. asi 8 % z celkové populace starší 12 let) užívalo ilegální drogy v předcházejícím měsíci.

Pravděpodobně i vy sami znáte někoho — ať už přímo nebo nepřímo — kdo byl ovlivněn užíváním drog.

Podle průzkumu ESPAD provedeného



v ČR v roce 2007, potvrdilo sníženou výkonnost ve škole v důsledku užívání nelegálních drog 19,3 % studentů, problémy ve vztazích s rodiči uvedlo 14,1 % a problémy ve vztazích s přáteli uvedlo 16,6 % studentů.

Nejčastěji užívanou nelegální drogou je marihuana. Dle Světové zprávy OSN o drogách z roku 2008 asi 3,9 % světové populace ve věku 15 až 64 let užívá mariuanu.

Mládež je dnes více než kdy předtím vystavena nebezpečí drog. Podle průzkumu, Centra pro kontrolu nemocí z roku 2007 se 45 % studentů středních

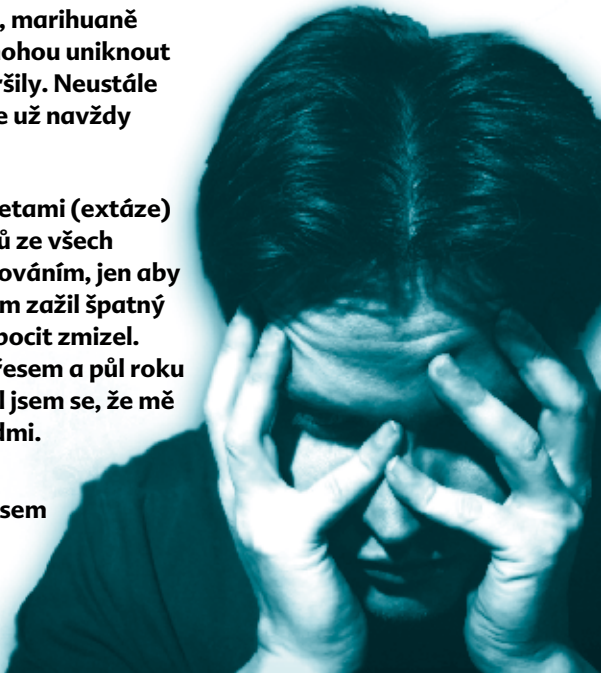
škol již opilo a 19,7 % jich kouřilo mariuanu jen za poslední měsíc.

Podle aktuálního průzkumu provedeného v evropských zemích bylo pod vlivem marihuany mezi 10 a 40 % dospívajících ve věku 15 -16 let. Nejvíce jich bylo v České republice (44 %), následuje Irsko (39 %), Velká Británie (38 %) a Francie (38 %). Ve Španělsku a Velké Británii je mezi patnácti a šestnáctiletými 4 až 6 % těch, kdo užívají kokain. Jeho užívání mezi mládeží vzrostlo v Dánsku, Itálii, Španělsku, Velké Británii, Norsku a Francii.

Mým životním cílem nebylo žít, ale zfetovat se. V průběhu let jsem utíkal ke kokainu, marihuaně a alkoholu ve falešné víře, že mi pomohou uniknout před mými problémy. Věci se však jen zhoršily. Neustále jsem si opakoval, že po této poslední dávce už navždy přestanu. Nikdy se tak nestalo.“ – John

Začalo to trávou, pak pokračovalo tabletami (extáze) a kyselinou (LSD), vytvářením koktejlů ze všech možných typů drog, dokonce předávkováním, jen aby drogová opojení trvala déle. Jedné noci jsem zažil špatný trip... Modlil jsem se a naříkal, jen aby ten pocit zmizel. Slyšel jsem hlasy ve své hlavě, trpěl jsem třesem a půl roku jsem nemohl opustit domácnost. Domníval jsem se, že mě všichni sledují. Nedokázal jsem být mezi lidmi. Kriste! Nemohl jsem ani řídit.

Skončil jsem jako bezdomovec na ulici, žil jsem a spal v kartónové krabici, žebral a každý den bojoval o své další jídlo.“ – Ben



PROČ LIDÉ BEROU DROGY?

Lidé berou drogy, protože chtějí ve svém životě něco změnit.

Zde je několik důvodů, které mladí lidé uvedli pro své rozhodnutí brát drogy:

- Zapadnout do kolektivu
- Uniknout od reality a odpočinout si
- Zahnat nudu
- Udělat něco dospěláckého
- Vzbouřit se
- Experimentovat

Myslí si, že drogy jsou řešení. Ale nakonec se z drog stane problém.

Jakkoli je obtížné postavit se problémům tváří v tvář, následky užívání drog jsou vždy horší, než problémy, které se jimi člověk snaží řešit. Skutečným řešením je zjistit si fakta a s drogami vůbec nezačínat.

JAK DROGY PŮSOBÍ?

Drogy jsou v podstatě jedy. Užité množství určuje jejich účinek.

Malé množství stimuluje (zvyšuje aktivitu). Větší množství funguje jako sedativum (potlačuje aktivitu). Stále se zvyšující množství působí jako jed a může dotyčného zabít.

To platí pro kteroukoliv z drog. Rozdíl je pouze v množství, které je potřebné k dosažení vytouženého účinku.

Mnoho drog má však další vlastnost: přímo ovlivňují mysl. Dokáží pokřivit vnímání toho, co se kolem člověka děje. Výsledkem je, že se jednání uživatele může jevit jako

divné, iracionální, nepatřičné a dokonce destruktivní.

Drogy zablokují veškeré pocity, — ty žádoucí i ty nechtěné. A zatímco mohou drogy přinášet krátkodobou úlevu od bolesti, zároveň ničí schopnosti a čilost uživatele a zatemňují jeho myšlení.

Léky jsou také drogy. Jejich účelem je vás povzbudit, utlumit, nebo změnit něco ve vašem těle, aby fungovalo lépe. Někdy jsou nezbytné. Ale jsou to pořád drogy, fungují jako stimulanty nebo sedativa a příliš velká dávka vás může i zabít. Takže pokud léčiva používáte jinak, než je předepsáno, mohou být zrovna tak nebezpečná, jako ilegální drogy.

DROGY OVLIVŇUJÍ MYSL

Obvykle, když si člověk na něco vzpomene, mysl reaguje okamžitě a informaci mu vydá rychle. Drogy však zamlží paměť a způsobují jakási prázdná místa. Když se člověk snaží získat informace prostřednictvím této zamlžené clony, nedokáže to. Drogy v člověku vytvářejí pocit, že je pomalý a hloupý a jsou příčinou jeho selhání v běžném životě. A čím více selhání zažívá, čím těžší je jeho život, tím více touží po drogách, aby mu pomohly vypořádat se s problémy.

Drogy ničí tvořivost

Jedna z obecně rozšířených lží o drogách je, že lidem pomáhají být tvořivější. Pravda je zcela jiná.

Člověk sužovaný smutkem může užívat drogy, aby si dopřál falešného pocitu štěstí, ten však nepřichází. Drogy v člověku probouzí falešný pocit veselí. Když však droga vyprchá, propadá se ještě hlouběji než předtím. A pokaždé je emocionální propad horší a horší. Drogy nakonec zcela zničí veškerou tvořivost, kterou kdy člověk měl.



„**P**o celou dobu, co jsem bral drogy, jsem měl pocit, že zvládám svůj život a že to dělám skvěle. Ve skutečnosti jsem však ničil vše, o co jsem se v životě snažil a za co jsem bojoval. Zpřetrhal jsem pouta se všemi svými přáteli, kteří nebrali drogy a se svojí rodinou, takže jsem neměl žádné jiné přátele kromě svých drogových partáků. Každý den se točil kolem jediné věci: kolem plánu, jak získat peníze, které jsem potřeboval na drogy. Udělal bych cokoli, jen abych získal svůj milovaný amfetamin – byla to má jediná životní motivace.“ – Pat

„**Z**ábava byla vždycky lepší, když jsem byla opilá. Brzy poté, co jsem začala pít, jsem objevila i marihuanu... O něco později jsem jednou seděla doma u kamarádky a kouřila marihuanu, když někdo z tašky vytáhl sáček kokainu. Šňupání kokainu se brzy stalo každodenní zvyklostí. Kradla jsem peníze, které moji rodiče vydělali podnikáním, i od svých prarodičů, skoro každý den, abych si mohla dopřát svůj alkohol, kokain, marihuanu a LSD. Pak jsem objevila OxyContin a začala ho pravidelně užívat. Než jsem si stačila uvědomit, že jsem závislá, byla ze šňupání OxyContinu každodenní rutina. Potřebovala jsem něco silnějšího - a objevila heroin. Nezastavila jsem se před ničím, abych získala svoji dávku. Moje závislost nade mnou vyhrávala. A pokaždé, když jsem se pokusila ji setřást, fyzické nutkání mě dohnalo zpátky k droze.“ – Edith

ZÁKLADNÍ FAKTA O BĚŽNĚ ZNEUŽÍVANÝCH DROGÁCH

Fakta o těchto běžně zneužívaných drogách byla poskládána z odkazů uvedených na konci této příručky. Jsou zde uvedena, aby vás obeznámila s pravdou o tom, co tyto drogy jsou a co mohou způsobit.

* MARIHUANA	STRANA 12
* ALKOHOL.....	STRANA 14
* EXTÁZE	STRANA 16
* KOKAIN A CRACK	STRANA 18
* PERVITIN.....	STRANA 20
* INHALANTY.....	STRANA 22
* HEROIN	STRANA 24
* LSD	STRANA 26
* ZNEUŽÍVÁNÍ LÉKŮ NA PŘEDPIS	STRANA 28

MARIHUANA

Marihuana se obvykle balí do cigarety nazývané joint. Lze ji též uvařit jako čaj nebo zamíchat do jídla či kouřit ve vodní dýmce, které se říká bong.

V České republice je kolem 299 500 dospívajících ve věku od 15 do 19 let, kteří se dle Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) již dostali


SLANGOVÉ NÁZVY:

- Brčko
- Tráva
- Rostlina
- Špek
- Maruška
- Gras
- Hulení
- Zelí
- Marijánka
- Skunk
- Mařena
- Gandža
- Prd
- Skéro
- Kouření
- Superskunk
- Konopí
- Majoránka
- Jointy
- Kytka
- Joint

do kontaktu s drogou. Vzhledem k tomu, že v samotné zemi žije okolo 680 000 dospívajících, měl zkušenost s nelegální drogou téměř každý druhý.

Marihuana je dnes většinou podstatně silnější, než bývala kdysi. Vývoj technik pěstování a výběr semen vedly k vyšlechtění mnohem silnější drogy. Tím došlo k výraznému nárůstu počtu mladých kuřáků trávy, kteří byli přijati na pohotovosti v souvislosti s užitím marihuany.

Protože s užíváním se tolerance (odolnost vůči této droze) zvyšuje, marihuana může uživatele vést ke konzumaci silnějších drog pro dosažení stejného zážitku. Když se vliv drogy oslabuje, konzument se



může obrátit k silnějším drogám, aby se zbavil nechtěných stavů, které ho kdysi přivedly k užívání marihuany. Marihuana samotná nevede k užívání jiných drog: lidé berou drogy, aby se zbavili nechtěných situací nebo pocitů. Droga (marihuana) na chvíli maskuje problém (po dobu, co je uživatel pod jejím vlivem). Jakmile opojení pomine, vrátí se onen nechtěný stav či situace s větší intenzitou. Uživatel pak začne vyhledávat silnější drogy, protože marihuana přestane „fungovat“.

Krátkodobé vlivy:

Ztráta koordinace a narušení vnímání času, zrakového a sluchového vnímání. Dalšími účinky jsou ospalost, zčervenání očí, zvýšená chuť k jídlu a uvolnění svalstva. Může se zrychlit srdeční tep. Ve skutečnosti se může zvýšit riziko infarktu u uživatele během první hodiny po kouření marihuany, minimálně pětkrát. Zhoršení paměti a zhoršení schopnosti řešit problémy vedou ke zhoršení celkového prospěchu ve škole.

Dlouhodobé vlivy:

Dlouhodobé užívání může způsobit psychotické příznaky. Mohou též poškodit plíce a srdce, zhoršit příznaky bronchitidy a zapříčinit kašel a pískání v plicích. A mohou snížit schopnost těla bojovat s plicními infekcemi a nemocí.

ALKOHOL



SLANGOVÉ NÁZVY:

- Chlast
- Ožíračka
- Kalba
- Zlejt se
- Alkáč

Alkohol oslabuje centrální nervový systém (mozek a míchu), snižuje zábrany a schopnost úsudku. Užívání velkých množství může vést ke kómatu a dokonce k smrti. Míchání alkoholu s léky nebo pouličními drogami je nanejvýš nebezpečné a může být osudným. Alkohol ovlivňuje váš mozek a způsobuje ztrátu koordinace, zpomalení reflexů, poruchy zraku, selhání a výpadky paměti. Těla dospívajících jsou stále v procesu růstu a alkohol má větší vliv na tělesný i duševní rozvoj mladých lidí než na starší osoby.

Krátkodobé vlivy:

Pocit tepla, zrudlá kůže, zhoršený úsudek, ztráta koordinace, nezřetelná řeč, ztráty paměti a zhoršení chápání. Opíjení obvykle končívá „kocovinou“, bolestí hlavy, nevolností, úzkostí, labilitou, někdy i zvracením.

Dlouhodobé vlivy:

Tolerance (odolnost) vůči nepříznivým účinkům alkoholu a z toho vyplývající schopnost pít větší množství. To vede k velmi chatrnému stavu těla, který zahrnuje trvalé poškození jater a zvýšení rizika srdečního infarktu. Těhotná žena může porodit dítě s vrozenými vadami mozku, srdce a dalších důležitých orgánů. Člověk se může stát na alkoholu závislým. Přestane-li pak náhle pít, mohou se dostavit abstinenční příznaky (absták). Ty sahají od nervozity, nespavosti, pocení a nechuti k jídlu až po křeče a někdy smrt. Zneužívání alkoholu též může vést k násilnému a konfliktnímu chování v osobních vztazích závislého.



EXTÁZE

SLANGOVÉ NÁZVY:

- E
- XTC
- X
- ěčko
- Koule
- Bobule
- Extoška
- Droga lásky
- Pilulka lásky

Extáze bývá obvykle užívána ústně ve formě tablety nebo kapsle. Užití více extází naráz se říká např. v USA „bumping“.

Extáze je syntetická (uměle vyrobená) droga vyrobená v laboratoři. Její výrobci mohou k droze přidat cokoliv, například kofein, amfetaminy* nebo dokonce kokain. Extáze patří mezi nelegální drogy a má účinky podobné halucinogenům a stimulantům. Pilule mívají různé zbarvení a někdy jsou označeny postavičkami z animovaných seriálů. Míchání extáze s alkoholem je velmi nebezpečné a může vést k smrti.

Stimulující účinky drog jako je extáze, umožňují uživateli tančit po dlouhou dobu, a když se zkombinují s horkým, přelidněným prostředím taneční párty, mohou vést k extrémní dehydrataci (ztrátě tekutin) a k selhání srdce nebo ledvin.

Krátkodobé vlivy:

- zhoršený úsudek
- falešný pocit náklonnosti
- zmatení
- deprese
- potíže se spánkem
- těžké záchvaty úzkosti
- paranoia**
- touha po droze
- svalové napětí
- nutkavé skřípání zuby
- nevolnost
- rozmazané vidění
- náhlá slabost a zimnice nebo pocení

Dlouhodobé vlivy:

- Dlouhodobé užívání způsobuje dlouhodobé a trvalé poškození mozku, ovlivňuje úsudek a schopnost myšlení uživatele. Někteří mladí lidé zemřeli na následky svého prvního kontaktu s extází.

* amfetamin: látka stimulující centrální nervovou soustavu, často přezdívaná „speed“

** paranoia: podezírání, nedůvěra, či strach z ostatních lidí

„Extáze ze mě udělala blázna. Jednou jsem kousala sklo, jako bych kousala do jablka. Teprve poté, co jsem měla ústa plná úlomků skla, jsem si uvědomila, co se se mnou děje. Jindy jsem zase hodinu trhala koberce vlastními zuby.“

— Ann



KOKAIN A CRACK

Kokain a crack lze užívat ústně, nosem (šňupat), pomocí jehly nebo v případě cracku vdechováním výparů vzniklých jeho zahříváním.

Mezi termíny popisující užívání kokainu patří žvýkání, šňupání, injekčně (šlehání) a kouření.

Slovo *kokain* odkazuje na drogu v práškové formě (kokain) nebo krystalické formě (crack).

SLANGOVÉ NÁZVY:

- Kokain
- Crack
- Kokos
- Kokeš
- Sníh
- Koks
- Cukr

Vyrábí se z rostliny koka
a spolu s pervitinem* je jednou
z nejnávykovějších drog vůbec.

Krátkodobé vlivy:

Kokain způsobuje krátkodobé intenzivní opojení, které je okamžitě následováno opakem – intenzivními pocity deprese a podrážděnosti a touhou po další dávce. Lidé, kteří ho užívají často, nejsou schopni řádně jíst nebo spát. Mohou zažívat výrazně zvýšený tlukot srdce, svalové záchvaty a křeče. Droga může u uživatelích vyvolat paranoii, hněv, nepřátelské pocity a úzkost, dokonce i když nejsou v drogovém opojení.

* pervitin: vysoce návyková droga stimulující centrální nervovou soustavu



Dlouhodobé vlivy:

Kromě výše zmíněných účinků může kokain způsobit přecitlivělost, výkyvy nálad, neklid, paranoii a sluchové halucinace. S užíváním se tolerance (odolnost) vůči droze zvyšuje, takže pro stejně silné opojení je nutno užít její větší množství.

„Dojezd“ (konec účinků opojení) této drogy může způsobovat těžké deprese, které se prohlubují s každým dalším užitím. Ty se mohou natolik zhoršit, že závislý je schopen čehokoliv, aby drogu získal – včetně vraždy. Pokud nedokáže drogu získat, deprese se může zintenzivnit natolik, že je doslova dohnán k sebevraždě.

PERVITIN (METAMFETAMIN)

SLANGOVÉ NÁZVY:

- Perník
- Met
- Péčko
- Raketa
- Piko
- Urychlovač
- Čeko
- Peří
- Ice
- Budík

Krystalický metamfetamin neboli pervitin bývá šňupán, kouřen nebo aplikován nitrožilně. Nízké dávky jsou v některých zemích k dostání ve formě tablet.

Krystalický metamfetamin je formou metamfetaminu, který připomíná drobné úlomky skla nebo lesklé modrobílé krystaly. Na ulici je znám jako „péčko“, „peří“, „perník“ a pod dalšími názvy. Je velmi silným a nanejvýš návykovým uměle vytvořeným stimulantem, který zapříčiňuje agresivitu a násilné nebo psychotické chování. Mnoho uživatelů se zmiňuje o tom, že byli závislí od prvního setkání s drogou. Pervitin způsobuje jednu z nejhůře léčitelných závislostí.

Krátkodobé vlivy:

Negativní účinky mohou zahrnovat narušení spánkového rytmu, hyperaktivitu, nevolnost, pocity velikášství, zvýšenou agresivitu a podrážděnost. Může vést k omezení chuti k jídlu a následnému snížení tělesné hmotnosti. Ve vyšších dávkách působí silnější opojení následované zvýšeným neklidem a někdy násilným chováním. Další účinky zahrnují nespavost, zmatek, halucinace, úzkost a paranoiu. Může způsobit křeče vedoucí k smrti.

Dlouhodobé vlivy:

Zvýšený srdeční tep a krevní tlak, poškození mozkových cév vedoucí k mrtvici nebo srdeční arytmii a selhání srdečního systému nebo smrti. Může poškodit játra, ledviny a plíce. Uživatelé mohou trpět poškozením mozku včetně selhání paměti a snížení schopnosti pochopit abstraktní pojmy. Ti, kdo se ze závislosti vyléčí, často trpí výpadky paměti a extrémními výkyvy nálad.

„Pervitin byl mou nejoblíbenější drogou, avšak užíval jsem i další – levné, snadno dostupné, vysoce návykové a samozřejmě snadno užitelné. Zkusil jsem pervitin jednou a BUM! Byl jsem závislý. Jednou z věcí, kterou má závislost ovlivnila, byla má hudební kariéra. Měl jsem skvělou kapelu a hrál skvělou hudbu a měl skvělé spoluhráče, kteří nebyli jen členy kapely, ale i mými nejlepšími přáteli. To vše se změnilo, když jsem začal užívat pervitin.“ – Brad



INHALANTY

SLANGOVÉ NÁZVY:

- Čikuli
- Kellen
- Poppers

Mezi inhalanty (těkavé látky) patří chemické látky obsažené v produktech pro domácnost, jako jsou aerosolové spreje, čisticí prostředky, lepidla, nátěrové barvy, ředidla, odlakovače na nehty, Amylnitrit* a plyn do zapalovačů. Tyto látky jsou čichány nebo vdechovány.

Inhalanty ovlivňují mozek. Když jsou tyto látky nebo výpary vdechovány nosem nebo ústy, mohou způsobit trvalé tělesné a duševní poškození. Ochuzují tělo o kyslík a nutí srdce k nepravidelnému a rychlejšímu tepu. Lidé, kteří užívají inhalanty, mohou ztratit čich, trpí nevolnostmi a krvácením z nosu a mohou se u nich rozvinout jaterní, plicní nebo ledvinové potíže. Chronické užívání může vést k redukci svalové hmoty, její pružnosti a síly. Inhalanty mohou



zapříčinit neschopnost chodit, mluvit a myslet normálně. Nejničivější poškození je působeno mozgovým tkáním při vdechování jedovatých výparů přímo do nosní dutiny.

Krátkodobé vlivy:

Kromě výše zmíněných rizik mohou inhalanty zapříčinit úmrtí uživatele v důsledku infarktu nebo udušení, když vdechované výpary zcela nahradí kyslík v plicích a centrálním nervovém systému. Člověk pod vlivem inhalantů může nečekaně jednat s neobvyklou agresivitou.

Dlouhodobé vlivy:

Mohou způsobit poškození svalstva a snížení pružnosti svalů a síly. Mohou trvale poškodit tělo a mozek.

* Amylnitrit (dusitan amylnatý): nažloutlá kapalina, která se používá k rozšíření cév, někdy též zneužívána jako droga



HEROIN

A photograph of a woman with long dark hair, wearing a dark top, injecting a substance into her left arm. She is holding a syringe in her right hand. The background is dark and out of focus.

SLANGOVÉ NÁZVY:

- Kůň
- Héro
- H
- Háčko
- Herodes
- Braun

Heroin je obvykle aplikován injekčně, kouřen nebo šňupán. Je vysoce návykový. Heroin rychle zasahuje mozek, zpomaluje myšlení a reakce a zhoršuje schopnost uživatelů se rozhodovat. Nepříznivě ovlivňuje paměť.

Injekční aplikace drogy může vytvořit riziko AIDS, žloutenky a dalších nemocí přenášených kontaminovanými jehlami. Tyto zdravotní problémy mohou být přeneseny na sexuální partnery a novorozence. Heroin je jednou ze tří nejčastějších příčin úmrtí spojených se zneužíváním drog. Jeho užívání je přímo spojeno s násilím a zločinem.

Krátkodobé vlivy:

Uživatelé zažívají jakési zamlžení vnímání, trpí nevolností a zvracejí. Může dojít k potlačení jejich prahu bolesti. U těhotných žen může droga vyvolat náhlý potrat plodu. Srdeční funkce se zpomalí a dech je výrazně zpomalen někdy až k jeho úplnému selhání a smrti.

Dlouhodobé vlivy:

Zjizvené žíly (následkem vpichů jehel), bakteriální infekce cév a srdečních chlopní, hnisavé záněty a další infekce měkkých tkání a onemocnění jater nebo ledvin. Mohou vzniknout plicní komplikace. Sdílení injekčních stříkaček nebo tělesných tekutin může být cestou pro nákazu hepatitidou, AIDS a dalšími virovými chorobami přenosnými krví.

LSD

SLANGOVÉ NÁZVY:

- Kyselina
- Acid
- Piják
- Mikráč
- Tripík
- Známka
- Papírek
- Srdce
- Trip
- Papír

LSD se prodává v tabletách, kapslích nebo v tekuté formě. Často se jím napouští savý papír, který se pak rozdělí na drobné potištěné čtverečky. Čtvereček představuje jednu dávku.

LSD je jednou z nejúčinnějších chemických látek měnících vědomí. Vyrábí se z extrémně jedovaté houby, která roste na ječmeni a jiných semenech. Jeho účinky jsou nepředvídatelné. Nepatrné množství může vytvořit účinky trvající 12 a více hodin.

Krátkodobé vlivy:



Rozšířené zornice, zvýšená tělesná teplota, zvýšený srdeční tep a krevní tlak, pocení, nechut' k jídlu, nespavost, sucho v ústech a chvění. Uživatelé mohou pod vlivem LSD zažívat těžké, děsivé myšlenky a pocity, dále strach ze ztráty kontroly, obavy ze ztráty zdravého rozumu a smrti a pocity zoufalství.



Dlouhodobé vlivy:

Zpětné návraty (flashbacky) nebo opakování částí tripu (omámení), které člověk zažívá dlouho po užití drogy, jejíž účinek již zdánlivě vyprchal. Trip (omámení) pomine přibližně po 12 hodinách, ale u některých uživatelů se vyskytly i dlouhotrvající psychotické stavy.

ZNEUŽÍVÁNÍ LÉKŮ NA PŘEDPIS

Zneužívání léků na předpis se stává závažnějším problémem než většina pouličních drog. Léky proti bolesti, sedativa, antidepresiva, léky na spaní a stimulanty se zdají být „bezpečné“, protože je předepisují lékaři, ale mohou být právě tak návykové a nebezpečné jako heroin či kokain, který si koupíte na ulici. Lék proti bolesti OxyContin je například stejně silný jako heroin a ovlivňuje lidské tělo stejným způsobem.

Dlouhodobé užívání léků proti bolesti, tlumivých léků („tlumičů“), stimulantů („povzbuzováků“) či antidepresiv může, vést k závislosti – a bolestivým abstinčním příznakům u těch, kdo se pokoušejí s drogou skoncovat.

Zde uvádíme jen několik účinků, které tyto léky mohou mít.



Léky proti bolesti: OxyContin, Fentanyl, Morfium, Percodan, Demerol, to je jen několik jmen z dlouhého seznamu léků proti bolesti. Účinky mohou být mimo jiné, zpomalené dýchání, nevolnost a bezvědomí. Zneužívání může vést k závislosti.

Tlumivé léky: Tyto drogy zpomalují činnost mozku a nervové soustavy, například Xanax, Diazepam, Rohypnol, Halcinon, Valium a mnoho dalších. Mezi účinky patří srdeční potíže, přibírání na váze, tělesné i duševní vyčerpání a neschopnost správně vyslovovat. Dlouhodobé užívání může vést k závislosti.

Stimulanty: Tyto drogy urychlují dýchání a tep srdce, podobně jako „speed“ či kokain. Například Ritalin, Adderall, Concerta a drogy známé jako „benzedriny“ (amfetaminy). Účinky mohou být například zvýšený krevní tlak a zrychlený tep, agresivita a paranoia.

Antidepresiva: Prozac, Paxil, Zoloft a Celexa patří mezi běžně užívaná antidepresiva. Mezi účinky patří nepravidelný tep srdce, paranoidní chování, násilné či sebevražedné bludy a halucinace. Dlouhodobé užívání může vést k závislosti.

Léky proti bolesti, tlumivé léky a antidepresiva mají v USA na svědomí více smrtí z předávkování než kokain, heroin, pervitin a amfetaminy dohromady.

Co vám řeknou dealeři

Při průzkumu mezi náctiletými bylo zjištěno, že 55 % začalo brát drogy kvůli tlaku ze strany svých přátel. Chtěli být oblíbení a v pohodě. Dealéři toto vědí.

Tváří se jako kamarádi a nabídnou, že vám „trochu pomůžou“, dají vám „něco, co vás vzpruží“. Droga vám umožní „zapadnout do party“ nebo být víc „cool“.

Dealéři drog chtějí vydělávat peníze, takže řeknou cokoli, jen abyste si od nich drogu koupili.

Řeknou vám, že „s kokainem je život jedna velká párty“ a že „heroin je jako teplá deka“. S extází „budete balit jednu holku za druhou“.

Je jim úplně jedno, jestli vám drogy zničí život, jen když dostanou zapláceno. Jediné, co je zajímavé, jsou peníze. Bývalí dealéři přiznávají, že se na své zákazníky dívají jako na „pěšáky na šachovnici“.

Zjistěte si o drogách fakta. Dělejte svá vlastní rozhodnutí.

Milióny výtisků brožur jako je tato, byly rozdány lidem po celém světě ve 22 jazycích. Jsou průběžně aktualizovány či nově vytvářeny dle toho, jak se na ulicích objevují nové drogy a jsou zjišťovány jejich účinky.

Brožury publikuje Nadace pro svět bez drog (Foundation for Drug Free World), nezisková organizace sídlící v Los Angeles v Kalifornii, USA.

Nadace poskytuje vzdělávací materiály a poradenství a koordinuje mezinárodní síť organizací zabývajících se prevencí zneužívání drog. Spolupracuje s mládeží, rodiči, učiteli, neziskovými organizacemi a vládními úřady – a s kýmkoli dalším, kdo má zájem pomáhat lidem žít život bez drogové závislosti.

ZDROJE A ODKAZY:

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2007 Annual Report

„Drug Facts, Did You Know?“
Drugs and the Environment,
October 2004

„Results from the 2007 National Survey on Drug Use and Health: Fact Sheet.“

AlcoholScreening.org

Office of National Drug Control Policy

„New Initiative Harnesses Power of Teens, Parents to Stop Teen Drug Use,“ Media Campaign, News Room, 29 January 2004

Office of National Drug Control Policy, National Youth Anti-Drug Media Campaign, 3 October 2004

„Help for Parents: Is Your Child Using Drugs? How to Find Out,“

Partnership for a Drug-Free

America, 12 October 2004

Substance Abuse and Mental Health Services Administrations, U.S. Department of Health and Human Services

UN Office of Drugs and Crime World Drug Report 2008

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction Statistical Bulletin 2008

„Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights – 2006“

„CDC Survey: As Many Teens Smoke Marijuana as Cigarettes, Cigarette Use Dropping Faster,“ 5 June 2008

The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD), 2007

FOTOGRAFIE:
Strana 8: Alamy (vlevo);
strana 15: istockphoto.com/Lisa Young;
Strana 26: Luke Peters.

FAKTA, KTERÁ POTŘEBUJETE ZNÁT

Tato brožura je jednou z řady publikací, které zahrnují fakta o marihuaně, alkoholu, extázi, kokainu, cracku, pervitinu, inhalantech, heroinu, LSD a zneužívání léků na předpis. Čtenář vyzbrojený těmito informacemi je schopen učinit rozhodnutí žít život bez závislosti na drogách.

Pro více informací nebo pro získání více výtisků této nebo ostatních brožur z této série kontaktujte:



Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA

www.drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org
Tel.: 001 888 668 6378

Občanské sdružení
Řekni ne drogám –
řekni ano životu
Soběslavská 32
130 00 Praha 3

www.rekninedrogam.cz
info@rekninedrogam.cz
Tel.: 222 362 264