

Informatívny materiál: Prehľad najčastejšie zneužívaných psychotropných látok, linky pomoci, telefónne čísla

Príznaky závislosti:

- nestará sa o svoj vzhľad
- vytvalo odmieta účasť na rodinnom živote
- prestáva mať záujem o záľuby, šport, obľúbené aktivity
- je podráždený
- reaguje prehnane na kritiku
- má výkyvy nálad
- mení stravovacie návyky
- mení osobný režim
- dochádza k zmene hodnôt, postojov, názorov
- množia sa klamstvá o tom kde bol, s kým a čo robil
- objavujú sa problémy v škole
- problémy v práci
- miznú peniaze, osobné veci, predmety z domácnosti
- môže mať červené oči so skleným výrazom
- objavia sa stopy po droge: cigaretové papieriky, fajky, fľaštičky z liekov, zapaľovače
- navštevujú ho neznámi ľudia
- má nejasné telefonáty

ALKOHOL

je legálnou návykovou drogou, ktorá patrí medzi najdostupnejšie. Alkohol je drogou tlmivého účinku. Slangové výrazy: chl'ast, chlastačka, drink, slopanica, panák, poldecko, čaša

Škodlivé účinky:

- poškodenie pečene, cirhóza pečene
- ochorenia pankreasu
- vredové ochorenia žalúdka
- srdcovocievne choroby
- choroby dýchacích ciest
- poškodenie mozgu s trvalými následkami
- demencia
- epilepsia
- nádorové ochorenia
- smrť z chorobných príčin

Ako sa užíva: najčastejšie vo forme nápojov, pitím

Príznaky zneužívania

- nezreteľná reč
- narušená schopnosť uvažovania
- poruchy videnia a počutia
- žalúdočné problémy, zvracanie

- bolesti hlavy
- narušenie koordinácie pohybov
- ospalosť
- znížená sebakontrola

Zroje: kvasením cukrov. Pri nekvalitnej destilácii a následnej konzumácii môže spôsobiť oslepnutie až smrť.

Abstinenčné príznaky:

- silná potreba alebo nutkanie ďalšieho užitia
- triaška
- neschopnosť prestať
- nevoľnosť
- nadmerné potenie
- agresia a stavy úzkosti
- halucinácie, strata kontaktu s realitou

Účinky:

- otupenie vnímania, úsudku, sebakritickosti
- zvýšenie sebavedomia
- zlepšenie nálady, komunikatívnosti
- agresivita
- stimulačné účinky
- útlm, zaspávanie s rizikom upadnutia do bezvedomia
- riziko zadusenia sa vlastnými zvratkami alebo smrti z dôvodu podchladenia v stave bezvedomia

TABAK - látkou, ktorá spôsobuje závislosť je nikotín. Tento sa zaraďuje medzi psychotropné látky, je toxický. Nikotín je rastlinný alkaloid. Slangové výrazy: ciga, cigoška, žváro.

Škodlivé účinky:

- nádorové ochorenia (pľúc, hrtana, žalúdka a iných vnútorných orgánov)
- odumieranie buniek
- tvorba zubného kameňa a choroby ďasien
- zúženie ciev v ďasnách
- srdcovocievne choroby
- chronická bronchitída
- zvýšenie obsahu tukov v krvi a vysoký krvný tlak
- zvýšené riziko cukrovky
- strata vitamínov a minerálov

Ako sa užíva:

- najčastejšie fajčením, v podobe cigarety, cigary, fajky

- menej šnupaním a žuvaním

Príznaky zneužívania:

- zápach pokožky a z úst
- závrate
- nevoľnosť

Zdroje: rastlina, z ktorej sa využívajú len listy. Vysušené listy sa následne drvia a balia do cigariet, cigár príp. sa inak spracovávajú na žuvací tabak, tabak na šnupanie.

Abstinenčné príznaky:

- veľmi silná chuť na cigaretu
- nervozita
- zhoršenie schopnosti sústrediť sa
- zápcha

Účinky:

- zvýšenie krvného tlaku
- búšenie srdca
- stiahnutie ciev
- zvýšenie obsahu mastných kyselín v krvi
- zvýšená produktivita potu
- kŕče končatín
- obrna dýchacieho ústrojenstva

KOKAÍN je biely kryštalický prášok bez zápachu, rozpustný vo vode, ktorý na slizniciach spôsobuje lokálne znecitlivenie. Rôzne prímеси pridávané do bežne dostupného kokaínu môžu spôsobiť zafarbenie (do ružovej, béžovej farby). Slangové výrazy: koks, púder, sneh, lajna, bílnunké, prášok.

Škodlivé účinky:

- psychické poruchy
- potlačenie pocitu únavy a hladu
- zvýšenie krvného tlaku
- nespavosť
- infarkt myokardu
- možné krvácanie do mozgu už po prvej dávke
- strata čuchu
- smrť

Ako sa zneužíva:

- najčastejšie šnupaním do nosa /vdychovaním)

- injekčne
- v kombinácii s heroínom (speedball)

Príznaky zneužívania

- celkový pokles hmotnosti
- prederavenie nosovej prepážky
- trvalý nepokoj, búšenie srdca
- poruchy spánku
- precitlivosť na rôzne – najmä sluchové podnety
- agresivita
- poruchy vedomia

Zdroje: z listov koky pochádzajúcej z Južnej Ameriky

Abstinenčné príznaky:

- ľahostajnosť
- nervozita až agresivita
- zúženie záujmov
- depresívna nálada so samovražednými sklonsmi
- dlhé fázy spánku
- alebo naopak nespavosť
- psychická nestálosť, labilita, náladovosť

Účinky: Kokaín má stimulujúci a euforizujúci účinok, ktorý vydrží len krátko /asi 30 minút)

- zrýchlený dych
- nadmerné potenie
- výrazné rozšírenie zreníc
- zvýšenie motorickej aktivity
- nekľud
- príliš rýchla reč
- pocit výkonnosti

PERVITÍN je biela až žltoseda kryštalická, prípadne prášková látka, metamfetamín. Je užívaný v širokej skupine užívateľov, najčastejšie je zneužívaný ako „klubová droga“ v nočných kluboch a na tanečných párty. Slangové výrazy: perník, pé.-čko, Piko, Pedro, Perie, Kryštál, Spíd.

Škodlivé účinky:

- Zníženie pocitu hladu
- strata hmotnosti
- narušenie spánkového rytmu
- hyperaktivita
- nevoľnosť
- nespavosť
- stavy úzkosti

- paranoja
- zvýšená agresia
- zvýšenie krvného tlaku
- poškodenie ciev mozgu
- poškodenie obličiek, pečene a pľúc
- ťažké zubné kazy
- poškodenie mozgu mŕtvicou, epilepsiou alebo Alzheimerovou chorobou

Ako sa zneužíva:

ústami, šnupaním, fajčením, injekčne

Príznaky zneužívania:

- strata chuti do jedla
- zvýšenie krvného tlaku a telesnej teploty
- rozšírenie zreníc
- nevoľnosť
- zmätenosť, agresívne správanie
- celotelové kŕče
- panické stavy
- psychóza

Zdroje: je to nebezpečná, silne návyková chemická látka, ktorá systematicky likviduje telo užívateľa. Tzv. „varenie“ pervitínu sa uskutočňuje takmer kdekoľvek a pervitín je získavaný z rôznych liekov s obsahom eferdrinu. Do pervitínu sa niekedy pre zosilnenie účinku pridávajú rôzne domáce chemikálie (čističe odpadov, a iné).

Abstinenčné príznaky:

- neukojiteľná túžba po droge
- intenzívne svrbenie
- užívateľ je deprimovaný a ľahostajný
- rôzne bolesti – psychické i fyzické
- depresívna nálada so samovražednými sklonmi

Účinky:

- zvýšená výkonnosť a potlačenie únavy
- uvoľnenie zábran
- zvýšená psychomotorika
- zrýchlený tep a tlak v cievach
- narušenie výstražných systémov tela
- pocity beznádeje
- strata vedomia spojená s krvácaním do mozgu
- nesústredenosť
- smrť, častokrát aj po jednorázovom užití

EXTÁZA

sa najčastejšie vyskytuje na tanečných party a to vo forme tabletiiek alebo kapsule s tekutinou. Preto sa jej často hovorí „party droga“. Účinnou látkou je chemická látka MDMA.

Slangové výrazy: Ěčko, Ekina, Bobula, guľaté, gula, Pirula, koleso, Kolečko, tabletká

Škodlivé účinky:

- zmätenosť
- depresie
- problémy spánku
- poškodenie mozgových funkcií ako učenia sa, pamäti, spánku, emócií, myslenia
- zlyhanie obličiek a pečene
- prehriatie organizmu a dehydratácia
- psychóza
- smrť
- kŕče
- kardiovaskulárne zlyhanie

Ako sa užíva

- perorálne vo forme tabletiiek alebo tekutiny

Príznaky zneužívania:

- zhoršený úsudok a poruchy koncentrácie pozornosti
- falošný pocit náklonnosti
- paranoja
- depresie
- svalové kŕče
- nedobrovoľné škrípanie zubov
- výrazné potenie

Zdroje: ide o umelo vytvorenú drogu – na prvý pohľad neškodnú vo forme tabletky, ktorá vyvoláva silné stimulačné účinky v mozgu. Často je však extáza kombinovaná s inými drogami, ako sú heroín, kokaín, pervitín alebo inými látkami, ako sú jed na potkany, rôzne prášky, čistiacie prostriedky atď.

Abstinenčné príznaky:

- potreba ďalšej dávky
- stavy úzkosti
- psychotické správanie
- rôzne fyzické bolesti
- kŕče končatín
- zlá nálada, smútok, nezáujem

Účinky:

- rozšírenie zreníc
- zvýšenie telesnej teploty a činnosti srdca
- pocit sucha v ústach
- výrazné potenie
- absencia varovných signálov
- úplné vyčerpanie organizmu s možným následkom smrti
- poškodenie vnútorných orgánov

MARIHUANA je bežne dostupný halucinogén, ktorý narušuje spôsob vnímania okolitého sveta. Účinná chemická látka, ktorá toto spôsobuje sa nazýva THC. Vyskytuje sa v podobe sušených listov a kvetov rastliny /tzv. šišíek) konope.

Slangové výrazy: gandža, grass, tráva, džoint, maryška, brko, šalátik, kapusta, šiška, makak, skunk, čajík, majoránka,

slangové výrazy pre užívanie: práskanie, húlenie, pukanie

Škodlivé účinky:

- zápaly dýchacieho ústrojenstva
- zrýchlený tep
- dezorientácia
- poruchy osobnosti
- spôsobuje mozgové vady
- citová otupenosť
- zhoršená schopnosť učiť sa
- zhoršená schopnosť pamätať si nové informácie

Ako sa užíva:

- fajčením
- ústami – jedlom s marihuanou
- luhovaním v alkohole

Príznaky zneužívania

- začervenané oči
- zvýšená chuť k jedlu alebo naopak – nechutenstvo
- typický zápach spáleného lístia
- euforické záchvaty smiechu
- prehnaná kreativita
- absurdné vnímanie sveta

Zdroje: je z ľahko dostupného konope siateho. Rastliny majú úzke dlhé listy s jemným vrúbkovaním, kvitnúce samičie rastliny vylučujú na kvetoch značné množstvo lepkavej živice obsahujúcej najviac účinnej látky.

Abstinenčné príznaky:

- zvýšená nervozita
- nepokoj
- neschopnosť sústredenia
- potenie a triaška
- nechutenstvo
- zníženie telesnej výkonnosti
- poruchy reči
- bloky v myslení
- poruchy pamäti a vnímania

Účinky:

- sucho v ústach
- euforické alebo naopak depresívne stavy
- zvýšená frekvencia srdca
- záchvaty smiechu a bezdôvodne dobrej nálady
- strata vnímania času a reality
- halucinácie

ROZPÚŠŤADLÁ - sú prchavé chemické látky, spôsobujúce opojenie, ktoré sú ľahko dostupné v bežných domácich chemikáliách ako napr. v riedidlách, lepidlách, čistiacich prostriedkoch. Slangové výrazy: fetovanie, čuchanie, klepanie.

Škodlivé účinky:

- predávkovanie následkom smrti
- nevoľnosť a zvracanie
- poškodenie čuchu
- úbytok svalovej hmoty
- postupné ničenie pečene a imunitného systému
- nezvratné poškodenie mozgu

Ako sa zneužívajú:

- inhalovaním výparov z obalu
- inhalovaním z napustenej tkaniny
- pre zosilnenie účinku sa látka inhaluje z igelitového vrečka
- zriedkavo – priamym použitím

Príznaky zneužívania

- lokálne poleptania kože a slizníc
- strata čuchu
- typický chemický zápach
- apatia
- omámenosť a nepriateľská nálada
- strata vedomia

- sklený pohľad

Zdroje: bezproblémová dostupnosť je hlavným faktorom rozmanitosti používaných látok z kategórie riedidiel, lepidiel, čističov pre domácnosť a pod.

Abstinénčné príznaky:

- nevoľnosť, zvracanie
- nadmerné potenie
- bolesti svalov a hlavy
- zimnica
- halucinácie
- podráždenosť
- kŕče

Účinky:

- stavy kritických výpadkov pamäte
- poruchy reči a vnímania
- postupný nástup eufórie
- zmeny vo vnímaní reality
- zlá motorika
- pocity búšenia srdca
- zvýšené potenie a poruchy dýchania
- pocity hučania v ušiach
- závrate a zvracanie
- tlmenie bolesti a napätia

HEROÍN

je extrémne návyková droga, fyzická a psychická závislosť vzniká už po podaní prvej dávky. Vyskytuje sa v podobe jemného prášku, v najčistejšej podobe bielej farby, na Slovensku je dostupný aj v rôznych odtieňoch (béžovej, hnedej, šedej až čiernej – inak nazývaný aj čierny heroín). Slangové výrazy: Háčko, herák, štof, šleha, hero.

Škodlivé účinky

- zápaly d'asien a kože
- vyrážky, pľuzgiere na tvári a na tele, najmä na miestach vpichov
- riziko nákazy hepatitídou a HIV používaním spoločných ihiel
- vysoké riziko predávkovania sa a následná smrť
- strata akýchkoľvek zábran
- narušenie menštruačného cyklu u žien
- kóma
- smrť
- strata svalovej hmoty
- strata intelligenčného potenciálu a pamäte

- vypadávanie zubov a vlasov
- ťažké hojenie rán
- poškodenie vnútorných orgánov a mozgu

Ako sa zneužíva:

- fajčením (nahrievaním prášku a vdychovaním výparov, pridávanie do tabaku)
- injekčne
- zriedka šnupaním

Príznaky zneužívania:

- zápachajúci dych a koža
- sklenený pohľad
- extrémne zúžené zrenice
- zvracanie
- malátnosť a ospalosť
- depresie a nechutenstvo
- narušenie sociálnych vzťahov

Zdroje: heroín je polosyntetická droga získavaná z mliečnej šťavy z nezrelých, zelených makovic maku siateho a vyrába sa chemickou deriváciou. Pochádza najmä z krajín južnej a juhovýchodnej Ázie

Abstinenčné príznaky

- nervozita, agresivita, nepokoj
- neovládnuteľná chuť na ďalšiu dávku
- nespavosť
- návaly pocitu tepla v striedaní s pocitom zimy
- kopanie, šklbanie svalmi, bolesti v svaloch
- silné bolesti
- slzenie a potenie

Účinky:

- omámenie
- spomalenie dychu
- zatemnenie funkcie myslenia
- nevoľnosť, zvracanie
- znížená telesná teplota
- znížená frekvencia srdca

LYSOHLÁVKY - sú malé hnedé huby, ktoré rastú po celom svete. Vyskytujú sa čerstvé, ale najčastejšie sušené. V prírode existuje viacero druhov týchto húb, ktoré obsahujú účinnú látku psilocybín a psilocín. Slangové výrazy: hříby, hříbiky, magic M, magické huby.

Škodlivé účinky:

- závrate
- nevoľnosť
- žalúdočné kŕče
- otrávenie organizmu
- poškodenie vnútorných orgánov a mozgu
- časté sú závažné psychické poruchy

Ako sa zneužívajú:

- perorálne, surové alebo vysušené
- pridávanie do jedál, luhovanie do nápojov
- zriedkavo – fajčením

Príznaky zneužívania

- bolesť hlavy
- nepokoj
- malátnosť
- triaška
- nadmerné potenie
- zrýchlené dýchanie

Zdroje: huby lysohlávky rastú kdekoľvek v prírode, v našich končinách sa im veľmi darí, majú tvar malého hribru s tenkou bielou stonkou a špicatým klobúkom hnedej farby. Pri pravidelnom užívaní lysohlávok si organizmus vytvára imunitu a tým vzniká potreba vyššej dávky, alebo inej halucinogénnej drogy.

Abstinenčné príznaky

- nespavosť
- potenie
- emocionálna nestabilita
- úzkostné stavy
- panické stavy

Účinky:

- výrazné zmeny zvukových, obrazových a hmatových vnemov
- posilnenie a kontrastné vnímanie variieb
- zvukové a vizuálne halucinácie
- citová nestabilita
- paranoidné stavy
- pokles telesnej teploty

LSD - je silná chemická látka meniaci stav vedomia. Vyskytuje sa vo forme malých tabliet, toboliek s tekutinou, napusteným savým papierom, zriedka v tekutej forme prípadne vo forme želatiny. Slangové výrazy: papier, trip, kyselina, štvorec, známka, výlet, štítok, acid.

Škodlivé účinky:

- negatívne vplyvy na srdcovo-cievny systém
- náhle zlyhanie činnosti srdca
- krvácanie do mozgu
- smrť

Ako sa zneužíva:

- perorálne, vo forme malých tabliet, malých papierikov želatiny alebo v tekutej podobe

Príznaky zneužívania

- rozšírenie zreníc
- zvýšená alebo naopak – znížená telesná teplota
- potenie alebo zimnica
- pocit sucha v ústach
- nespavosť a triaška

Zdroje: je to polosyntetický alkaloid kyseliny lysergovej a pôvodne bol vývíjaný na medicínske účely. LSD sa postupne v 60. rokoch stala drogou Hippies. Pri pravidelnom užívaní vzniká tolerancia voči droge a tým aj rastie túžba po nej.

Abstinenčné príznaky:

- záchvaty paniky
- flashback – návrat do stavu po požití drogy
- ťažká depresia alebo psychóza
- túžba po ďalšej droge (dávke)

Účinky:

- bludy, ilúzie, vizuálne halucinácie
- umelo navodený stav eufórie
- deformácia vnímania času a vlastnej identity
- zhoršený odhad hĺbky
- zhoršenie vnímania času, veľkosti a tvaru objektov, pohybov, farieb, zvukov
- ťažké desivé myšlienky, pocity, strach zo straty kontroly

CENTRÁ POMOCI:

Centrum pre liečbu drogových závislostí, Bratislava, Hraničná 2, P.O. Box 51, 827

Odborný liečebný ústav psychiatrický – Centrum pre liečbu drogových závislostí

Predná Hora, 049 01 Muráň 1

Protialkoholická liečebňa, o. z. Združenie MUDr. Ivana Novotného,
Osuského 10, 851 03 Bratislava

Protialkoholická liečebňa – Psychiatrická nemocnica Veľké Zálužie, Rinok 334, 951 35

TELEFÓNNE ČÍSLA:

Linka detskej istoty: **0800 11 78 78**

Linka detskej istoty: **116 111**

Ambulantné krízové stredisko: **0800 500 500**

Rodičovská LDI (streda 14:00 - 20:00): **0800 500 500**

Sociálno – právna poradňa, (štvrtok – sobota: 14:00 – 20:00) **0800 500 500**

Linka dôvery HIV/AIDS: **02/5937 0144**

Toxikologická informačná služba (pomoc v prípade predávkovania): **02/547 74 166**

Linka dôvery toxikomanov: **02/534 17 464, 02/534 17 467**

Infolinka o problematike opiátovej závislosti: **0915 970 498**

Linka dôvery a prevencie AIDS: **02/593 69 174**

Linka pomoci AIDS: **02/444 54 721**

Linka dôvery Ministerstva vnútra SR: **02/555 71 110**

Linka pre deti UNICEF: **0800 112 112**

LINKY:

www.infodrogy.sk

www.solen.sk

www.drogovaporadna.cz

www.odrogach.cz

www.alkoholizmus.info

www.uvzsr.sk

www.zodpovedne.sk

www.substitučna-liecba.sk

www.drogy.sk

www.drogy.cz

www.vlada.gov.sk