

# Chrońmy dzieci przed dopalaczami

Wojciech Staszewski



2010-10-18, ostatnia aktualizacja 2010-10-18 13:01

**Rozmawiajmy z dziećmi o dopalaczach. To sposób, żeby je przed nimi uchronić. Mówmy o tym, że bardzo szkodzą, uzależniają, mogą zabić.**

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

## Czy to legalne?

Na razie dopalacze są legalne. Sejm przegłosował już wprawdzie ustawę, która pozwala rządowi na faktyczną delegalizację dopalaczy, ale ustawą musi się jeszcze zająć Senat, podpisać prezydent, musi ona wejść w życie - potrwa to jeszcze kilka tygodni.

Nawet wtedy dopalacze nie znikną. Trafiają na czarny rynek i będą je nielegalnie sprzedawali handlarze narkotyków.

Do produkcji dopalaczy używa się nieco innych związków chemicznych niż obecne w zakazanych amfetaminie czy marihuanie. Do tej pory rząd delegalizował kolejne substancje (benzylpiperazyna, mefedron, dziewięć syntetycznych kanabinoidów), ale chemicy natychmiast zmieniali skład chemiczny, używając do produkcji dopalaczy legalnych składników o analogicznym działaniu. Wykrycie składu nowej substancji wymagało jednak wielomiesięcznych testów, potem trzeba wykazać jej szkodliwość i rozpocząć procedurę prawną zmierzającą do jej zakazania. Nowa ustawa to zmienia. Rząd będzie mógł zawiesić nawet na półtora roku nowe substancje, opierając się na "domniemaniu szkodliwości". Przez ten czas będzie można wykazać w testach ich szkodliwość dla człowieka i wpisać je na listę substancji zakazanych.

Oficjalnie dopalacze są sprzedawane jako "artykuły kolekcjonerskie" z zaznaczeniem, że nie są przeznaczone do spożywania przez ludzi. Producenci na opakowaniach, a sprzedawcy w sklepie przestrzegają tego slangu. Zdejmuje to z nich odpowiedzialność za zatrucia dopalaczami.

Dr Magdalena Łukasik-Głębocka, ordynator oddziału toksykologii poznańskiego Szpitala im. Franciszka Raszei, cieszy się z bliskiej delegalizacji dopalaczy: - Większość społeczeństwa nie wiedziała do niedawna, co to jest, a potencjalnym konsumentom legalny status dawał poczucie bezpieczeństwa. Dopiero kiedy trafiali do nas na oddział, byli oburzeni, że takie świństwo może być sprzedawane w sklepie.

## Jak wyglądają dopalacze?

Dopalacze sprzedawane są w małych papierowych saszetkach z kolorową grafiką.

- Rodzic powinien wiedzieć, jak to wygląda - uważa Lidia Woć, konsultant Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii i terapeuta uzależnień. - 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 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 serca na minutę, gdy zwykle to ok. 70) i temperatury ciała;

\* stany lękowe (osoby pod wpływem dopalaczy słyszą głosy, widzą rzeczy, których nie ma, mają urojenia o charakterze prześladowczym).

Jeden z młodych eksperymentatorów tak opisuje zjazd po zażyciu dopalacza funky:

"Niežnośna ociężałość myśli, nieżnośny nierówny puls, mdłości, drgawki, stany lękowe, paranoje, ucisk w czaszce, miazga z mózgu, totalny killer. My wzięliśmy w trójkę 0,2 g, a koszmar trwa już 15 godzin i jest coraz gorzej. Jakby ktoś wziął sam 0,5, w najlepszym razie wyładowałby na OIOM-ie albo w psychiatryku".

### **Czym to grozi?**

- Nagły zgon wskutek udaru czy zawału po zażyciu dopalaczy może dotyczyć raczej osób z grup ryzyka, z chorobami układu krążenia - uspokaja dr Głębocka. - Ale 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 niedokrwienych w sercu.

Gorsze zdaniem dr Głębockiej jest co innego: - Podstawowy problem to zaburzenia zachowania. Agresywność, skłonność do prób samobójczych, łatwość wejścia w konflikt z prawem. Pamiętam pacjenta po dopalaczach, którego przywiozła nam policja, bo chciał skakać z okna kamienicy na trzecim piętrze. Musieli wezwać do niego negocjatora policyjnego, żeby go sprowadził.

No i najgorsze. Lekarze nie są jeszcze tego w stanie udowodnić, ale wszystko wskazuje na bardzo silne działanie uzależniające dopalaczy.

- Jeden pacjent opowiadał, że od sześciu miesięcy bierze dopalacze codziennie. Inny od kilku miesięcy zażywa dwie dawki na dzień - podaje dr Głębocka. Tłumaczy też, skąd teraz tak duża ilość

nagłośnionych przypadków zatruc dopalaczami, skoro są one dostępne od dwóch lat: - Jakiś czas temu ich nabywcy zaczęli eksperymentować, stopniowo zaczęli tracić nad tym kontrolę. Zatrucia, które się teraz zdarzają, świadczą o tym, że jest już spora fala uzależnionych.

### **Co może rodzic?**

- Usiąść z dzieckiem i porozmawiać na temat dopalaczy. Że coś takiego jest, a my się w związku z tym boimy o dziecko, bo je kochamy - odpowiada terapeutka Lidia Woć. - W gimnazjum, a nawet pod koniec podstawówki jest już czas na taką rozmowę. A jeśli wcześniej pyta, to trzeba odpowiadać, nawet przedszkolakowi.

Co może wyjść z takiej rozmowy? - Może dzieciak też się boi, że mu zaproponują. A może myślał, że to legalne, fajne i zdrowe - odpowiada Lidia Woć. - A może powie, że kiedyś próbował.

Co wtedy? Lidia Woć: - 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 kasę - uzależnienie klientów, żeby stale potrzebowali ich towaru.

### **Gdy dziecko wraca do domu zaćpane?**

Nie zawsze jest tak różowo. Dlatego rodzice powinni zwracać uwagę na niepokojące objawy. Jeśli dziecko wraca wieczorem do domu i chyłkiem przeslizguje 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" - opowiada Lidia Woć. - 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.

Weź dzieciaka po imprezie, zapal światło w pokoju i spójrz 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 - komentuje Lidia Woć. - Ale czy na pewno mają ten kontakt? Znają jego znajomych? Mają wpływ na to, jak dziecko spędza swój czas wolny?

### **A jeśli stale bierze?**

To mamy problem, o którym musimy porozmawiać. - otwarcie, wprost, konkretnie ale spokojnie - zaznacza Lidia Woć. - Ustalić pewne zasady i konsekwentnie je przestrzegać.

- Nie będziesz chodzić na dyskoteki.

- No mamo, jak to?

- Dobrze, mogę się zgodzić, ale raz na dwa tygodnie. I po powrocie przychodzisz mi się pokazać.

Powinniśmy porozmawiać, dlaczego tak jest, że dzieciak nie potrafi się bawić bez dopalacza. Czy jest nieśmiały, zblokowany, jak mu w tym pomóc, jak go dowartościować, żeby czuł się pewniej?

A jeśli dziecko wtedy odpowie: Wy też pijecie alkohol na imprezach!

Lidia Woć radzi odpowiedzieć: - Po pierwsze, jak będziesz dorosły, ukształtowany fizycznie i psychicznie, odpowiedzialny za siebie i znając argumenty za i przeciw, będziesz chciał pić lub coś brać - to będzie twoja sprawa. A 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 - podkreśla Lidia Woć.

### **Gdzie zadzwonić?**

Ogólnopolski Narkotykowy Telefon Zaufania to: **801 199 990**, czynny codziennie od 16 do 21, połączenie płatne 35 gr. Ma w nazwie narkotyki, ale można dzwonić w sprawach związanych z dopalaczami, bo działają tak samo

Ale 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 jak doprowadzić do wizyty z dzieckiem w poradni.

### **A można czasem wziąć?**

- Nie! - przestrzega dr Głębocka.

I wyjaśnia: po pierwszym użyciu raczej 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 pozwalać dziecku czy sobie na żadne "od czasu do czasu", bo nie mamy nad tym żadnej kontroli. Uzależnienie przychodzi podstępnie. Ostatnią osobą, która je dostrzega, jest sam uzależniony - mówi dr Głębocka.

Więcej...

[http://wyborcza.pl/narkopolacy/1,100609,8528871,Chronmy\\_dzieci\\_przed\\_dopalaczami.html#ixzz1dI9ibJ4R](http://wyborcza.pl/narkopolacy/1,100609,8528871,Chronmy_dzieci_przed_dopalaczami.html#ixzz1dI9ibJ4R)