

STOP DOPALACZOM!!!

W ciągu ostatniego roku w prasie i TV pojawiało się wiele doniesień na temat tzw. *dopalaczy*.

W ubiegłym tygodniu temat *dopalaczy* nie schodził ze szklanego ekranu i pierwszych stron gazet. Rząd wypowiedział wojnę „legalnym narkotykom”.

Czy jednak wszystkim wiadomo, co to są *dopalacze*?

Dopalacz to termin nieposiadający charakteru naukowego. Używa się go potocznie, dla nazwania grupy różnych substancji lub ich mieszanek o rzekomym bądź faktycznym działaniu psychoaktywnym, nieznajdujących się na liście substancji kontrolowanych przepisami ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii.

Jakie są skutki używania *dopalaczy*?

Trudno jest ocenić jak bardzo są niebezpieczne, bowiem jedne działają uspokajająco inne natomiast pobudzająco i nigdy naprawdę nie wiadomo, jak dana używka zadziała na konkretnego człowieka. Substancje te nigdy nie zostały poddane tak dokładnym badaniom jak leki. Wiadomo natomiast, że zawarte w *dopalaczach* syntetyczne składniki oddziałują na receptory w mózgu, wywierając negatywny wpływ na zdrowie człowieka. Zaobserwowane szkodliwe objawy to między innymi: bezsenność, nudności, wymioty, bóle głowy, drgawki, problemy z oddychaniem, stany lękowe. Większość *dopalaczy* działa pobudzająco, co może prowadzić do zaburzenia funkcjonowania układu krążenia, skoków ciśnienia, zaburzeń rytmu serca i pracy mózgu. W określonych sytuacjach mogą być bardzo niebezpieczne dla zdrowia i życia.

Wielu lekarzy od dawna podkreślało, że *dopalacze* są groźniejsze od narkotyków, ponieważ ich skład często się zmienia, a poza tym – można się go jedynie domyślać. Najtrudniejsze zadanie toksykologów mają w przypadku wszelkich mieszanek, ponieważ w jednym preparacie mogą znajdować się odmiennie działające substancje lub takie, których działanie nakłada się na siebie i wzajemnie maskuje.

Badania nad ewentualną szkodliwością *dopalaczy* są trudne i nie nadążają za rozwijającym się rynkiem. Obecnie do najpopularniejszych *dopalaczy* należy N-benzylopiperazyna (NBP) oraz szałwia wieszczą. Najczęściej ich użytkownikom towarzyszy przyływ energii, podwyższony nastrój, euforia, uczucie szczęścia. Substancje te mogą jednak powodować zaburzenia świadomości, stany lękowe, omamy i zmiany zachowania, a w połączeniu z alkoholem mogą powodować zatrucia.

Oprócz ryzyka zatrucia, stosowanie substancji psychoaktywnych jest niekorzystne także dlatego, że stanowi łatwy i szybki sposób na zaspokojenie potrzeby zmiany świadomości w celu przeżycia czegoś „innego”, często „lepszego”. W ten sposób utrwalają się nieprawidłowe wzorce przeżyć, zachowań, dochodzi do zaniedbań w nauce, relacjach społecznych, zniekształceniu ulega rozwój osobowy. W przyszłości mogą (choć nie muszą) rozwinąć się takie choroby, jak: uzależnienie, zaburzenia osobowości, emocjonalne lub przewlekłe stany psychiatryczne.

Niewiele osób zdaje sobie sprawę z tego, że chęć sięgnięcia po *dopalacze* to efekt przyzwyczajenia do stosowania środków psychoaktywnych w dzieciństwie. Nieświadome przyzwolenie na spożywanie np. napojów energetyzujących to nie tylko tolerowanie eksperymentów, ale też przyzwyczajanie organizmu do określonych dawek trucizny. Takie stopniowe uzależnianie od wielu toksycznych substancji (leków, napojów, *dopalaczy*) jest zagrożeniem dla dzisiejszej młodzieży. Coraz częściej zdarzają się przypadki uzależnienia od wielu substancji naraz, czyli politoksykomania. Jednoczesne przyjmowanie kilku środków ma na celu dowolność w kreowaniu nastroju. Takie osoby rano biorą środki poprawiające nastrój, w ciągu dnia leki uspokajające, usuwające zmęczenie, natomiast wieczorem ułatwiające zasypianie. Kontrolowanie samopoczucia spotyka się przede wszystkim u młodych ludzi nastawionych na wysokie wyniki w nauce czy szybką karierę w biznesie. Przeważa w nich pragnienie maksymalnego ułatwienia sobie życia.

W ostatnim czasie docierają coraz bardziej niepokojące informacje o wzroście liczby przypadków hospitalizacji oraz zgonów (zarówno ludzi młodych jak i starszych)

spowodowanych używaniem *dopalaczy*. Powyższe informacje świadczą o tym, że stosowanie ich może wiązać się z wystąpieniem wysokiego ryzyka dla zdrowia, a nawet życia.

Dlatego apelujemy o nieużywanie *dopalaczy*!!!

mgr Anna Kita – pedagog w Powiatowej Poradni
Psychologiczno-Pedagogicznej w Tarnowie,
Filia w Tuchowie