

„DOPALACZE”

**- nowa kategoria
substancji
psychoaktywnych**

CZYM SĄ „DOPALACZE”?

- „Dopalacze” – stosowana w Polsce, potoczna nazwa różnego rodzaju produktów zawierających substancje psychoaktywne, które nie znajdują się na liście środków kontrolowanych przez ustawę o przeciwdziałaniu narkomanii. Spożycie ich ma na celu wywołanie w organizmie jak najwierniejszego efektu narkotycznego substancji zdelegalizowanych.
- Środki tego rodzaju są produkowane głównie po, to aby ominąć obowiązujące zakazy antynarkotykowe, stąd ich skład chemiczny ulega ciągłej ewolucji.

„Dopalacze”

można podzielić na 3 grupy:

- ▶ środki pochodzenia głównie roślinnego (susze, kadzidełka)
- ▶ środki pochodzenia głównie syntetycznego (sprzedawane w formie tabletek lub proszków w torebkach, które zawierają zazwyczaj rozmaite mieszanki różnych grup związków działających psychoaktywnie).
- ▶ środki syntetyczne (zawierające jedną substancję, która (jeszcze) nie jest zakazana, sprzedawane w postaci znaczków do lizania, małych pigułek

JAK DZIAŁAJĄ?

- „Dopalacze”, jak większość substancji psychoaktywnych, działają na ośrodkowy układ nerwowy i po ich zażyciu zmienia się nastrój i zachowanie człowieka.

JAKIE SĄ OBJAWY UŻYWANIA?

- Podobnie jak w przypadku narkotyków, objawy używania zależą od rodzaju substancji, przyjętej dawki, jak również od cech psychofizycznych danej osoby. Nie ma jednego wzorca reakcji na przyjętą substancję – tolerowana przez organizm jednego człowieka, dla innego może być groźną w skutkach trucizną.
- W zależności od substancji mogą wystąpić między innymi następujące objawy: przyływ energii, podwyższenie nastroju, rozdrażnienie, huśtawka nastroju, pobudzenie psychoruchowe, napady szału, stany depresyjne, halucynacje wzrokowo-słuchowe, a także utrata apetytu, bezsenność, przekrwienie gałek ocznych, wymioty, biegunka.
- Powodowane przez dopalacze zmiany świadomości lub stany pobudzenia ograniczają zdolność oceny i kontroli sytuacji, co znacząco zwiększa ryzyko niebezpiecznego wypadku, odniesienia urazu, a także utraty przytomności. Używanie dopalaczy może także spowodować skutki śmiertelne.

CO SKŁANIA DZIECI I MŁODZIEŻ DO SIĘGANIA PO ŚRODKI ODUŻAJĄCE?

- **CIEKAWOŚĆ**
 - (narkotyki jest „czymś” atrakcyjnym)
 - **NUDA**
 - (trzeba po prostu „coś” robić)
 - **CHĘĆ ODURZANIA SIĘ**
 - (dostarcza uczucia przyjemności i siły)
 - **WPŁYW GRUPY**
 - (dzieci potrzebują akceptacji z strony rówieśników)
 - **PROBLEMY W DOMU**
 - (kłótnie, rygorizm, brak czasu dla dzieci)
 - **PROBLEMY W SZKOLE**
- (niepowodzenia szkolne, wymagania przekraczające możliwości dziecka)
 - **PROBLEMY Z SAMYM SOBĄ**
 - (niska samoocena, brak oparcia w bliskich)
 - **NEGATYWNE WZORCE W ŚWIECIE DOROSŁYCH**

PO CZYM POZNAC, ŻE NASZE DZIECKO MOŻE MIEĆ KONTAKT Z DOPALACZAMI?

- **Osłabienie relacji z rodziną, unikanie kontaktu, rozmów i ciągle spóźnianie**
- **Pogorszenie ocen w szkole, częste wagary**
- **Zrywanie dotychczasowych znajomości**
- **Porzucanie zainteresowań**
- **Wzmożony apetyt/ utrata apetytu**
- **Zmiana rytmu snu i czuwania**
- **Kłamstwa, kradzieże**
- **Zmiany w wyglądzie i funkcjonowaniu (zaburzona mowa, pamięć, wyraz oczu, styl ubierania)**
- **Zaniedbywanie higieny osobistej**
- **Wycofanie z życia.**

CO CHRONI NASZE DZIECI?

- **Okazywanie miłości i zainteresowania życiem dziecka**
(mów dziecku, że jest dla ciebie najważniejszą osobą, że zależy ci, by było zdrowe i szczęśliwe, poznaj jego przyjaciół, zainteresowania i sposoby spędzania czasu wolnego);
- **Dobre porozumiewanie się z dzieckiem**
(rozmawiaj z dzieckiem często, pytaj o jego zdanie, uważnie słuchaj, rozmawiaj także na trudne tematy – o narkotykach, alkoholu, dojrzewaniu);

- **Zdrowa dyscyplina**

(postaw jasne granice – wyraż zdecydowany sprzeciw wobec używania narkotyków i innych środków psychoaktywnych, podaj oczekiwania dotyczące godzin powrotu do domu, kontaktów z kolegami, sprawdzaj na co wydawane jest kieszonkowe, itp.);

- **Wspieranie dziecka**

(doceniaj wysiłki w osiąganiu celów, chwal dziecko za sukcesy i odpowiedzialność – podnosisz tym jego poczucie własnej wartości. Zapewnij, że zawsze może liczyć na twoją pomoc w trudnych sytuacjach);

- **Wspólne spędzanie czasu!!!**

**TYLKO WTEDY,
KIEDY ZNASZ SWOJE DZIECKO,
ZAUWAŻYSZ POJAWIAJĄCE SIĘ
ZAGROŻENIE!**

