

## Szanowni Rodzice,

W związku z bardzo niepokojącymi sygnałami, płynącymi z całej Polski, a nawet świata, dotyczącymi fali zatruc dopalaczami, postanowiliśmy w bieżącym roku szkolnym 2015/2016, położyć szczególny nacisk na edukację profilaktyczną uczniów w tym kierunku. W pierwszym semestrze zorganizowane zostaną dla wszystkich uczniów gimnazjum warsztaty prowadzone przez specjalistów Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii z Bydgoszczy, a także prelekcja dla uczniów klas szóstych. Planujemy także zorganizowanie specjalnego spotkania dla rodziców i opiekunów prawnych, w celu przekazania Państwu jak największej ilości informacji nt. różnych substancji uzależniających oraz płynących zagrożeń, wynikających z ich zażywania. Treści te mogą być bardzo pomocne w prawidłowym i skutecznym wychowaniu naszych dzieci. Poniżej zamieszczamy kilka podstawowych informacji nt. dopalaczy i zachęcamy do zapoznania się z nimi.

**Dopalacze** są groźne i o tym wiedzą już chyba wszyscy. Zamknięcie w całym kraju (na podstawie decyzji Głównego Inspektora Sanitarnego z 2 listopada 2010 r.) 1378 sklepów z dopalaczami oraz wytwórni i hurtowni przyniosło chwilę spokoju. Liczba zatruc szybko się zmniejszyła. Ale na krótko, bo producenci i sprzedawcy nie dali za wygraną. Dopalacze wróciły, i to ze zdwojoną siłą. Jest ich coraz więcej i mają coraz silniejsze działanie (w 2013 r. pojawiło się w Polsce ponad 70 nowych substancji psychoaktywnych). A handel nowymi narkotykami – **Designer Drugs** (DD), jak określa się dopalacze – ze sklepów przeniósł się głównie do internetu.

### Dopalacze, czyli co?

Są to pewne substancje psychoaktywne – syntetyczne albo pochodzenia naturalnego. Niektóre starają się naśladować marihuanę, inne – amfetaminę, kokainę czy ekstazy. Najczęściej składają się z kilku substancji. **Zaburzają jednocześnie wiele funkcji ośrodkowego układu nerwowego** – tym różnią się od klasycznych narkotyków i na tym polega ich niebezpieczeństwo.

Pozyskuje się je z setek roślin o charakterze halucynogennym jak muchomor, pokrzyk wilcza jagoda, kaktusy, czy ze skóry jadowitych gadów i płazów. Do tego dochodzą związki chemiczne będące efektem dynamicznego rozwoju chemii oraz farmakologii (część dopalaczy robiona jest na bazie legalnych, dostępnych bez recepty leków z pseudoefedryną, kodeiną).

W sklepach internetowych pojawiły się wyjątkowo niebezpieczne Reserch Chemicals (RC), czyli odczynniki chemiczne, opatrzone zwykle informacją, że są to substancje przeznaczone do celów naukowych, wyłącznie dla osób dorosłych i nie nadają się do spożycia. Sprzedaje się je w probówkach jako odczynniki chemiczne, ale młodzi „chemicy” dobrze wiedzą, że ich przeznaczenie jest inne.

## Nieprzewidywalne działanie dopalaczy

Marihuanę, kokainę czy amfetaminę łatwo wykryć we krwi i wiadomo, jakie jest na nie antidotum. **Dopalacze są jedną wielką zagadką**, bo nie ma badań, które by wprost pokazały, jak konkretny produkt wpływa na organizm. U jednych najpierw pojawia się euforia, u innych apatia albo stany paranoidalne, a za nimi radość, eksplozja energii i w końcu duchowy upadek. Toksykologowie mówią, że klasyczne narkotyki, może poza ekstazy, po pierwszej dawce nie zabijają, a heroinę, która jest najcięższym narkotykiem, trzeba przyjmować nawet kilka lat, zanim doprowadzi do śmierci. **W przypadku dopalaczy zdarzają się przypadki śmiertelne albo głębokiego uszkodzenia układu nerwowego po pierwszej dawce.** Jeśli nawet badacze dowiedzą się, że dopalacz „Amazonka” dostępny w Szczecinie zawiera 8 substancji, to nie ma gwarancji, że „Amazonka”, która pojawi się w Przemyślu, będzie miała te same składniki. Działanie „Białej damy”, „Ognistego smoka” czy „Mocarza” jest znane dopiero, gdy pojawiają się problemy zdrowotne. Czasem producenci wprowadzają w błąd, zapewniając, że produkty są pochodzenia naturalnego, a to nieprawda. W 2013 r. odnotowano 721 zatruc dopalaczami. Lekarze są bezradni, muszą działać po omacku, bo nie znają składu ani dawki substancji czynnej. Jeśli nawet wchodzące w skład mieszanek rośliny czy związki chemiczne nie szkodzą czy nie uzależniają, to w połączeniu mogą tworzyć groźny koktajl.

## Co robić, gdy dziecko bierze

Gdy ktoś ma dobry kontakt z dzieckiem, zauważy, że dzieje się z nim coś niedobrego. **Niepokoić powinna każda zmiana zachowania.** Dziecko zaczyna się oddalać od ciebie, kręci, kłamie, odpowiada półsłówkami, mimo że dotychczas umieliście się z sobą porozumieć. Wagaruje, opuszcza się w nauce, jest ciągle zmęczone, śpiące, melancholijne lub rozdrażnione, agresywne, porusza temat śmierci, samobójstwa, kwestionuje szkodliwość dopalaczy. Wychodzi często z domu, nocuje poza domem, zamyka się w pokoju. Z domu znikają pieniądze, cenne przedmioty.

Wszystko to może świadczyć o tym, że pojawił się problem. **Zacznij od spokojnej rozmowy.** Nastolatek sam nie przyzna się, że bierze. Nie ma testów, które wykrywałyby dopalacze, są tylko narkotykowe, ale młodzież potrafi fałszować ich wynik. Jeśli niepokojące objawy powtarzają się, najlepiej pójść do poradni leczenia uzależnień. Pracujący tam specjaliści na podstawie rozmowy i testów ocenią sytuację i w razie potrzeby zaproponują leczenie albo skierują do oddziału toksykologicznego. Niektórzy rodzice wiedzą, że dziecko eksperymentuje, krzyczą, załamują ręce, ale nie zadają sobie kluczowego pytania, dlaczego dziecko sięga po narkotyki. Czekają tydzień, miesiąc, rok, do specjalisty idą wtedy, gdy dziecko jest już w pełni uzależnione.

**Nie ma jednej skutecznej metody, która uchroniłaby nastolatka przed dopalaczami. Na pewno im większy kontakt z dzieckiem, tym większa szansa, że nie da się na nie namówić. Trzeba rozmawiać, nie unikając trudnych tematów, słuchać, nie bagatelizować jego problemów. Ważne, żeby zbudować wzajemne zaufanie. Jednak mimo wysiłków rodziców czasem chęć dopasowania się do grupy rówieśniczej bierze górę.**

Opracowano na podstawie informacji zawartych na stronie: [http://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/nalogi/dopalacze-objawy-zatrucia-i-skutki-uboczne-zazywania-dopalaczy\\_37554.html](http://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/nalogi/dopalacze-objawy-zatrucia-i-skutki-uboczne-zazywania-dopalaczy_37554.html)