

Substancje psychoaktywne



Konsekwencje używania narkotyków i paranarkotyków:

- Zdrowotne:

U z a l e ż n i e n i e psychiczne i/lub fizyczne; zaburzenia działania układu

nerwowego; ryzyko nieodwracalnych zmian w mózgu; ryzyko HIV; pogorszenie stanu zdrowia; podatność na choroby i infekcje; przy przedawkowaniu ryzyko trwałych zaburzeń zdrowotnych (psychicznych i fizycznych) oraz śmierci.

- Społeczne, edukacyjne:

Problemy z nauką; zaburzenia relacji rodzinnych i konflikty; wykluczenie społeczne i naznaczenie; zachowania ryzykowne (prostytycja, kradzieże, kompulsywne poszukiwanie środków na narkotyki)

Nadużywanie leków z pseudoefedryną:

Reakcje: wzmożona aktywność; nadpobudliwość; przyspieszone tętno; bezsenność; drgawki.

Niebezpieczeństwa: uzależnienie psychiczne; zaburzenia układu krążenia; przeciążenie organizmu.

Nadużywanie leków z kodeiną:

Reakcje: zaburzenia mowy i motoryki; opóźnione reakcje; halucynacje i omamy; zasypianie; zmniejszona ruchliwość.

Niebezpieczeństwa: przy dużych dawkach kodeina może metabolizować się w morfinę, która uzależnia fizycznie i psychicznie; zaburzenia układu nerwowego; zaburzenia oceny sytuacji.

Picie benzodaminy:

Reakcje: urojenia; omamy i wizje; zaburzenia wzroku i motoryki.

Niebezpieczeństwa: uszkodzenia nerek; próby samobójcze.

ŚCIĄGA Z ODMAWIANIA

1. Patrz prosto w oczy, mówiąc: NIE, DZIĘKI.
2. Wykorzystaj swoje poczucie humoru, zażartuj. To pomoże rozładować sytuację.
3. Odejdź. Jeżeli sytuacja wydaje się beznadziejna, po prostu odejdź.
4. Użyj swojej wyobraźni! Zmień temat, udaj chorego, napad kaszlu...

Techniki skutecznego odmawiania:

Metoda „zdarłej płyty”:

uparte powtarzanie tej samej kwestii, np. „ Nie dziękuję, nie piję” lub „Nie mam na to ochoty”.

Metoda „zasłony dymnej”:

pozorne aprobowanie krytyki, np. „ Tak jestem dzieckiem”, „ Zgadzam się z tym, przejmuję się tym co mówią w szkole”.

Wypytywanie o strony dodatnie i ujemne:

„Co takiego dobrego jest w zażywaniu narkotyków...? lub „ Co złego jest w tym, że nie chce tego robić...?”

Czy wiesz że...?

Naturalnym składnikiem dopalaczy jest muchomor czerwony.

Największa liczba osób trafiających na oddziały psychiatryczne z epizodami psychozy i schizofrenii to osoby, które wcześniej zażyły środki psychoaktywne.

Opracowała: mgr Paulina Rogowska
(na podstawie różnych materiałów)