

## NARKOTYKI

Narkotyki stały się łatwo dostępne w wielu miejscach i stanowią realne niebezpieczeństwo zagrażające np. dzieciom. Warto zatem nauczyć się rozpoznawać sygnały, wskazujące na zażywanie środków odurzających. Podajemy podstawowe informacje dotyczące tego, jak zapobiegać uzależnieniom i jak rozpoznać, że bliska Ci osoba sięgnęła po narkotyki, a także co zrobić w takiej sytuacji.

Sygnały ostrzegawcze, czyli na co należy zwrócić uwagę:

- nagłe zmiany nawyków;
- łamanie ustalonych zasad, napady agresji i złości;
- zmiany nastroju i aktywności (często naprzemiennie zmęczenie z euforią);
- problemy w szkole np. pogorszenie się ocen, wagary, konflikty z nauczycielami;
- izolowanie się od innych domowników, zamykanie się w pokoju, niechęć do rozmów;
- częste wietrzenie pokoju, używanie kadzidełek i odświeżaczy powietrza;
- nadmierny apetyt lub brak apetytu;
- nagła zmiana grona dawnych przyjaciół na innych;
- niewytłumaczone spóźnienia, późne powroty lub też noce poza domem;
- kłamstwa, wynoszenie wartościowych przedmiotów z domu, trudno wytłumaczalny przyпіływ gotówki;
- tajemnicze, krótkie rozmowy telefoniczne, nagłe wyjścia;
- nowy styl ubierania się, zmiana fryzury, koloru włosów, kolczyki, tatuaże, ostry makijaż itp.;
- zmiany w wyglądzie i stanie zdrowia: blada, ziemista, zmieniona cera, przekrwione oczy, zwężone lub rozszerzone źrenice, niewyraźna mowa, krwawienie z nosa, spadek ciężaru ciała, częste przeziębienia, wymioty, zaparcia lub rozwolnienia, depresja i problemy natury psychicznej, bóle różnych części ciała, zaburzenia pamięci, brak koncentracji, ślady na skórze po ukłuciach;
- brak zainteresowania własnym wyglądem i nieprzestrzeganie zasad higieny;
- pojawienie się przyborów mogących świadczyć o kontakcie z narkotykami, takie jak: fajki, bibułki papierosowe, foliowe torebki z proszkiem, tabletkami, kryształkami lub suszem, białe lub kolorowe pastylki, igły, strzykawki.

Nie wszystkie z wymienionych objawów muszą się pojawić łącznie. Im głębsze uzależnienie, tym objawy choroby są bardziej widoczne ponieważ wymykają się spod kontroli uzależnionego.

Pamiętajmy też, że narkotyki pochodzenia naturalnego lub syntetyczne, przybierają bardzo różne postacie:

- proszki (najczęściej zabezpieczone przed wilgocią),
- wysuszone i rozdrobnione części roślin,
- małe grzybki,
- płyny o różnym kolorze i najczęściej "chemicznym", ostrym zapachu np. w strzykawkach, małych buteleczkach i fiolkach,
- kawałki plastycznej masy o ziołowym aromacie,
- tabletki i kapsułki różnej wielkości, koloru i gramatury,
- małe znaczki i papierki często z nadrukami,
- żelki o różnych wymiarach,
- nasiona i niewielkie owoce.

Gdy dziecko sięgnie po narkotyki

Nie możesz:

- wpadać w panikę;
- przeprowadzać rozmów z dzieckiem, kiedy jest ono pod wpływem środka odurzającego;
- udawać, że to nie prawda i bezgranicznie ufać ani wierzyć zapewnieniom dziecka, że ma kontrolę nad narkotykami, że samo sobie poradzi z tym problemem;
- usprawiedliwiać dziecka i spłacać jego długów;
- szukać winy w sobie lub w tzw. złym towarzystwie;

Trzeba:

- działać i nie liczyć na to, że problem sam się rozwiąże;
- spokojnie porozmawiać z dzieckiem i je wysłuchać;
- zastanowić się, dlaczego sięga po narkotyki i pomyśleć jak to można zmienić;
- szukać pomocy u specjalistów;
- stosować zasadę "ograniczonego zaufania" starać się zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko.

Narkotyki i prawo

- posiadanie narkotyków jest czynem karalnym zagrożonym karą do 5 lat więzienia i grzywny;
- produkcja środków odurzających jest zagrożona karą więzienia od 6 miesięcy do 10 lat i/lub grzywny;
- za handel narkotykami grozi kara pozbawienia wolności od roku do 10 lat i grzywny, a w przypadku sprzedawania małoletniemu na czas nie krótszy od lat 3;
- kto udziela środka odurzającego albo nakłania do użycia takiego środka inną osobę, zwłaszcza małoletnią, podlega karze pozbawienia wolności do lat 5.