**NOWE ŚRODKI PSYCHOAKTYWNE - Co należy wiedzieć i co należy robić, aby chronić dziecko przed narkotykami i innymi środkami psychoaktywnymi**

Jesteś tu: » [Strona główna](http://www.gimblachownia.szkolnastrona.pl/index.php?p=m&idg=mg,1) » [Dla rodziców](http://www.gimblachownia.szkolnastrona.pl/index.php?p=m&idg=mg,24) » **NOWE ŚRODKI PSYCHOAKTYWNE - Co należy wiedzieć i co należy robić, aby chronić dziecko przed narkotykami i innymi środkami psychoaktywnymi**

**Nowe środki psychoaktywne**

**Co należy wiedzieć i co należy robić, aby chronić dziecko przed narkotykami i innymi środkami psychoaktywnymi**

Narkotyki stały się dostępne wszędzie. Wcześniej czy później kontakt z nimi może się przydarzyć każdemu dziecku, także Twojemu. Stanowią realne niebezpieczeństwo, nawet jeśli dziś myślisz sobie: „Mój syn, moja córka nigdy tego nie zrobi...”. Powinieneś jednak zdawać sobie sprawę, że wiele zależy od Ciebie. W tym  miejscu należy jednak zaznaczyć, że w ostatnim czasie bardzo dużym problemem stało się sięganie przez młodzież po środki odurzające zupełnie innego rodzaju. Mowa tu o lekach sprzedawanych w aptekach bez recepty. Jest to nowy i łatwiejszy sposób wprowadzania się przez młodych ludzi w stan odurzenia. W każdej aptece  kryje się dużo więcej ciekawszych, legalnych i mimo wszystko bezpieczniejszych (przynajmniej do czasu) dla organizmu specyfików. To normalne lekarstwa dostępne bez recepty, a dostarczają odlotów niczym dragi kupowane u dilera.

Poznaj my więc świętą trójcę narkotyków, które są do kupienia w każdej aptece.



**Kodeina** (nazwa handlowa: Thiocodin). Pochodna morfiny z rodziny opiatów. Wystarczy jedno opakowanie za kilka złotych, czyli 10 małych tabletek, by poczuć jak ciało ogarnia przyjemne ciepełko i wszystkie problemy znikają w oddali. To  bardzo zdradziecka substancja. Można zatracić się w niej bez reszty i szybko popaść w mocne uzależnienie, zarówno fizyczne jak i psychiczne. A tolerancja wzrasta i trzeba żreć tego więcej i więcej.



**Pseudoefedryna** (nazwa handlowa: Sudafed). To substancja, której nadużycie sprawia objawy jak po zażyciu amfetaminy, której pseudoefedryna jest pochodną. Działanie to silne pobudzenie i euforia. Wystarczą cztery tabletki, by poczuć przyjemną i całkiem silną jazdę w wyjątkowo syntetycznym wydaniu.. Dostarcza wyjątkowo silnych wrażeń, jak na tak małą ilość leku dostępnego bez recepty.



**Dekstrometorfan** (nazwa handlowa: Acodin). Substancja zwana potocznie DXM, wchodząca w skład popularnego wśród gimnazjalistów leku Acodin, to już wyższa szkoła jazdy. Zażywana w większych dawkach (od 30 tabletek w górę) potrafi zrobić prawdziwe spustoszenie w organizmie młodego człowieka.  Odrealnienie, halucynacje, zwidy, a przy jeszcze większych dawkach i wyższych poziomach plateau – mistyczne doznania i wyjście duszy z ciała. To wszystko, a nawet więcej jest w stanie zapewnić substancja wchodząca w skład niepozornego leku na kaszel. Doznania są tak silne, że ma się wrażenie totalnego zagubienia w czasie i przestrzeni.

**Co powinieneś wiedzieć ?**

Często dzieci wiedzą na temat narkotyków i innych środków odurzających wiedzą dużo więcej od rodziców. Przeważnie jednak ich informacje wynikają z mitów krążących wśród młodzieży i nie są prawdziwe. Jeśli chcesz być dla dziecka autorytetem i partnerem podczas rozmów na ten temat, powinieneś:

* wykazać się rzetelną wiedzą na temat środków odurzających, aby umieć obalić fałszywe przekonania, jakie Twoje dziecko posiada na temat narkotyków;
* nauczyć się rozpoznawać sygnały ostrzegawcze, wskazujące na zażywanie środków odurzających.

**Co można zrobić, aby zapobiegać?**

Dbaj o dobry kontakt z dzieckiem. Powinieneś jak najczęściej:

* okazywać dziecku ciepło i czułość;
* rozmawiać, nie unikać trudnych tematów;
* słuchać uważnie i nie lekceważyć jego problemów, służyć radą;
* nie oceniać i nie porównywać z innymi;
* nie wyśmiewać, nie krytykować, nie stawiać zbyt wysokich wymagań;
* doceniać starania i chwalić postępy;
* pomagać uwierzyć w siebie, uczyć podstawowych wartości;
* poznawać przyjaciół swojego dziecka;
* zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko;
* wyrażać zdecydowanie negatywną postawę wobec narkotyków.

**Sygnały ostrzegawcze, czyli na co należy zwrócić uwagę**

Pierwsze próby z narkotykami i innymi środkami odurzającymi dziecko zwykle starannie ukrywa przed dorosłymi. Wszelkie niepokojące zmiany będzie Ci na pewno łatwiej zauważyć, jeśli masz z dzieckiem dobry kontakt, wiele ze sobą rozmawiacie i dużo czasu spędzacie razem.

Pamiętaj jednak, że niektóre zachowania i postawy mogą mieć inne przyczyny, takie jak kłopoty szkolne lub rodzinne, zranione uczucia, niepowodzenia w kontaktach z rówieśnikami i wiele innych, które należy traktować równie poważnie i starać się pomóc dziecku je rozwiązać.

**Zmiany w zachowaniu**

* nagłe zmiany nastroju i aktywności, okresy wzmożonego ożywienia przeplatane ze zmęczeniem i ospałością;
* nadmierny apetyt lub brak apetytu;
* spadek zainteresowań ulubionymi zajęciami;
* 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;
* wypowiedzi zawierające pozytywny stosunek do narkotyków;
* bunt, łamanie ustalonych zasad, napady złości, agresja;
* nagła zmiana grona przyjaciół na innych, zwłaszcza na starszych od siebie;
* niewytłumaczone spóźnienia, późne powroty lub też noce poza domem;
* kłamstwa, wynoszenie wartościowych przedmiotów z domu;
* tajemnicze, krótkie rozmowy telefoniczne, nagłe wyjścia.

**Zmiany w wyglądzie zewnętrznym**

* nowy styl ubierania;
* spadek ciężaru ciała, częste przeziębienia, przewlekły katar, krwawienie z nosa, bóle różnych części ciała, zaburzenia pamięci oraz toku myślenia;
* przekrwione oczy, zwężone lub rozszerzone źrenice;
* bełkotliwa, niewyraźna mowa;
* słodkawa woń oddechu, włosów, ubrania, zapach alkoholu, nikotyny, chemikaliów;
* brak zainteresowania swoim wyglądem i nie przestrzeganie zasad higieny.

 Może się zdarzyć, że mimo Twoich najlepszych starań, uwagi i znajomości problemu, Twoje dziecko sięgnie po środki zmieniające stan świadomości.Nie możesz wtedy:

* wpadać w panikę i przeprowadzać zasadniczych rozmów z dzieckiem, kiedy jest ono pod wpływem środka odurzającego;
* udawać, że to nie prawda, nie wierzyć w przedstawione fakty, bezgranicznie ufać dziecku;
* usprawiedliwiać dziecka, szukając winy w sobie lub np. złym towarzystwie;
* wierzyć zapewnieniom dziecka, że ma kontrolę nad narkotykami i, że samo sobie poradzi z tym problemem;
* nadmiernie ochraniać dziecka przed konsekwencjami używania narkotyków, np. pisać usprawiedliwień nieobecności w szkole spowodowanych złym samopoczuciem po zażyciu środków odurzających, spłacać długów dziecka;
* poddawać się!

Musisz koniecznie

* wysłuchać dziecko i spokojnie z nim porozmawiać;
* zastanowić się, dlaczego dziecko sięga po narkotyki, czy powody nie są związane z sytuacją w waszej rodzinie - jeśli tak pomyśl, co można zmienić;
* działać! - nie liczyć na to, że problem sam się rozwiąże, szukać pomocy specjalistów;
* wspólnie ze specjalistą i z dzieckiem ustalić reguły postępowania i konsekwentnie ich przestrzegać;
* stosować zasadę "ograniczonego zaufania" - starać się zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko.

To trudny problem dla całej rodziny, dlatego szukaj pomocy także dla siebie i bliskich. Skorzystajcie z pomocy terapeuty, a także z doświadczeń innych rodzin, które miały podobne problemy.