Pułapka nowych narkotyków

Data aktualizacji
2024-10-04

Substancje psychoaktywne stały się dla niektórych osób sposobem na lepszą rozrywkę, odprężenie, a także ucieczkę od problemów i radzenie sobie z trudnościami dnia codziennego. Dla młodych ludzi motywacją jest także bunt wobec rodziców, zaimponowanie rówieśnikom oraz stosunkowo niska cena tych substancji.

Ludzie sięgają po nie, nieświadomi, że może to prowadzić do zniszczenia zdrowia, uzależnienia czy utraty panowania nad swoim życiem.

Dopalacze, czyli nowe narkotyki

Reklamowane jako zwiększające energię, poprawiające nastrój, w rzeczywistości mogą doprowadzić do nieprawidłowości w funkcjonowaniu organizmu:

- zaburzeń pracy serca i układu oddechowego,
- zaburzeń neurologicznych, halucynacji i urojeń
- chorób psychicznych.

Występują w postaci proszku, kryształków, płynów, suszu do palenia, czasem pigułek i są przyjmowane w różny sposób:

- poprzez układ pokarmowy: pod język, przez połknięcie lub doodbytniczo
- drogą wziewną, czyli przez wciąganie nosem, palenie, wąchanie, wapowanie (palenie e-papierosa) bądź inhalowanie
- drogą dożylną, domięśniową czy podskórną. Wiąże się to z możliwością przedawkowania oraz ryzykiem zakażenia bakteryjnego lub wirusowego (HBV, HCV, HIV).

Poważnym problemem stała się też politoksykomania, czyli użycie narkotyku wraz z inną substancją legalną bądź nielegalną, np. łączenie narkotyków z alkoholem lub lekami. Szczególnie niepokojąca jest moda na łączenie np. nikotyny zawartej w papierosach czy nowatorskich wyrobach tytoniowych (e-papieros) z innymi substancjami psychoaktywnymi, alkoholem etylowym czy lekami OTC (lekami kupowanymi bez recepty).

W przypadku zatrucia substancjami z wielu grup pomoc medyczna jest utrudniona, bo organizm reaguje na zsumowane efekty poszczególnych substancji.

Ile osób zatruwa się narkotykami?

Najbardziej zagrożoną grupą są młodzi mężczyźni w przedziale wiekowym 19–24 oraz 30–39 lat. To oni najczęściej sięgają po dopalacze.

W 2019 r. rejestr zgłoszonych zatruć i podejrzeń zatruć obejmował łącznie 2930 przypadków. W tym odnotowano 2148 osób wymagających pomocy medycznej. 84,3% przypadków dotyczyło mężczyzn. 18% przypadków – osób do 18. roku życia. Wśród niepełnoletnich największa liczba zgłoszeń dotyczyła osób w wieku 16-18 lat (261), 13-15 lat (121), a najmniejsza z grupy 7–12 lat (6). Wśród pełnoletnich

osób w wieku 19-24 lata (594), 30-39 lat (563) i grupy 25–29 lat (413). W grupie powyżej 40 roku życia zarejestrowano 162 zgłoszenia.

Wśród analizowanych zatruć 23% pacjentów było poddanych 8–24 godzinnej obserwacji lub leczeniu na SOR, a aż 56% było hospitalizowanych w innych oddziałach szpitalnych (pobyt powyżej jednej doby). Wysoki odsetek pacjentów wymagających pobytu w szpitalu świadczy o poważnych konsekwencjach zdrowotnych używania nowych narkotyków. 184 osoby zmarły i zdecydowana większość to zgony w miejscu zdarzenia, jedynie w 43 przypadkach dane pochodzą od podmiotów leczniczych.

Najwięcej zatruć zdarzyło się w województwach łódzkim, śląskim, lubuskim i kujawsko-pomorskim. Średnia miesięczna liczba zatruć narkotykami w 2019 r. wynosiła 179.

W latach 2015–2019 łączna liczba zgłoszeń wyniosła 22 456, w tym w grupie do 18 r.ż. – 5075. Liczba zatruć nowymi narkotykami (tzw. „dopalaczami”) w Polsce w 2019 r. spadła o połowę w stosunku do lat ubiegłych. Ma to niewątpliwie związek z nowelizacją ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii z 2018 r. zaostrzającej przepisy „antydopalaczowe” i ukróceniem sprzedaży poprzez sklepy internetowe tych substancji.

Pamiętać należy, że za samo posiadanie nowych substancji psychoaktywnych grozi kara nawet do 3 lat więzienia, za handel nimi nawet do 12 lat, a za posiadanie zabronionych substancji grozi grzywna, możliwa jest też jest kara ograniczenia albo pozbawienia wolności do 3 lat.

Jak naprawdę działają nowe narkotyki?

Dopalacze, mające rzekomo zapewnić niesamowite doznania, w praktyce powodują: nudności, bezsenność, przeraźliwy lęk i panikę, halucynacje i urojenia, a także utratę kontroli nad sobą i swoim zachowaniem, w wyniku czego ktoś może popełnić przestępstwo.

Te, które mają niby zapewnić odprężenie, poprawę nastroju, w rzeczywistości powodują często: wymioty, „gonitwę” myśli, zachowania agresywne, nerwowość, bóle w klatce piersiowej, drgawki, utratę przytomności.

Stosowanie środków o działaniu pobudzającym prowadzić może do podwyższenia ciśnienia tętniczego krwi, zaburzeń rytmu serca, utraty przytomności, a nawet zatrzymania krążenia. Mogą przy tym pojawić się zaburzenia psychotyczne, którym towarzyszą halucynacje i urojenia.

Jeśli ktoś sięga po syntetyczne katynony (o podobnym działaniu co amfetamina), może doznać migotania komór serca. Zaburzenia układu krążenia, wzmocnione działaniem substancji z grupy psychostymulatorów, mogą skończyć się śmiercią.

Syntetyczne kannabinoidy imitujące działanie marihuany lub haszyszu mogą powodować: nudności, zawroty głowy, zaburzenia funkcji układu krążenia, uszkodzenia nerek oraz zmiany w układzie oddechowym, zaburzenia koordynacji ruchowej, napady lęku, paniki, apatię, zaburzenia nastroju, depresje oraz psychozy wymagające leczenia psychiatrycznego.

Nowe substancje psychoaktywne o działaniu halucynogennym, takie jak: LSD, meskalina i grzyby halucynogenne silnie oddziałują na centralny układ nerwowy już w bardzo niewielkich ilościach i dlatego łatwo je przedawkować. Mogą mieć najbardziej nieprzewidywalny wpływ na psychikę. Wywołują halucynacje wzrokowe i słuchowe, niepokój, silne pobudzenie psychoruchowe, wahania nastroju, lęk, panika, dramatyczne wizje.

Syntetyczne opioidy powodują m.in. problemy z koncentracją, silne zaburzenia świadomości, szczególnie niebezpieczną depresję układu oddechowego, spowolnienie akcji serca, niskie ciśnienie tętnicze, zawroty głowy.

Benzodiazepiny wykazują działanie przeciwlękowe, uspokajające, nasenne czy przeciwdrgawkowe, a często łączone przez osoby uzależnione z innymi narkotykami, wywołują m.in. ogólne znużenie, spowolnienie, senność, śpiączkę, problemy z artykulacją, zaburzenia widzenia, zaburzenia równowagi i

koordynacji, chwiejny chód, problemy z oddychaniem.

Długotrwałe lub intensywne używanie tych substancji powoduje szereg dodatkowych problemów zdrowotnych, a także wpływa negatywnie na zachowanie, osobowość, codzienne funkcjonowanie.

Na czym polega uzależnienie?

Uzależnienie oznacza silne pragnienie przyjmowania substancji albo poczucie przymusu jej przyjmowania bez względu na późniejsze skutki, szkodliwe następstwa i złożone obietnice, że więcej się nie sięgnie po narkotyki. Literatura dotycząca uzależnienia, jak też praktyka leczenia podkreślają, iż uzależnienie od substancji psychoaktywnych jest procesem lub stanem zależności fizycznej, psychicznej i społecznej oraz tolerancji na substancje.

Uzależnienie fizyczne. Jest rezultatem wbudowania uzależniającego związku chemicznego lub jego metabolitów w metabolizm organizmu. Zależność fizyczna jest więc sztucznie wytworzoną potrzebą biologiczną, fizjologicznie nabytą, objawiającą się przymusem zażywania danej substancji psychoaktywnej.

Uzależnienie psychiczne polega na potrzebie częstego lub stałego zażywania substancji psychoaktywnej w celu powtórzenia przeżyć związanych z zażywaniem lub w celu uniknięcia złego samopoczucia wywołanego brakiem substancji. Psychicznemu przymusowi zażywania substancji często towarzyszy subiektywny głód tej substancji.

Uzależnienie społeczne. Związane jest z zażywaniem substancji psychoaktywnej w grupie, może mieć również charakter obrzędowy, kultowy. Istotą tego zjawiska jest bardzo silne uzależnienie od grupy, a wtórnie od środków uzależniających.

Tolerancja jest charakterystyczną cechą znaczącej ilości substancji psychoaktywnych. Powoduje ona konieczność przyjmowania coraz większych dawek substancji dla uzyskania takich samych efektów.

Jak rozpoznać, że Twoje dziecko bierze?

Zażywanie substancji psychoaktywnych skutkuje zmianami zachowania, wyglądu, rosnącymi trudnościami w codziennym życiu i w relacjach z rodziną oraz przyjaciółmi, a także problemami zdrowotnymi.

Dziecko, które sięga po narkotyki czy dopalacze:

- jest bardziej drażliwe, skryte, wrogo nastawione, depresyjne, odmawia współpracy, zamyka się w sobie, reaguje złością, jest przewrażliwione, nerwowe, lękowe, oddala się od bliskich i ważnych dotychczas dla nich osób
- na próby rozmów o substancjach reaguje wrogością i broni się, zaprzeczając. Neguje fakt, iż narkotyki są szkodliwe, twierdzi, iż konsumpcja narkotyków jest powszechna i nawet społecznie aprobowana, wytykając rodzicom zacofanie
- unika kontaktów i rozmów z rodziną, twierdzi, że tylko z nowymi znajomymi może rozmawiać o swoich przeżyciach, ukrywa nowych znajomych przed rodzicami, odbiera telefony o dziwnych porach
- urywa dotychczasowe znajomości, przyjaźnie
- traci zainteresowanie nabywaniem wiedzy i umiejętności, szkołą, sportem i ulubionymi zajęciami
- jest smutne, czuje się pokrzywdzone i wystraszone, wycofuje się ze swojego środowiska i zamyka w sobie, nie daje sobie rady z zajęciami wymagającymi wysiłku fizycznego. Jest znudzone, zniechęcone złymi wynikami w szkole, traci szacunek do samego siebie, pesymistycznie patrzy na swoją przyszłość. Może podjąć próbę samobójczą
- udziela mętnych, wymijających i niekonkretnych odpowiedzi, np., że przechowuje narkotyki dla

kogoś, kłamie w kwestii trudności w szkole i gdy z domu zaczynają ginąć pieniądze i wartościowe przedmioty

- zaczyna być nieadekwatnie pewne siebie, uczestniczy w niebezpiecznych sytuacjach
- buntuje się na wszelkie normy i prawa
- zachowuje się coraz gwałtowniej i agresywniej, znieważa innych słownie i posuwa się do rękoczynów, w złości niszczy i rozbija przedmioty, zadaje sobie ból poprzez akty autoagresji
- zmienia sposób ubierania się, nie dba o higienę osobistą, niechlujnie wygląda, ma brudne włosy i ubranie
- zmienia rytm snu, nawyki żywieniowe, sporo tyje lub traci na wadze
- traci poczucie czasu, izoluje się, wymyka z domu, nie wraca na noc, nie potrafi wytłumaczyć, gdzie było i co robiło, zamyka się na długie godziny w swoim pokoju
- przestaje wypełniać swoje obowiązki domowe, staje się leniwe, ma bałagan w pokoju, zapomina o uroczystościach rodzinnych i odmawia uczestniczenia w nich
- często wietrzy pokój, używa kadzideł, odświeżaczy, nie życzy sobie wchodzenia do swojego pokoju, posiada schowek, którego nikt inny nie może otworzyć.

W miarę używania narkotyków pogarsza się stan zdrowia dziecka, częściej choruje, jest słabe, łapie infekcje, chudnie, źle się czuje rano, ma ślady obrażeń niewiadomego pochodzenia.

Co powinno szczególnie zwrócić uwagę rodziców:

- odbiegające od normy rozwojowej zahamowanie wzrostu, nagły i potężny przyrost masy mięśniowej w związku z przyjmowaniem sterydów anabolicznych, ogólny spadek energii, utrata zainteresowania sprawami seksu, bulimia, nieregularne miesiączkowanie
- wygląd oczu dziecka. Przekrwione, napuchnięte lub szklane, rozszerzone lub zwężone źrenice niereagujące na światło, opadające powieki, oznaki senności, brak kontroli nad ruchami gałek ocznych, zamazane lub podwójne widzenie, objawy zapalne, może pojawić się oczopląs, czyli niekontrolowane ruchy gałek ocznych, niemożność skupienia wzroku przez dziecko na obserwowanym obiekcie, unikanie kontaktu wzrokowego
- zaczerwienienia i krosty wokół nozdrzy, kichanie, objawy uczulenia lub kataru, krwawienie z nosa
- zmiany w obrębie jamy ustnej, suchość w ustach, częste oblizywanie warg językiem, oddech z zapachem trudnym do zidentyfikowania oraz kaszel
- zmiany na skórze, ślady po wstrzyknięciach wzdłuż żył, zakładanie bluzek z długim rękawem nawet, gdy jest ciepło, tatuaże lub ślady po aktach autoagresji, nienaturalnie blade palce, nadmierna potliwość, zimna i wilgotna skóra, pieczenie skóry, pojawienie się trądziku, napięta i obrzmiała skóra, żółtaczka (zażółcenie skory i biel spojówek), czerwone plamy na ciele, ściemnienie skóry, podwyższona temperatura ciała
- kłopoty z poruszaniem się, powolny chód, niezdarność, zawroty głowy, zachwiania równowagi.

Jak zrobić test na narkotyki?

W aptece i w Internecie można kupić testy na narkotyki w cenie od 30 do 50 złotych. W przypadku zakupu testu w Internecie lub z innych nieznanych źródeł należy zachować szczególną ostrożność przy interpretacji wyniku.

W ofercie najczęściej można znaleźć specjalistyczne testy laboratoryjne lub popularne testy paskowe. Potrafią one wykryć nielegalne substancje np. w próbce śliny, krwi, a nawet we włosach. Najczęściej na obecność narkotyków bada się mocz.

Testy powszechnie dostępne wykrywają najczęściej spotykane narkotyki. Oferowane są również produkty, które mają według producentów posiadać odpowiednie atesty do wykrywania nowych

substancji psychoaktywnych (tzw. dopalaczy). Jednak należy pamiętać, że nie jest dostępny na rynku jeden test na wszystkie znane substancje psychoaktywne.

Skuteczność wykrycia substancji psychoaktywnych zależy też od tego, ile czasu upłynęło od zażycia narkotyku. Przed zastosowaniem testu na narkotyki należy pamiętać, aby zawsze uważnie przeczytać ulotkę informacyjną.

Jak udzielić pierwszej pomocy?

Jeśli ktoś źle się czuje po narkotykach, dopalaczach, trzeba wezwać pogotowie. Zanim przyjedzie, należy udzielić pierwszej pomocy. Pamiętaj, że osoba będąca pod wpływem substancji psychoaktywnej może się zachowywać agresywnie, a tym samym stanowić zagrożenie dla innych. Dlatego musisz też zadbać o własne bezpieczeństwo.

Udzielanie pomocy zależy od tego, czy osoba potrzebująca pomocy jest przytomna, czy nieprzytomna.

- Należy sprawdzić, czy poszkodowany reaguje. Potrząśnij go za ramiona i zapytaj głośno: Czy wszystko w porządku? Jeśli reaguje, pozostaw go w pozycji, w jakiej go zastałeś, o ile może swobodnie oddychać, a miejsce jest bezpieczne. Spróbuj się dowiedzieć, co się stało i sprowadź pomoc, jeśli jest taka potrzeba. Regularnie sprawdzaj stan poszkodowanego.
- Jeśli nie reaguje, należy:
    - udrożnić drogi oddechowe: ułóż poszkodowanego na plecach. Umieść dłoń na czole poszkodowanego i delikatnie odegnij jego głowę ku tyłowi; opuszki palców drugiej ręki umieść pod żuchwą i unieś żuchwę.
    - Patrz, słuchaj i staraj się wyczuć, czy poszkodowany oddycha prawidłowo, poświęcając na to nie więcej niż 10 sekund. W ciągu pierwszych kilku minut od zatrzymania krążenia poszkodowany może mieć oddech agonalny lub wykonywać sporadyczne, wolne i głośne westchnienia. Nie pomyl takiego oddechu z prawidłowym. Jeśli masz jakiekolwiek wątpliwości, czy poszkodowany oddycha prawidłowo, postępuj tak, jakby nie oddychał prawidłowo i przygotuj się do rozpoczęcia resuscytacji krążeniowo-oddechowej.
    - **Przeprowadź resuscytację krążeniowo-oddechową**.

Gdzie szukać pomocy?

Jeśli ktoś z twoich bliskich ma problem z uzależnieniem od narkotyków, może zgłosić się m.in. do:

- poradni leczenia uzależnień
- punktu informacyjno-konsultacyjnego Państwowej Inspekcji Sanitarnej
- punktu informacyjno-konsultacyjnego, działającego w strukturach samorządu terytorialnego

a także zadzwonić na telefon zaufania lub infolinię, na przykład:

032 206 82 17 – telefon zaufania **Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii**, czynny w

poniedziałki w godz.10-19, wtorki i piątki w godz. 15.00-19.00, środy w godz. 10.00-13.00, czwartki w godz. 14.00-19.00.

800 060 800 – infolinię **Państwowej Inspekcji Sanitarnej**. Zakres pomocy: informacje na temat

negatywnych skutków zażywania nowych narkotyków, skutków zdrowotnych oraz o możliwościach leczenia; wsparcie dla rodziców, którzy podejrzewają, że ich dzieci zażywają nowe narkotyki. Na infolinię

można przekazywać także informacje, które mogą ułatwić służbom dotarcie do osób handlujących lub wytwarzających nowe narkotyki. Infolinia jest bezpłatna, czynna całą dobę.

800 199 990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania, przeznaczony dla osób używających narkotyków, uzależnionych oraz ich bliskich. Zakres pomocy: udzielanie informacji na temat systemu interwencji, leczenia i rehabilitacji, informowanie o przepisach prawnych związanych z narkomanią, udzielanie profesjonalnych porad nt. mechanizmów uzależnienia, motywowania do leczenia oraz wsparcia psychologicznego. Czynny w godz. 16.00-21.00, z wyjątkiem świąt państwowych.

Bibliografia

Raport głównego inspektora sanitarnego dotyczący zatruć środkiem zastępczym lub nową substancją psychoaktywną w Polsce, Warszawa 2020

Raport Głównego Inspektora Sanitarnego. Nowe narkotyki w Polsce 2017-2018 , Warszawa 2019