



## Międzynarodowy dzień walki z narkomanią

**26 czerwca obchodzimy Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Narkomanii. Dzień ten został ustanowiony w 1987 roku przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych. Jego celem jest wzmocnienie międzynarodowej współpracy na rzecz zwalczania i zapobiegania narkomanii.**

Dlaczego młodzi ludzie sięgają po narkotyki?

Okres dojrzewania to kilkuletni proces intensywnych zmian fizycznych i psychicznych zachodzący w organizmie każdego młodego człowieka. Nastolatki najlepiej czują się wtedy w grupie rówieśniczej, która boryka się z podobnymi problemami i przeżywa te same emocje. Dorastaniu towarzyszą częste zmiany nastroju, bunt, niezadowolenie z własnego wyglądu, chęć eksperymentowania z substancjami i produktami zakazanymi lub dostępnymi wyłącznie dla osób pełnoletnich. Najczęstszymi powodami sięgania przez młodzież po środki odurzające są:

- chęć zaspokojenia ciekawości,
- chęć bycia akceptowanym przez grupę rówieśniczą,
- udowodnienie przed rówieśnikami swojej „dojrzałości”,
- chęć odreagowania stresu, niepowodzenia,
- chęć pokonania wstydu i nieśmiałości w relacjach z rówieśnikami,
- obawa przed wykluczeniem,
- gwarancja „dobrej” zabawy.

### ♦ Na co powinno się zwrócić uwagę, co powinno zaniepokoić rodzica /nauczyciela.

W domu rodzinnym/w szkole dzieci starają się robić wszystko, aby fakt, że sięgają po narkotyki nie wyszedł na jaw. Czasem długo udaje im się to skutecznie ukrywać. Baczna obserwacja zachowań swojego dziecka/ucznia pozwoli na dostrzeżenie w porę problemu. Niepokój rodzica/nauczyciela powinny wzbudzić:

- wygląd oczu (zaczerwienione spojówki lub brzegi powiek, łzawienie, opadnięcie powieki, nadmierne rozszerzenie lub zwężenie źrenic, powolna reakcja źrenic na światło, oczopląs przy wpatrywaniu się w stały punkt);
- złe samopoczucie, brak chęci do życia, depresja;
- stany euforyczne, gadatliwość a następnie otępienie i apatia;
- zmiana nawyków żywieniowych – brak apetytu lub objadanie się;
- kłopoty w szkole, wagary, pogorszenie ocen;
- próby wyłudzenia lub podbieranie pieniędzy na nieokreślone wydatki;
- nieuzasadnione ataki złości;
- wychodzenie z domu na krótko, poprzedzone dzwonkiem domofonu lub telefonem od nieznanej osoby;
- wprowadzenie do słownictwa nowych zwrotów, często niezrozumiałych dla dorosłych, tzw. slangu narkotykowego;
- pojawienie się w domu nowych akcesoriów, typu łufki, sreberka, małe woreczki z zamknięciem strunowym, tzw. dilerki, itp.;
- zmiana zapachu ciała.

### ♦ Definicje ustawowe

*Narkomania* (w myśl zapisów ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii) to stałe lub okresowe używanie w celach niemedycznych środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych lub nowych substancji psychotropowych, w wyniku czego może powstać lub powstało uzależnienie od nich.

*Uzależnienie od środków odurzających lub substancji psychotropowych* – zespół zjawisk psychicznych lub somatycznych wynikających z działania środków odurzających lub substancji psychotropowych na organizm ludzki, charakteryzujący się zmianą zachowania lub innymi reakcjami psychofizycznymi i koniecznością używania stale lub okresowo tych środków lub substancji w celu doznania ich wpływu na psychikę lub dla uniknięcia następstw wywołanych ich brakiem.

Różne narkotyki (środki odurzające lub substancje psychotropowe) występują pod różną postacią, np. proszki, płyny, tabletki, susz, grzybki, syropy, czopki, ampułki z płynami, itd.

Mają one różne działanie na organizm, a ich zażycie może wywołać różne objawy.

Jedne z nich działają pobudzająco na ośrodkowy układ nerwowy, powodując np.: wielomówność, wesołkowatość, wzrost ciśnienia tętniczego krwi, nerwowość, agresję, inne zaś wyciszająco, powodując takie objawy jak: spadek aktywności, senność, upośledzenie uwagi, zniesienie odczuwania bólu, itp.

#### ♦ **Odpowiedzialność karna**

Polskie prawo nie przewiduje odpowiedzialności karnej za czyn polegający na używaniu narkotyków, przewiduje natomiast taką odpowiedzialność za określone czyny towarzyszące narkomanii. Wskazane poniżej sankcje grożą sprawcy w przypadku ukończenia przez niego 17 r. życia. W przypadku popełnienia czynu zabronionego z ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii przez osobę między 13 a 17 r. życia, postępowanie prowadzone jest przez sąd rodzinny wg przepisów ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich.

Zgodnie z ustawą o przeciwdziałaniu narkomanii zabronione jest m.in. jest:

- wytwarzanie, przetwarzanie, albo przerabianie środków odurzających lub substancji psychotropowych albo przetwarzanie słomy makowej – jest to przestępstwo zagrożone karą pozbawienia wolności do lat 3 (art. 53 ust. 1 ustawy).
- wyrabianie, posiadanie, przechowywanie, zbywanie lub nabywanie przyrządów służących lub przeznaczonych do niedozwolonego wytwarzania lub przerabiania środków odurzających lub przerobu substancji psychotropowych – jest to przestępstwo zagrożone grzywną, karą ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności do lat 2 (art. 54 ust. 1 ustawy).
- wprowadzanie do obrotu środków odurzających, substancji psychotropowych, słomy makowej lub albo uczestniczenie w takim obrocie – jest to przestępstwo zagrożone grzywną i karą pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 8 (art. 56 ust. 1 ustawy).
- udzielanie innej osobie środka odurzającego lub substancji psychotropowej, ułatwianie albo umożliwianie ich użycia – jest to przestępstwo zagrożone karą pozbawienia wolności do lat 3 (art. 58 ust. 1 ustawy). Jeżeli sprawca udziela środka odurzającego lub substancji psychotropowej małoletniemu lub nakłania go do użycia takiego środka lub substancji albo udziela ich w znacznych ilościach innej osobie, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do 8 lat. (art. 58 ust. 2).
- udzielanie innej osobie, w celu osiągnięcia korzyści majątkowej lub osobistej, środka odurzającego lub substancji psychotropowej lub nakłanianie do użycia takiego środka – jest to przestępstwo zagrożone karą pozbawienia wolności od roku do lat 10 (art. 59 ust. 1 ustawy) Jeżeli zachowanie to skierowane jest do małoletniego, kara pozbawienia wolności nie może być niższa niż 3 lata (art. 59 ust.2).
- posiadanie środków odurzających lub substancji psychotropowych – jest to przestępstwo zagrożone karą pozbawienia wolności do lat 3 (art. 62 ust. 1). Jeżeli w grę wchodzi posiadanie znacznej ilości środków odurzających lub substancji psychotropowych sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10. (art. 62 ust. 2). W przypadku zaś mniejszej wagi, sprawca podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku (art. 62 ust. 3).

*Jeżeli przedmiotem czynu, o którym mowa powyżej są środki odurzające lub substancje psychotropowe w nieznacznej ilości,*

przeznaczone na własny użytek, postępowanie może być umorzone również przed wydaniem postanowienia o wszczęciu śledztwa lub dochodzenie, jeżeli orzeczenie kary wobec sprawcy byłoby niecelowe ze względu na okoliczności popełnienia czynu, a także stopień jego społecznej szkodliwości. (art. 62 a ustawy).

#### ♦ Tzw. pigułka gwałtu

Podczas imprez klubowych, dyskotek istnieje potencjalnie większe zagrożenie zetknięcia się z narkotykami i narkomanią. Wiele młodych osób podczas takich spotkań po raz pierwszy sięga po środki psychoaktywne. W klubach i dyskotekach pojawiają się także substancje stosowane w celach przestępczych – tzw. pigułki GHB, potocznie zwane „pigułkami gwałtu”. Środek ten występuje najczęściej w postaci płynu, proszku, tabletek lub granulatu. Jest to substancja na ogół bezbarwna, bezzapachowa i praktycznie bez smaku.

Po 72 godzinach od momentu spożycia narkotyk nie jest możliwy do wykrycia w organizmie. Po zmieszaniu go z napojem, sokiem czy też piwem lub innym alkoholem przestaje być wyczuwalny. Podany w małych ilościach działa podobnie jak alkohol, osłabiając czujność i hamulce emocjonalne. Przy większych dawkach powoduje uczucie oszołomienia, zawroty głowy, zaburzenia równowagi, problemy z logicznym i wyraźnym mówieniem oraz senność. Może powodować stan nieświadomości, zanik pamięci, jednak bez utraty przytomności. Przedawkowanie objawia się mdłościami, torsjami, oczopląsem i utratą równowagi, a nawet śpiączką. Po zażyciu GHB jest się całkowicie bezradnym. Przy dużych dawkach i podatności organizmu środek ten może być niebezpieczny dla życia.

#### **Pamiętaj:**

- Na imprezy zawsze wybieraj się w towarzystwie zaufanych znajomych. Unikaj znajomych „z przypadku”.
- Nigdy nie pij czegoś, co oferuje Ci nieznajoma osoba. Nigdy nie możesz być pewna/y czy w danym napoju nie ma substancji GHB.
- Staraj się kupować napoje w fabrycznie zamkniętych opakowaniach i otwierać je własnoręcznie. Jeżeli nie jest to możliwe, obserwuj jak napój jest przyrządzany.
- Nie zostawiaj szklanki/kubka bez opieki, nawet gdy odchodzisz tylko na chwilę. Jeżeli stwierdzisz, że Twój napój stoi w innym miejscu niż go zostawiłeś lub wygląda i smakuje inaczej – nie ryzykuj!
- Kiedy poczujesz się dziwnie (mdłości, senność, zachwianie równowagi po małej ilości alkoholu, problemy z wymową).
- Zgłoś się o pomoc do zaufanej osoby lub do obsługi lokalu.
- Zastanów się z kim opuszczasz lokal (zdecydowana część ofiar zostaje napadnięta przez osoby, które pierwsze zaoferowały pomoc).
- W razie postępowania objawów i pogarszania się ogólnego stanu, skontaktuj się z lekarzem i powiadom Policję.

#### ♦ Tzw. dopalacze

Tzw. dopalacz (ang. smarts, legal highs, herbal highs, boosters) to termin nieposiadający charakteru naukowego. Używa się go potocznie, dla nazwania grupy różnych substancji lub ich mieszanek o rzekomym bądź faktycznym działaniu psychoaktywnym. Sprzedaż ww. substancji i ich mieszanek odbywała się za pośrednictwem wyspecjalizowanych sklepów (tzw. „smart shops”). Nazwa „smart shop” pochodzi od rzekomych własności sprzedawanych substancji, reklamowanych jako usprawniające funkcje poznawcze (tzw. „smart drugs”). Większość tzw. dopalaczy ma postać tabletek lub mieszanek do palenia, opakowanych w kolorowe papierki, nadające im „niewinny” wygląd. Niebezpieczeństwo ich zażywania wynika z faktu, że ich skład chemiczny nie jest znany, może podlegać wahaniom i modyfikacjom. Wprowadzono je na rynek polski w 2010 r. jako produkty kolekcjonerskie, nienadające się do spożycia, stąd z formalnego punktu widzenia nie podlegały one kontroli Państwowej Inspekcji Farmaceutycznej i mogły być sprzedawane w legalnie działających sklepach, w tym internetowych.

#### **Oficjalna, ustawowa nazwa tzw. dopalaczy to środki zastępcze.**

Ustawa z dnia 24 kwietnia 2015 r. o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii oraz niektórych innych ustaw spowodowała zmianę statusu 114 substancji rozpoznawanych do tej pory jako dopalacze, a które po wejściu ustawy w życie uzyskały status narkotyków. Lista nowych substancji psychoaktywnych, będących składnikami tzw. dopalaczy jest

sukcesywnie uzupełniana przez Ministra Zdrowia.

Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii (art. 44b ust. 1) zabrania:

- wytwarzania,
- przywozu
- wprowadzania do obrotu środków zastępczych (tzw. dopalaczy) i nowych substancji psychoaktywnych.

Art. 44c daje Państwowemu Inspektorowi Sanitarnemu prawo do nakazania, w drodze decyzji, wstrzymania wytwarzania lub wycofania z obrotu produktu, co do którego istnieje uzasadnione podejrzenie, że jest on środkiem zastępczym lub nową substancją psychoaktywną, na czas niezbędny do przeprowadzenia badań w celu ustalenia, czy jest on takim środkiem/substancją, nie dłuższy jednak niż 18 miesięcy.

**Do najczęściej spotykanych skutków pojawiających się w trakcie i po zażyciu tzw. dopalaczy możemy zaliczyć:**

- bóle głowy, migrena;
- kołatanie serca, duszności, ból w klatce piersiowej;
- suchość śluzówek;
- zaburzenia koordynacji ruchowej, drżenie rąk;
- nudności, wymioty, biegunka;
- zmęczenie, osłabienie, brak zdolności koncentracji;
- reakcje alergiczne;
- myśli samobójcze, omamy;
- napady leku, halucynacje;
- nadmierna wrażliwość na dźwięki i światło.

**♦ Jak należy się zachować, co robić, jeśli na podstawie obserwacji zrodzi się podejrzenie, że dziecko przyjmuje narkotyki/tzw. dopalacze?**

- Po pierwsze, nie należy reagować zbyt gwałtownie. Gniew lub użycie siły mogą spowodować gwałtowne reakcje, zwłaszcza, jeśli niedawno przyjęło środek odurzający (atak serca, silny atak paniki, duszności).
- Jeśli dziecko jest uzależnione, należy poszukać dobrego ośrodka, jeśli dziecko będzie gotowe na leczenie. Najlepiej najpierw wysłuchać, co dziecko ma do powiedzenia, starając się zrozumieć jego trudności i problemy. Groźby i kary przynoszą krótkotrwałe i powierzchowne rezultaty. Konieczne jest zdobycie zaufania dziecka, nawiązanie z nim lepszego kontaktu i przywrócenie nadziei.
- Aby rozwiać podejrzenia, że dziecko być może sięga po narkotyki, można wykonać odpowiednie badania. Do przeprowadzenia odpowiednich testów wystarczy próbka moczu lub śliny, które można zbadać przy pomocy specjalistycznych narkotesterów, które są do nabycia w aptekach stacjonarnych lub w Internecie.

**♦ Leczenie od uzależnienia**

Leczenie osób uzależnionych jest, poza pewnymi wyjątkami, dobrowolne. Za świadczenia związane z leczeniem nie są pobierane opłaty.

Osoby niepełnoletnie – na wniosek przedstawiciela ustawowego, krewnych w linii prostej, rodzeństwa lub faktycznego opiekuna albo z urzędu – sąd rodzinny może skierować taką osobę uzależnioną na przymusowe leczenie i rehabilitację. Czas tego leczenia nie jest określany z góry, nie może on być jednak dłuższy niż 2 lata.

Sąd rodzinny, z własnej inicjatywy, w przypadku stwierdzenia u nieletniego nałogowego używania środków w celu wprowadzenia się w stan odurzenia, może orzec umieszczenie go w szpitalu psychiatrycznym lub innym odpowiednim zakładzie leczniczym (art. 12 ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich)

W przypadku skazania osoby uzależnionej za przestępstwo pozostające w związku z używaniem narkotyków na karę pozbawienia wolności, której wykonanie warunkowo zawieszono, są zobowiązuje skazanego do poddania się leczeniu w podmiocie leczniczym i oddaje go pod dozór wyznaczonej osoby, instytucji lub stowarzyszenia (art. 71 ustawy

o przeciwdziałaniu narkomanii).

**Pomocne adresy, telefony, linki do stron internetowych:**

[www.narkomania.gov.pl](http://www.narkomania.gov.pl)

[PORADNIA.narkomania.org.pl](http://PORADNIA.narkomania.org.pl) – poradnia narkotykowa on – line (bezpłatne porady e-mail, czaty i rozmowy video z ekspertami)

**0 801 199 990** – Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki — Narkomania Dostępność: codziennie od 16:00 do 21:00 Koszt: jak za połączenie lokalne, niezależnie od czasu jego trwania. Rodzaj oferowanej pomocy: informacja o sieci profesjonalnej pomocy, mini edukacja, wsparcie psychologiczne dla osób uzależnionych od narkotyków, osób okazjonalnie używających narkotyków, rodziców i przyjaciół osób używających narkotyków, pedagogów, nauczycieli, wychowawców, wszystkich innych osób zainteresowanych tym problemem.

**0 800 120 289** – Infolinia Stowarzyszenia KARAN. Dostępność: od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00-17:00. Rodzaj oferowanej pomocy: informacja i pomoc w problemach związanych z narkotykami. Koszt: połączenie bezpłatne

**0 801 109 696** – Infolinia Pogotowia Makowego Towarzystwa „Powrót z U” Dostępność: codziennie od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00-20:00, soboty 10:00-19:00. Koszt: jak za połączenie lokalne, niezależnie od czasu jego trwania.

**0 800 120 359** – Infolinia Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”- dostępność: codziennie od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00-20:00, soboty 10:00-19:00. Koszt: połączenie bezpłatne.

źródło: [policja.pl](http://policja.pl)