



Narkotyki i dopalacze

Gdzie szukać pomocy w Suwałkach?

Poradnia uzależnienia i współuzależnienia od substancji psychoaktywnych

Suwałki ul. Szpitalna 62

tel.: +48875672103

e-mail: spspzoz@suwalki.com

Informacje zaczerpnięte ze strony Krajowego Biura Przeciwdziałania Narkomanii

Sygnaly ostrzegawcze mogące wskazywać na zażywanie substancji psychoaktywnych:

- Pojawienie się i występowanie *nowych przedmiotów i produktów* mogących służyć do przyjmowania substancji psychoaktywnych np. fifki, zapalniczki, łyżeczki, bibułka, kawałki okopconej folii aluminiowej, igły i strzykawki, waciki, paczuski w foliowych opakowaniach, kleje, tabletki, proszek, sproszkowane zioła, bryłki itp.
- Zmiany psychiczne oraz dotychczasowych zachowań i zwyczajów:
 - stany nietrzeźwości,
 - osłabienie lub utrata zainteresowań,
 - zaburzenia snu ,
 - wahania nastroju (drażliwość, płaczliwość itp.),
 - zmienna mowa (powolna, zamazana lub przyspieszona),
 - trudności w koncentracji uwagi,
 - zachowania i reakcje nieadekwatne do sytuacji,
 - chwiejny, powolny chód lub pobudzenie ruchowe,
 - zastyganie w nienaturalnych pozycjach,
 - gorsze wyniki uczenia się czy w pracy,
 - wagarowanie, opuszczanie pracy,
 - zmiana dotychczasowych znajomych, poszukiwanie nowych grup i aktywności, w których obecne narkotyki np. dyskoteki, zloty,
 - rozluźnienie więzi z rodziną,
 - zakłócanie porządku publicznego.
- Zmiany w wyglądzie
 - sprawianie wrażenia osoby chorej np. przeziębionej, kaszłającej,
 - zmęczenie,

- o wychudzenie,
- o zmiany skórne np. miejsca po wkluciach do naczyń żylnych, zadrapania, ślady po oparzeniach papierosami, przebarwienia palców,
- o „szkliste oczy”, źrenice zwężone, rozszerzone, nieruchome,
- o słodki czy rozpuszczalników zapach z ust.

OBJAWY UŻYWANIA SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

Używanie towarzyskie, eksperymentalne narkotyków coraz częściej jest stałym elementem funkcjonowania młodzieży, młodych dorosłych. Pozycja narkotyków „rekreacyjnych” takich jak marihuana, ekstazy czy leki uspokajające jest podtrzymywana i akceptowana przez znaczną grupę ludzi. Natomiast używanie opiatów, lotnych rozpuszczalników powszechnie spotyka się z krytyką. Znajomość podstawowych objawów psychicznych, somatycznych powstałych czy to jako skutek użycia, przewlekłego używania czy przedawkowania może być pomocna w udzieleniu właściwej pomocy.

Przykłady objawów mogących wskazywać na używanie narkotyków:

- **Wygląd i ogólny stan zdrowia**
 - o zmiana wyglądu (zaniedbanie w wyglądzie, higienie osobistej, sposobie poruszania się, mówienia itp.),
 - o charakterystyczny zapach wydychanego powietrza, włosów, ubrania
 - o wahania dobowe nastroju (od radości do przygnębienia),
 - o zaburzenia snu (bezsenna lub nadmierna senność),
 - o wychudzenie,
 - o męczliwość,
 - o drżenie rąk,
 - o częste przeziębienia, przewlekły kaszel,
 - o bóle żołądka,
 - o bóle głowy,
 - o bóle w klatce piersiowej,
 - o częste urazy, ślady po pobiciach,
 - o napady drgawkowe.
- **Rozwój fizyczny**
 - o zahamowanie wzrostu,
 - o widoczny spadek energii,
 - o osłabienie popędu seksualnego,
 - o zaburzenia w odżywianiu się.
- **Stan psychiczny**
 - o utrata zainteresowań,
 - o gorsze zapamiętywanie,
 - o trudności w koncentracji,
 - o okresy niepamięci,
 - o przyśpieszony tok myślenia, gonitwa myśli,
 - o mowa bełkotliwa, nie wyraźna,
 - o napady śmiechu,
 - o przygnębienie lub podwyższenie nastroju,

- drażliwość, agresywne wypowiedzi,
- nastawienia ksobne,
- urojenia prześladowcze,
- iluzje, omamy,
- mówienie do siebie,
- napady lęku,
- dziwaczne, nie zrozumiałe dla innych zachowania.
- **Oczy**
 - przekrwienie spojówek,
 - obrzęk powiek,
 - podwójne widzenie,
 - rozszerzone źrenice wolno reagujące na światło,
 - zwężone źrenice nie reagujące na światło,
 - brak kontroli nad ruchami gałek ocznych,
 - przemijający wytrzeszcz gałek ocznych.
- **Nos, jama ustna**
 - katar, kichanie,
 - zapalenie skóry pod nosem,
 - owrzodzenia lub perforacja przegrody nosa,
 - obrzęk śluzówki nosa,
 - krwawienie z nosa,
 - nie połykanie śliny,
 - uczucie suchości w ustach,
 - słodki zapach z ust,
 - próchnica.
- **Skóra**
 - ślady po wkluciach dożylnych, domięśniowych, wybroczyny, zasinienia,
 - ropnie,
 - ślady po wyciskaniu,
 - obrzęk dłoni, podudzi,
 - podrapania „przeczosy”,
 - poparzenia palców, ciała np. ślady po oparzeniach papierosami,
 - przebarwienia (brązowe plamy na palcach),
 - wzmożona potliwość,
 - świąd i pieczenie skóry.
- **Czynności ruchowe**
 - powolny chód,
 - zastyganie w niekonwencjonalnych pozycjach,
 - zaburzenia równowagi,
 - pobudzenie ruchowe,
 - niezborność ruchowa.

Narkotyki, substancja psychoaktywna, środek odurzający, używka – to określenia o podobnym znaczeniu stosowane wymiennie w języku potocznym. W medycynie, psychologii aktualnie obowiązującym nazewnictwem jest substancja psychoaktywna. W medycynie „narkotykami” określa się te substancje psychoaktywne, które działają m.in. przeciwbólowo poprzez określone receptory mózgowe (opiodowe). Z kolei pojęcie narkomanii wywodzi się od słowa "narcos" co oznacza odurzenie, senność, uśpienie.

Substancje psychoaktywne:

- wpływają na centralny układ nerwowy
- przyjmowane są w celu doznania przyjemności, zmiany świadomości, uzyskania określonego nastoju, przeżycia ekstremalnych doznań
- wpływają na organizm człowieka powodując w różnym stopniu zmiany psychiczne (np. euforię, zmieniony odbiór rzeczywistości, iluzje, omamy, zaburzenia pamięci) oraz fizyczne (np. wzrost ciśnienia krwi, przyspieszenie tętna, pobudzenie)
- przewlekłe przyjmowane mogą prowadzić do uzależnienia, które często nazywane też jest narkomanią czy toksykomanią
- mają pochodzenie naturalne lub syntetyczne
- często, szczególnie w publikacjach popularnych są dzielone na tzw. narkotyki miękkie (jako bezpieczne, mało szkodliwe) oraz twarde (niebezpieczne, groźne). Za „narkotyk miękkiej” uznawana jest np. marihuana. Określenia te są mylące, nieprawdziwe, dają złudne poczucie bezpieczeństwa np. przy stosowaniu marihuany.

W Polsce obowiązuje podział substancji psychoaktywnych na trzy główne grupy:

- alkohol, opiaty, leki uspokajające i nasenne (działające głównie rozluźniająco, uspokajająco, nasennie)
- kanabinoły i inne substancje halucynogenne, lotne rozpuszczalniki (działające głównie euforycznie, powodujące omamy, urojenia)
- kokaina i inne substancje stymulujące, nikotyna (działające pobudzająco, podwyższające nastrój)

DROGI PRZYJMOWANIA SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

Substancje psychoaktywne mogą być przyjmowane na różne sposoby. Wybór drogi przyjmowania substancji przez osoby używające narkotyków często jest dokonywany w zależności od:

- celu jaki chce się osiągnąć np. szybkie przeniknięcie substancji do mózgu,
- postaci narkotyku,
- możliwości somatycznych np. konieczność palenia narkotyku ponieważ przyjęcie dożylnie jest niemożliwe z powodu zmian zapalnych żył,
- lęku przed zakażeniem chorobami wszczepiennymi itp.

Najczęściej stosowane drogi przyjmowania substancji psychoaktywnych.

- Drogi przyjmowania przez przewód pokarmowy
 - Do żołądkową popularnie zwana doustną - wchłanianie substancji psychoaktywnej następuje głównie w żołądku i jelitach. Głównym czynnikiem wpływającym na wchłanianie się substancji

(a w następstwie na efekt jej działania) jest ilość i skład treści pokarmowej w żołądku. Zazwyczaj obecność treści pokarmowej opóźnia wchłanianie.

- Podjęzykowa - umieszczenie substancji pod językiem. Rozpuszczona w ślinie substancja jest wchłaniana przez błonę śluzową jamy ustnej. Efekt działania substancji psychoaktywnej następuje szybko i gwałtownie.
- Doodbytnicza - umieszczanie substancji w odbycie, gdzie następuje wchłanianie przez błonę śluzową. Efekt działania substancji następuje szybciej niż przy zażywaniu doustnym.
- Wstrzykiwanie substancji psychoaktywnych
 - Dożylny - efekt działania substancji następuje prawie natychmiastowo, ponieważ nie występuje proces wchłaniania: substancja jest wprowadzona bezpośrednio do krwi. Podanie substancji psychoaktywnej drogą dożylną bardzo łatwo może spowodować przedawkowanie i śmierć oraz szereg innych zagrożeń jak np. tzw. infekcje krwiopochodne (np. zakażenie wirusem HIV, zapalenia wątroby typu HBV, HCV, posocznice bakteryjne), zatory, miejscowe stany zapalne.
 - Domięśniowy - substancja wprowadzona do mięśnia np. w pośladek, udo, ramię zapewnia szybsze wchłanianie niż przy zażywaniu doustnym, wolniejsze niż przy dożylnym. Powikłania infekcjami krwiopochodnymi, miejscowymi stanami zapalnymi występują tak samo często jak przy przyjmowaniu dożylnym.
 - Podskórny - substancja podawana w podskórną tkankę tłuszczową, w porównaniu z pozostałymi rodzajami wstrzyknięć, wchłania się najwolniej. Ten sposób przyjmowania substancji psychoaktywnych jest niepopularny, mimo łatwej techniki wykonania zastrzyku.
- Droga wziewna
 - Palenie, inhalacja - wdychanie substancji do płuc, która wchłania się poprzez pęcherzyki płucne do krwiobiegu. Oczekiwane działanie następuje szybko, jest porównywalne z działaniem jak przy wstrzykiwaniu dożylnym. Podrażnienie układu oddechowego jest stałą dolegliwością osób przyjmujących w ten sposób narkotyki.
- Wciąganie do nosa
 - Zwane też „wąchanie” - wciągana na błony śluzowe nosa sproszkowana postać substancji psychoaktywnej ulega szybkiemu wchłanianiu do krwiobiegu. Błony śluzowe nosa i zatok nosowych są bardzo dobrze ukrwione i dlatego efekt działania narkotyku następuje bardzo szybko.
- Przyjmowanie przezskórne
 - Proces przenikania substancji do krwiobiegu jest powolny i powoduje względnie stabilny poziom substancji we krwi (np. przyjmowanie morfiny w plastrach przezskórnych), co daje małą efektywność euforycznego działania narkotyków np. Z tych względów ta droga przyjmowania narkotyków praktycznie nie jest stosowana.

Konopie

Wygląd

<i>marihuana</i>	mieszanina suchych liści i kwiatostanów żeńskich przypominająca suszona natkę pietruszki
<i>haszysz</i>	mieszanina żywicy kwiatostanów oraz kwitnących szczytów i pędów żeńskich uformowana w kulki lub kostki (brązowe lub czarne)
<i>olej haszyszowy</i>	gęsty, brązowo-zielony olej

Drogi przyjmowania

<i>marihuana</i>	- palenie w fajce - palenie jako papierosy <i>skręty</i> - doustnie
<i>haszysz</i>	- palenie w fajce - doustnie
<i>olej haszyszowy</i>	- palenie: do nasączania <i>skrętów</i> z marihuany lub papierosów tytoniowych - doustnie

Objawy używania

Euforia, gadatliwość, poczucie odprężenia, zaburzenia koordynacji ruchowej, zwiększona wrażliwość na światło i dźwięk, obniżona koncentracja, trudności w zapamiętywaniu, nagłe napady śmiechu, chichot, zwiększony apetyt, przekrwione oczy, kaszel, czasem spadek nastroju, zamknięcie się w sobie i milczenie.

Zwróć uwagę na:

Słodkawą woń oddechu, włosów i ubrania, brązowozielone liście i nasionka, nagłe zainteresowanie hodowlą roślin przez twoje dziecko, fifki i fajki, bibułkę papierosową.

Długotrwałe używanie może prowadzić do:

Zaburzonej oceny sytuacji, spadku koncentracji uwagi, obniżonej sprawności w prowadzeniu pojazdów, przewlekłego zapalenia oskrzeli i krtani, astmy, ogólnego

zobojętnienia. U osób zażywających przetwory konopii w stanie obniżonego nastroju mogą powstać stany depresyjne, lęki, a nawet psychozy.

Konopie - zespół abstynencyjny

- Głód psychiczny narkotyku
- Zaburzenia nastroju: irytacja, złość, przygnębienie
- Niepokój
- Skrócenie i splotenie snu
- Bóle głowy
- Brak apetytu

Nasilenie objawów jest umiarkowane, przebieg zespołu wielotygodniowy, nękający. Często objawy zespołu abstynencyjnego nie są łączone z odstawieniem konopi. Występowanie objawów psychotycznych np. nastawienia ksbne, urojenia, uczucie obcości własnego ciała lub zmiany poszczególnych jego części nie należy do rzadkości.

Kokaina

<i>kokaina HCl</i>	biały, krystaliczny proszek, bez zapachu, rozpuszczalny w wodzie
<i>„crack”</i>	- kuleczki jasnobrązowe
<i>i kokaina wolnozasadowa</i> <i>(free base)</i>	- białe okruszki - małe kamyki pakowane we fiolki - biały proszek
<i>Pasta kokainowa</i>	pasta
<i>Liście Erythroxylon coca</i>	liście
<i>Inne substancje</i> <i>stymulujące niż kokaina</i>	
<i>amfetamina</i>	- krystaliczny biały proszek - tabletki - kapsułki
<i>metamfetamina</i>	- proszek - tabletki - bezbarwne, przezroczyste kryształki
<i>kofeina</i>	- ziarna - tabletki, krople - ampułki

Drogi przyjmowania

Kokaina

kokaina HCl	- wciąganie do nosa - dożylnie
-------------	-----------------------------------

	- palenie
	- doodbytniczo
	- dopochwowo
„crack”	- palenie w specjalnej
i kokaina wolnozasadowa	fajce
(free base)	- wdychanie oparów
	podgrzewanej substancji
Pasta kokainowa	- palenie w specjalnej fajce
Liście Erythroxylon coca	- żucie
Inne substancje	
stymulujące niż kokaina	
	- wciąganie do nosa
amfetamina	- doustnie
	- dożylnie
	-wciąganie do nosa
metamfetamina	- palenie
	- dożylnie
	- doustnie
kofeina	- doustnie
	- domięśniowo

Stymulanty - objawy używania

KOKAINA/CRACK

Objawy użycia:

nadpobudliwość, gadatliwość, niepokój psychoruchowy, pociąganie nosem i/lub katar, rozszerzone źrenice, poczucie euforii, mocy, siły, osłabienia krytycyzmu.

Zwróć uwagę na:

biały proszek, a w przypadku cracku jasnobrązowe kuleczki „kamyki”, fajki, małe flakoniki, igły, strzykawki, małe foliowe torebeczki, lusterka.

Długotrwałe używanie może prowadzić do:

stanów depresyjnych i tendencji samobójczych, urojeń prześladowczych i lęku, stanów delirycznych, impotencji, zakrzepów krwi, utraty przytomności, śmierci z przedawkowania.

AMFETAMINA

Objawy użycia:

Przyływ energii, poczucie mocy, podwyższenie nastroju, wzmożona aktywność, słowotok, zaburzenia snu (bezsenność), brak apetytu, rozszerzone źrenice,

<i>„brown sugar”, zanieczyszczona heroina</i>	brązowe kryształki - biały proszek - tabletki
<i>morfina</i>	- ampułki z roztworem - plastry - syrop
<i>„kompot” (polska heroina)</i>	płyn jasno lub ciemnobrązowy o słodkim zapachu i gorzkim smaku -bryłki brązowe
<i>opium</i>	- proszek brązowy - nalewka opiumowa - płyn podobny do czarnej kawy
<i>„makiwara”</i>	o zapachu maku - syrop
<i>Metadon</i>	- tabletki - ampułki
<i>kodeina</i>	- tabletki - syrop

Drogi przyjmowania

<i>heroina</i>	- inhalowanie dymu podgrzewanej heroiny - wciąganie do nosa - dożylnie - podskórnice
<i>„brown sugar”, zanieczyszczona heroina</i>	- inhalowanie dymu podgrzewanej heroiny - dożylnie
<i>morfina</i>	- inhalowanie dymu podgrzewanej morfiny - doustnie - dożylnie, - domięśniowo - podskórnice - przezskórnice (plastry)
<i>„kompot” (polska heroina)</i>	- dożylnie - rzadko domięśniowo i podskórnice
<i>opium</i>	- palenie w specjalnych wodnych fajkach i inhalowanie dymu - doustnie - dożylnie

„makiwara”	- doustnie
	- doustnie
Metadon	- dożylnie
	- domięśniowo
	- podskórnice
kodeina	- doustnie

Opiaty - zespół abstynencyjny

Objawy obiektywne

- rozszerzenie źrenic
- wzrost ciśnienia krwi, tętna, temperatury ciała
- piloerekcja (gęsia skórka)
- wysięk z nosa
- łzawienie, poty
- kichanie
- biegunka, wymioty
- zaburzenia snu

Objawy subiektywne

- pragnienie (głód) narkotyku
- bóle stawowo-mięśniowe
- dreszcze
- nudności
- bóle i skurcze żołądka
- drażliwość
- osłabienie
- Zespół opioidowy zazwyczaj nie zagraża życiu pacjenta. Przy nasilonych wymiotach i biegunce mogą wystąpić objawy odwodnienia.
- Zazwyczaj większość objawów zespołu abstynencyjnego mija w okresie 6-10 dni

Halucynogeny

Wygląd

<i>Grzyby halucynogenne</i> <i>typu Psilocybe</i>	- grzyby świeże
	lub suszone
	- wywar z grzybów
	- brązowe krążki
	suszonego
<i>Kaktus</i> <i>(peyotl)</i>	owocu kaktusa
	- proszek
	- kapsułki
	- płyn
<i>Bieluń dziędzierzawa</i>	- roślina o
	lejkowatych kwiatach

	(wywar)
<i>Sporysz</i>	- grzyb pasożytny na łodygach żyta
<i>preparaty syntetyczne</i> <i>np: DMT, MDA, DOM,</i> <i>MDMA (ekstazy),</i> <i>fencyklidyna,</i> <i>ketamina</i>	- tabletki - kapsułki - proszek - ampułki
<i>LSD</i> <i>(dwuetyloamid</i> <i>kwasu lizergowego)</i>	- papierki nasączone - płyn - pigułki - kostki - kapsułki

Drogi przyjmowania

<i>Grzyby halucynogenne</i> <i>typu Psilocybe</i>	doustnie
<i>Kaktus</i> <i>(peyotl)</i>	- żucie - palenie - doustnie
<i>Bieluń dziędzierzawa</i>	- doustnie - do palenia
<i>Sporysz</i>	- doustnie
<i>preparaty syntetyczne</i> <i>np: DMT, MDA, DOM,</i> <i>MDMA (ekstazy),</i> <i>fencyklidyna,</i> <i>ketamina</i>	- doustnie - wciąganie do nosa - dożylnie - palenie
<i>LSD</i> <i>(dwuetyloamid</i> <i>kwasu lizergowego)</i>	- doustnie - podjęzykowo

Halucynogeny - objawy używania

LSD

Objawy użycia:

rozszerzone źrenice, wymioty, przyspieszona czynność serca, podwyższone ciśnienie krwi, wzrost temperatury ciała, zaburzone postrzeganie rzeczywistości (widzenie dźwięków, słyszenie barw), chwiejność emocjonalna (od euforii do depresji), omamy wzrokowe, niekiedy lęk, nawroty doznań nawet po długim czasie od zaprzestania brania.

Długotrwałe używanie

może wywołać poważne depresje, stany urojeniowe.

GRZYBY HALUCYNOGENNE

Objawy użycia:

halucynacje wzrokowe, zaburzone postrzeganie czasu i przestrzeni, rozszerzone źrenice, zmiany nastroju, zupełne wyizolowanie z rzeczywistości, przeżycia mistyczne, lęk.

Zwróć uwagę na:

różnego rodzaju grzyby (świeże/suszone)

Niebezpieczeństwo zażywania:

Nigdy nie wiadomo jak zadziałają. Wysokie ryzyko śmiertelnego zatrucia oraz przewlekłej psychozy.

ECSTASY (czyt: ekstasi)

Objawy użycia:

Wzmożona pobudliwość, wyostrome postrzeganie bodźców zewnętrznych (kolorów, dźwięków), brak łaknienia, przyspieszony oddech, nieadekwatne do możliwości poczucie siły, zgrzytanie zębami.

Zwróć uwagę na:

białe lub kolorowe pastylki z wytłoczonymi wzorami, popękane naczynka krwionośne, zwłaszcza twarzy po całonocnych zabawach w dyskoteci. Ecstasy jest zażywane najczęściej podczas dyskotek i rozmaitych techno party.

Nawet **jednorazowe zażycie może prowadzić do:**

nieodwracalnych zmian w mózgu, zaburzeń w pracy nerek i wątroby, śmierci spowodowanej zablokowaniem sygnałów pozwalających mózgowi kontrolować prawidłowe funkcjonowanie organizmu.

Halucynogeny - zespół abstynencyjny

- Głód psychiczny narkotyku
- Zaburzenia nastroju: irytacja, złość, przygnębienie
- Niepokój
- Skrócenie i spłylenie snu
- Bóle głowy
- Brak apetytu

- Nasilenie objawów jest umiarkowane, przebieg zespołu wielotygodniowy, nękający.
- Często objawy zespołu abstynencyjnego nie są łączone z odstawieniem substancji halucynogennych
- Występowanie objawów psychotycznych np. nastawienia ksobne, urojenia, uczucie obcości własnego ciała lub zmiany poszczególnych jego części nie należy do rzadkości

Rozpuszczalniki

Wygląd

	- kleje
<i>różnorodne związki</i>	- gazy
<i>np: chloroform, eter,</i>	- pasty
<i>trójchloroetylen,</i>	- proszki
<i>toluen, aceton,</i>	- płyny
<i>butapren</i>	-
	aerozole

Drogi przyjmowania

<i>różnorodne związki</i>	- wdychanie oparów
<i>np: chloroform, eter,</i>	przez
<i>trójchloroetylen,</i>	nos, usta np. z
<i>toluen, aceton,</i>	plastikowej torebki
<i>butapren</i>	- rozpylanie aerozoli
	bezpośrednio do ust

Rozpuszczalniki - objawy używania

Objawy użycia:

stan odurzenia, euforii, omamy, kichanie i kaszel, katar lub krwawienie z nosa, zapalenie spojówek, zamazana mowa, drażliwość, niekiedy agresja, lęk.

Zwróć uwagę na:

foliowe torby, tuby kleju, smary, zapach chemikaliów we włosach i na ubraniu, charakterystyczny zapach z ust utrzymujący się nawet kilka dni po zażyciu, nasączone chustki, szmaty.

Długotrwałe używanie może prowadzić do:

uszkodzenia płuc, wątroby, mózgu, niewydolności serca, śpiączki, śmierci przez uduszenie podczas wdychania.

Rozpuszczalniki - zespół abstynencyjny

- Zaburzenia snu

- Zaburzenia nastroju: drażliwość, napady złości, przygnębienie
- Niepokój, pobudzenie
- Lęk
- Drżenia i kurcze mięśniowe
- Nudności i bóle brzucha
- Bóle głowy
- Przyspieszenie akcji serca
- Najczęściej omawiane objawy są niespecyficzne i słabo wyrażone. Rzadko mogą być wikłane objawami psychotycznymi np. majaczeniem po odstawieniu toluenu.
- Zaburzenia nastroju, snu mogą utrzymywać się do kilku tygodni

Nikotyna

Wygląd

- | | |
|-----------------|------------------|
| <i>nikotyna</i> | - liście tytoniu |
| | - papierosy |
| | - cygara |
| | - nargile |
| | - tabaka |

Drogi przyjmowania

- | | |
|-----------------|---------------------|
| <i>nikotyna</i> | - palenie |
| | - żucie |
| | - wciąganie do nosa |

Nikotyna - zespół abstynencyjny

- Irytacja, drażliwość
- Pogorszenie koncentracji uwagi, pamięci
- Psychiczny głód nikotyny
- Obniżenie nastroju, niepokój
- Zaburzenia snu
- Zaparcia
- Zwiększenie łaknienia i przyrost wagi
- Zawroty i bóle głowy
- Kurcze mięśniowe
- Głód psychiczny nikotyny utrzymuje się przez wiele miesięcy, niekiedy przez lata
- Aspekty psychiczne przerywania palenia są bardziej uciążliwe niż somatyczne
- Tycie jest częstą przyczyną powrotu do palenia
- Zaprzestanie palenia zmienia tolerancję na niektóre przyjmowane dotychczas leki np. stosowane w chorobie nadciśnieniowej, w depresji co może skutkować koniecznością korekcji dawek tych leków

Leki

Wygląd

leki uspokajające
i nasenne - kapsułki i tabletki
(*barbiturany* - ampułki
i
benzodiazepiny)

Drogi przyjmowania

leki uspokajające - doustnie
i nasenne - dożylnie
(*barbiturany* -
i benzodiazepiny domięśniowo)

Leki - objawy używania

Objawy użycia:

Małe dawki dają poczucie odprężenia, większe powodują senność i stan jak po upojeniu alkoholowym.

Zwróć uwagę na:

Leki, opakowania po lekach, igły, strzykawki, ampułki.

Długotrwałe używanie:

Prowadzi do uzależnienia psychicznego i fizycznego, zwiększa się tolerancja na leki, co oznacza, że trzeba przyjmować coraz większe dawki, pogarsza się ogólny stan zdrowia, obniża się poziom intelektualny, istnieje duże zagrożenie przedawkowania prowadzące do śpiączki lub śmierci. Groźne w skutkach może być też mieszanie leków z alkoholem lub innymi środkami.

Leki - zespół abstynencyjny

- Złe samopoczucie
- Zaburzenia nastroju, lęk, niepokój, drażliwość, dysforia, apatia
- Wzmoczona męczliwość, zaburzenia koncentracji uwagi
- Bezsenność, męczące sny
- Nadwrażliwość na hałasy, zapachy, dotyk, dzwonienie w uszach, podwójne widzenie
- Mrowienie skóry, drżenia i kurcze mięśniowe
- Bóle głowy, brzucha
- Poty, dreszcze (temp. do 38 C), wzrost ciśnienia krwi, przyspieszenie tętna

- Omamy wzrokowe, rzadziej słuchowe przy jasnej świadomości i zachowanym krytycyzmie do przeżywanych doznań
- Wymioty, biegunka
- Napady drgawek
- Zaburzenia świadomości (majaczenie)
- Napady drgawkowe, majaczenie występują przy niekontrolowanym odstawianiu leków, które były przyjmowane w dużych dawkach
- Zazwyczaj nie wszystkie powyżej wymienione objawy występują w przebiegu zespołu abstynencyjnego, nasilone objawy zespołu ustępują w ciągu kilku dni
- Pojedyncze objawy zespołu abstynencyjnego np. zaburzenia snu, nastroju, lęk, niepokój mogą utrzymywać się przez kilka miesięcy