

Wszystko o dopalaczach – niezbędnik dla rodziców

JAK ROZPOZNAM DOPALACZE?



Definicja:

- ✓ dopalacze to substancje psychoaktywne, niebezpieczne dla zdrowia i życia
- ✓ zawierają wiele toksycznych substancji chemicznych

Wygląd:

- ✓ tabletki przypominające leki, mające medyczne nazwy, często z logo (np. krzyż)
- ✓ kolorowe pigułki o wymyślnych nazwach
- ✓ proszek podobny do pudru lub gipsu
- ✓ kryształki przypominające ziarnistą sól, cukier, także „sole kąpielowe”
- ✓ susz roślinny wyglądający jak tytoń, zioła, przyprawy

Jeśli dziecko posiada nieznane tabletki lub popularne środki przeciwbólowe w większej ilości, mogą to być dopalacze.

Opakowania:

- ✓ niewielkie woreczki strunowe
- ✓ folia aluminiowa
- ✓ papier lub gazety
- ✓ małe plastikowe fiolki
- ✓ kartki-zdrapki
- ✓ prezerwatywy

Substancje psychoaktywne nie mają zazwyczaj opisu składu na opakowaniu.

Aksesoria:

- ✓ bibułki jak do papierosów
- ✓ zwinięte w rulon banknoty, bilety, ulotki
- ✓ przycięte rurki do napojów
- ✓ szklane lub metalowe lufki

- ✓ opalona folia aluminiowa, opalone kapsle, tyżki
- ✓ młynki, crushery podobne do puszek, jojo, łożyska
- ✓ strzykawki, igły

JAK ROZPOZNAM, CZY DZIECKO BIERZE DOPALACZE?



Trudno jednoznacznie określić, czy i co dziecko zażywa. Można jednak zaobserwować kilka charakterystycznych objawów:

- ✓ czerwone, przekrwione oczy
- ✓ źrenice nie reagujące na światło (nawet do kilku godzin po zażyciu)
- ✓ wysuszone śluzówki
- ✓ krwawienie z nosa
- ✓ chroniczny katar
- ✓ drgawki
- ✓ sztywność ciała
- ✓ zaburzenia snu
- ✓ słowotok
- ✓ unikanie kontaktów towarzyskich
- ✓ zmiany w wyglądzie (ubiór, makijaż, włosy)
- ✓ zmiany w zachowaniu – unikanie rozmów, kontaktu wzrokowego, nerwowość, agresja, niepokój
- ✓ zmienność nastrojów
- ✓ niemożność nawiązania kontaktu z dzieckiem (wrażenie, że jest nieobecne)
- ✓ trudności w koncentracji uwagi
- ✓ zaburzenia pamięci
- ✓ problemy w szkole (słabsze oceny, wagary)
- ✓ podejrzane substancje lub akcesoria w kieszeniach/szufladach/szafie/pod łożkiem
- ✓ podkradanie pieniędzy rodzicom.

Objawy występują najczęściej zaraz po zażyciu substancji psychoaktywnych i stopniowo ustępują. Mogą jednak utrzymywać się przez dłuższy czas. Jeśli nie można nawiązać kontaktu z dzieckiem lub ma ono niepokojące objawy (drgawki, problemy z oddychaniem, wysoka temperatura), trzeba wezwać pogotowie.

Pamiętaj! Niektóre z wymienionych wyżej objawów mogą być wywołane dojrzwaniem lub trudnościami emocjonalnymi. Niekiedy mamy do czynienia z chorobą somatyczną (np. cukrzycą).

CO MOGĘ ZROBIĆ?

- ✓ Jeśli podejrzewasz, że dziecko coś zażyło (zażywa), przede wszystkim porozmawiaj z nim o tym spokojnie i rzeczowo, bez oskarżania. Powiedz, co cię niepokoi i poproś o wyjaśnienia.
- ✓ Jeśli chcesz sprawdzić, czy dziecko jest pod wpływem, kup test na wykrywanie narkotyków w moczu (dostępny w aptekach).
- ✓ Gdy dziecko odmawia rozmowy lub wyjaśnień, a wszystko wskazuje na to, że coś bierze - przeszukaj jego pokój, najlepiej w jego obecności. Pamiętaj jednak, że jeśli twoje podejrzenia są mylne, możesz stracić zaufanie dziecka na długi czas.
- ✓ Dowiedz się, jak najwięcej o dopalaczach i ich działaniu.
- ✓ Okazuj dziecku miłość i akceptację, ale jednocześnie stawiaj granice i bądź konsekwentny w ich egzekwowaniu.
- ✓ Szukaj pomocy:

- **800 060 800** – bezpłatna, całodobowa Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego – informacje o dopalaczach i możliwościach leczenia
- **800 100 100** – bezpłatny i anonimowy telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci – informacje i wsparcie dla dzieci przeżywających trudności oraz uzależnionych
- **112** – numer alarmowy
- www.narkomania.org.pl – anonimowa pomoc online lekarza psychiatry psychologa i prawnika; dwa razy w tygodniu możliwość skorzystania z konsultacji za pośrednictwem czatu