

# PRAVDA O DROGÁCH

Drogy každoročne  
ničia a ruínujú  
milióny ľudských  
životov. Čo by ste  
o nich mali VEDIETĽ?

Extáza  
LSD Pervitín  
Kokaín  
Marihuana

[slovenskobeزدrog.sk](http://slovenskobeزدrog.sk)



## PREČO BOĽA VYDANÁ TÁTO BROŽŮRKA

**V**o svete sa o drogách veľa hovorí — na uliciach, v školách, na internete a v TV. Niečo z toho je pravda, niečo zase nie.

Veľa z toho, čo ľudia o drogách počujú, pochádza od tých, ktorí ich predávajú. Bývalí drogoví dileri priznali, že by povedali čokoľvek, len aby iní drogy kúpili.

Nenechajte sa oklamať. Na to, aby ste sa vyhli závislosti od drog a aby ste mohli pomôcť svojim priateľom, potrebujete pravdivé údaje. To je dôvod, prečo sme pre vás pripravili túto brožúrku.

Vaša spätná väzba je pre nás veľmi dôležitá, a preto sa tešíme na vaše reakcie, príbehy a otázky. Môžete nás navštíviť na stránke **slovenskobezdrog.sk** a poslať nám e-mail na **info@slovenskobezdrog.sk**.

# NAŠA DROGOVÁ KULTÚRA\*

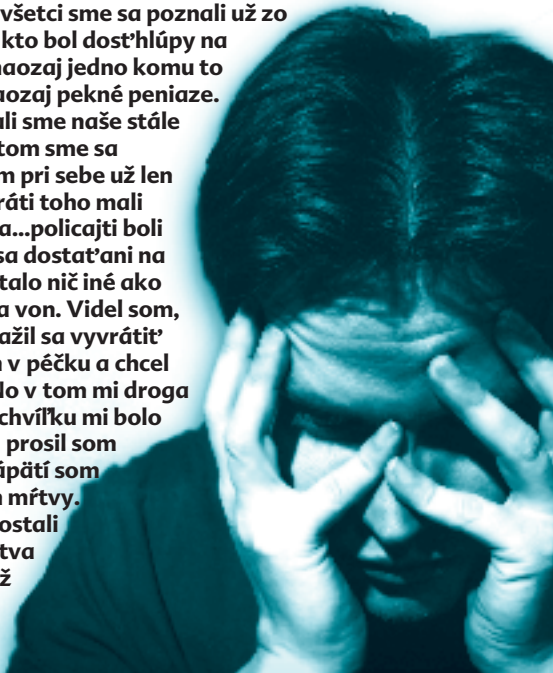
**D**rogy sa stali súčasťou nášho života v polovici minulého storočia. Popularizované v 60-tych rokoch prostredníctvom hudby a médií (hippies), drogy dnes prenikajú do všetkých oblastí spoločnosti.

Výsledky prieskumu, ktorý bol urobený Ústavom informácií a prognóz školstva medzi žiakmi základných a stredných škôl na Slovensku na jar v roku 2012 hovoria o tom, že skoro každý štvrtý žiak 7., 8. a 9 ročníka základnej školy a každý tretí študent 1., 2. a 3 ročníka strednej školy už vyskúšal nejakú drogu.

Je pravdepodobné, že poznáte niekoho, koho konanie je priamo či nepriamo ovplyvnené drogami.

\* drogová kultúra - označuje nielen životný štýl, spôsoby obliekania a správanie, ktoré sú bežné pre užívateľov rôznych typov drog, no toto slovo tiež označuje aj stupeň, do akého drogy napadli mnohé stránky našej spoločnosti a v základoch ovplyvnili našu kultúru

**J**eden piatkový večer sme išli s chalanmi do mesta, trošku sa zabaviť, ale hlavne zarábať. Boli sme partia chalanov, všetci sme sa poznali už zo základnej. Predávali sme drogy každému, kto bol dost'hlúpy na to, aby si ten bordel od nás kúpil. Bolo mi to naozaj jedno komu to predám, ja som to nebral a mal som z toho naozaj pekné peniaze. Tento piatok sa ale môj postoj zmenil. Obehali sme naše stále podniky, kde sme mali už aj stálu „tržbu“, potom sme sa spolu vybrali do posledného podniku. Mal som pri sebe už len 5 ekín (pouličný názov pre extázu), no kamaráti toho mali pri sebe ešte dost'. V tom prišla policajná razia...policajti boli všade a všetci sa snažili utiecť. Nevedel som sa dostať ani na záchod, kde by som to spláchol a tak mi neostalo nič iné ako ich prehltnúť. Cez raziu som prešiel. Pustili ma von. Videl som, že kamarátov zadržali, no ja som utekal a snažil sa vyvrátiť zo seba tie ekiny. Nešlo to, vedel som, že som v péčku a chcel som ísť do nemocnice, ktorá bola neďaleko. No v tom mi droga začínala účinkovať. Nevnímal som vôbec realitu a chvíľku mi bolo super. Ale potom prišlo peklo, plazil som sa a prosil som boha, aby to už skončilo. Triazol som sa a vzápätí som upadol do bezvedomia. Myslel som si, že som mŕtvy. Zobudil som sa v nemocnici. Moji kamaráti dostali basu. Ja som sa po návrate domov toho svinstva zbavil. Spláchol som ho. ...ale ten pocit viny už nikdy nezmizne. — Michal BA



Najčastejšie užívanou takzvanou legálnou drogou na Slovensku je alkohol. Spoločnosť alkohol toleruje napriek tomu, že užívanie alkoholu spôsobuje trvalé zdravotné a sociálne problémy. Býva veľmi častou príčinou problémov v rodinách, čo má negatívny dopad najmä na deti.

Najčastejšie užívanou nelegálnou drogou je marihuana. Výsledky prieskumu ESPAD – Európskej školskej štúdie o alkohole a iných drogách – hovoria o tom, že každý siedmy Európan vo veku 15 až 24 rokov užil marihuanu minimálne raz za rok.

Mladí ľudia sú v súčasnosti vystavení účinkom drog v skoršom veku než kedykoľvek predtým. V prieskume ESPAD

bolo zistené, že na Slovensku za posledný mesiac pila alkohol viac ako polovica (až 60%) stredoškôľakov vo veku 15-16 rokov. V tom istom prieskume bolo zistené, že na Slovensku za posledný rok užil marihuanu takmer každý piaty stredoškôľák (až 19%) vo veku 15-16 rokov, pričom celoeurópsky priemer je 13%. V prieskume mladí ľudia priznali, že pitie alkoholu alebo fajčenie marihuany im spôsobilo tieto problémy: zlé výsledky v škole, nehody alebo zranenia, ošetrenia v nemocnici alebo na pohotovosti, nehody s priateľmi alebo rodičmi, pohlavný styk, ktorý na ďalší deň ľutovali, pohlavný styk bez ochrany, násilné správanie alebo účasť v bitke, boli okradnutí, mali problémy s políciou.

## PREČO ĽUDIA UŽÍVAJÚ DROGY?

Ľudia užívajú drogy, pretože chcú vo svojom živote niečo zmeniť.

Tu je niekoľko príčin, ktoré mladí ľudia uvádzajú ako dôvody, pre ktoré užívajú drogy:

- chcú zapadnúť do kolektívu
- chcú uniknúť alebo uvoľniť sa
- chcú sa zbaviť nudy
- chcú vyzerat' dospelo
- chcú sa vzopriet' alebo protestovať
- chcú to vyskúšať

Myslia si, že drogy sú riešením. V konečnom dôsledku sa stanú problémom.

Ťažké situácie v živote či problémy, ktoré sa zdajú nevyriešiteľné, sú oproti problémom fetiša, narkomana či alkoholika zanedbateľné. Skutočným riešením je odhaliť a vyriešiť naozajstnú príčinu problému a nie vytvárať si ďalšie problémy užívaním navýkových látok.

**„Ja nepijem a som zásadne proti drogám. Častokrát sa stretávam medzi známymi na párty alebo diskotékach s otázkou ‚prečo si niečo nedáš, daj si aspoň jeden...‘ Moja odpoveď je ‚a prečo by som si mala dať? Čo mi to akože prinesie? Ved'sa viem zabaviť aj bez toho. A moje problémy tým aj tak nevyriešim. Navyše mi ráno nie je zle, nebolí ma hlava, pamätám si čo sa dialo a nie som celý víkend zalezená v posteli...‘ “ – Dominika 19**

# AKO DROGY ÚČINKUJÚ?

**D**rogy sú v podstate jedy. Ich účinok závisí od užitého množstva drogy.

Malé množstvo stimuluje (zrýchli a naštartuje vás). Väčšie množstvo účinkuje ako sedatívum (spomalí vás). A ešte väčšie množstvo spôsobí otravu a môže človeka zabiť.

Toto platí pre každú drogu. Líši sa iba množstvo drogy, ktoré je potrebné na dosiahnutie konkrétneho účinku.

Ale mnohé drogy spôsobujú aj niečo iné: priamo ovplyvňujú myseľ. Môžu skresliť pohľad človeka na dianie okolo neho. Výsledkom môže byť čudné, nerozumné, nevhodné a tiež deštruktívne konanie.

Drogy blokujú všetky pocity a vnemy — tie, ktoré človek mať chce spoločne s tými, ktoré mať nechce. Takže drogy síce poskytujú krátkodobú pomoc tým, že uľavujú od bolesti, zároveň však ničia schopnosti a ostražitosť človeka a zatemňujú jeho myslenie.

Lieky sú legálne drogy, ktoré majú cieľ „zlepšiť náš stav“ ale v skutočnosti len utlmujú nepríjemné pocity ako bolesť, smútok, žiaľ, atď... Niekedy sú potrebné. Avšak stále sú to drogy: účinkujú ako urýchľovače alebo utlmovače a privysoké dávky vás môžu zabiť. Takže ak neužívate lieky tak, ako by sa mali užívať, môžu byť rovnako nebezpečné ako nelegálne drogy.

## DROGY OVPLYVŇUJÚ MYSEĽ

Zvyčajne si človek dokáže vybaviť spomienku okamžite, pretože má jasnú myseľ. Ale drogy zastierajú pamäť a vytvárajú v nej prázdne miesta. Keď sa človek snaží získať informácie z tejto zahmlenej spleti, nedokáže to. Drogy u človeka vyvolávajú pocit, že je pomalý alebo hlúpy a sú príčinou jeho zlyhaní v živote. A v dôsledku týchto zlyhaní sa jeho život stáva ťažším a človek chce viac drog, aby mu pomohli vyrovnať sa s tým.

### **Drogy ničia tvorivosť.**

Jedným z klamstiev o drogách je, že sa človek

vďaka nim stáva viac tvorivým. Pravda je úplne iná. Určite poznáte umelcov, ktorí podľahli liekom, alkoholu, či drogám a ich tvorivosť sa naždy vytratila zo scény.

Častokrát sa stretnete s drogami v škole alebo medzi kamarátmi a počúvate reči typu „veď si daj“ alebo „prečo nie, treba si užiť život“ ... Škoda, že si týchto ľudí neviete pretočiť v čase o 5 rokov neskôr. Mnohých by sme našli vo väzeniach, bez práce, v nápravných ústavoch či mŕtvych. Je teda potrebné pozrieť sa na svoj život trochu ďalej, ako len to, čo bude o týždeň. Človek, ktorý má jasne stanovené ciele a predstavu o svojej budúcnosti, si vie ľahko spočítať, či sú drogy prínosom alebo práve naopak.



Celý ten čas, čo som bol na drogách, som si myslel, že mám svoj život pod kontrolou a že je skvelý. Zničil som však všetko, čo som vybudoval a za čo som v živote bojoval. Zničil som všetky vzťahy s priateľmi, ktorí nedrogovali, aj s mojou rodinou, takže okrem kamarátov závislákov mi neostal nikto. Každý deň sa točil okolo jedinej veci — zohnat'prachy na drogy. Bol by som urobil čokoľvek, len aby som mal môj milovaný pervitín — stal sa jedinou vecou, ktorá ma v živote zaujímala. — Patrick

Zdalo sa mi, že keď si vypijem, viem sa oveľa lepšie zabaviť. Krátko potom (ako som začala piť) mi ukázali marihuanu... Neskôr, keď som sa potíkala v dome u kamaráta a fajčila marihuanu, niekto z tašky vytiahol kokaín. Šnupanie kokaínu sa čoskoro stalo mojim denným zvykom. Kradla som peniaze z firmy mojich rodičov a od starých rodičov, aby som bola schopná zaplatiť za denné dávky alkoholu, kokaínu, marihuany a LSD. Potom som sa dostala k Oxykodonu (OxyContin) a začala som ho užívať pravidelne. Kým som si uvedomila, že som závislá, šnupanie Oxykodonu sa stalo súčasťou mojej dennej rutiny. Potrebovala som niečo silnejšie, a tak som sa dostala k heroínu. Nič ma nevedelo zastaviť; keď som potrebovala „uletieť“. Moja závislosť vyhrávala. Vždy, keď som sa snažila dostať von z toho začarovaného kruhu, pocit telesnej potreby ma vrhol späť po ďalšiu dávku. — hovorí Edith

# ZÁKLADNÉ SKUTOČNOSTI O BEŽNĚ UŽÍVANÝCH DROGÁCH

Základné skutočnosti o týchto bežne užívaných drogách boli získané zo zdrojov uvedených na konci tejto brožúrky. Sú tu zahrnuté, aby vám poskytli pravdu o drogách a o tom čo spôsobujú.

* MARIHUANA .....	STRANA 12
* ALKOHOL.....	STRANA 14
* EXTÁZA.....	STRANA 16
* KOKAÍN & CRACK .....	STRANA 18
* KRYŠTALICKÝ PERVITÍN A PERVITÍN (METAMFETAMÍN) .....	STRANA 20
* INHALANTY.....	STRANA 22
* HEROÍN.....	STRANA 24
* LSD .....	STRANA 26
* LIEKY NA PREDPIS.....	STRANA 28

# MARIHUANA

## POULIČNÉ NÁZVY:

- Mariška
- Joint
- Tráva
- Ganža
- Zelené
- Ruža
- Káva
- Mimoszemšťan
- Bongo
- Húlenie
- Šluky
- Sfajčit'

Marihuana sa zvyčajne šúľa do cigarety nazývanej „joint“. Tiež sa varí a pije ako čaj alebo sa primiešava do jedla (marihuanové koláčiky), či fajčí pomocou vodnej fajky, ktorej sa hovorí bongo.

Podľa výsledkov prieskumu ESPAD (Európska školská štúdia o alkohole a iných drogách), ktorý sa na Slovensku robil v roku 2011, každý PIATY stredoškólák vo veku

15-16 rokov užil marihuanu najmenej raz za rok. Z prieskumu o užívaní drog tiež vyšlo, že mladí ľudia, ktorí často užívajú marihuanu, sú takmer 4 krát náchylnejší správať sa násilne alebo poškodzovať majetok. Pravdepodobnosť že niečo ukradnú je u nich 5 krát väčšia ako u mladých ľudí, ktorí marihuanu neužívajú.

V dnešnej dobe je marihuana oveľa silnejšia a účinnejšia než kedykoľvek predtým. Vďaka pestovateľským technikám a výberu semien bola vyšľachtená oveľa silnejšia droga. A výsledok? Prudko zvýšený počet návštev mladých fajčiarov marihuany na pohotovostiach.

Pretože s užívaním sa tolerancia (odolnosť organizmu voči droge) zvyšuje, marihuana

môže viesť jej užívateľov ku konzumovaniu silnejších drog v snahe dosiahnuť rovnaký účinok. Keď začnú účinky slabnúť, človek môže začať užívať oveľa silnejšie drogy, aby sa zbavil nechcených stavov, kvôli ktorým začal užívať marihuanu. Samotná marihuana nevedie ľudí k iným drogám: ľudia berú drogy, aby sa zbavili nechcených situácií alebo pocitov. Marihuana zamaskuje problém, ale len dočasne (kým je jej účinok silný). Akonáhle opojenie pominie, prvotný problém, nechcený stav alebo situácia, sa vracia a to oveľa intenzívnejšie než predtým. Užívateľ potom začne vyhľadávať silnejšie drogy, keďže marihuana už „nefunguje“.

## **Krátkodobé účinky:**

**Strata koordinácie a dezorientácia v čase, zrakové a sluchové halucinácie\*, nespavosť, začervenanie očí, zvýšená chuť do jedla a uvoľnené svalstvo. Môže dôjsť k zrýchleniu srdcového rytmu. V skutočnosti sa počas prvej hodiny fajčenia marihuany**

**zvyšuje pravdepodobnosť srdcového infarktu až päťnásobne. Vzhľadom na oslabenú pamäť a zmenšenú schopnosť riešiť problémy majú užívatelia zhoršené výsledky v škole.**

## **Dlhodobé účinky:**

**Dlhodobé užívanie môže spôsobiť duševné poruchy a časté a nečakané zmeny duševných stavov. Môže tiež poškodiť pľúca a srdce, zhoršiť príznaky bronchitídy a zapríčiniť kašeľ a pískanie v pľúcach. Môže znížiť schopnosť tela bojovať s infekciami pľúc a inými ochoreniami.**

\* halucinácie - stav kedy niekto vidí alebo počuje veci, ktoré neexistujú

# ALKOHOL



## POULIČNÉ NÁZVY:

- Drink
- Chľast
- Medicínka
- Alko
- Tvrdé
- Pálenka

**A**lkohol utlmuje váš centrálny nervový systém (mozog a miechu), odstraňuje zábrany\* a zhoršuje schopnosť posudzovať veci. Pitie väčšieho množstva alkoholu môže spôsobiť kómu či dokonca smrť. Miešanie alkoholu s inými liečivami alebo drogami z ulice môže mať smrteľné následky. Alkohol vplýva na váš mozog, spôsobuje stratu koordinácie, spomalené reflexy, skreslené videnie, výpadky pamäte a bezvedomie. Telá tínedžerov sú stále v procese rastu a alkohol má u mladých ľudí väčší vplyv na stav fyzickej a duševnej pohody než u dospelých.

## Krátkodobé účinky:

**Pocit tepla, sčervenená koža, oslabený úsudok, nedostatok koordinácie, zle zrozumiteľná reč, strata pamäti a schopnosti chápať. Intenzívne pitie alkoholu zvyčajne končí „opicou“, bolesťami hlavy, nevoľnosťou, úzkosťou, slabosťou, triaškou a niekedy aj zvracaním.**

## Dlhodobé účinky:

Vznik tolerancie na mnohé z nepríjemných účinkov alkoholu a následná schopnosť piť ešte viac. Toto vedie k zhoršovaniu fyzického stavu, vrátane poškodenia pečene a zvýšeného rizika vzniku srdcových ochorení. Tehotná žena môže porodiť dieťa s vrodenými chybami postihujúcimi srdce, mozog a iné životne dôležité orgány. Môže vzniknúť závislosť. Ak niekto náhle prestane s pitím alkoholu, dostavia sa abstinenčné príznaky. Ich rozsah je od nervozity, nespavosti, potenia, nechuti do jedla až po kŕče a niekedy i smrť. Užívanie alkoholu môže taktiež viesť k násiliu a konfliktom v medziľudských vzťahoch.

\* zábrany: myšlienky alebo zásady, ktoré zabráňujú človeku v konaní niečoho.



# EXTÁZA

## POULIČNÉ NÁZVY:

- éčko
- ekina
- koleso
- koliesko
- bobula

Extáza sa zvyčajne prehíta ako tabletká alebo kapsula alebo sa šnupe.

Extáza je syntetická (človekom vyrobená) droga, ktorá sa vyrába v laboratóriu. Výrobcovia môžu pridať do drogy čokoľvek, napríklad kofeín, amfetamín\* a dokonca i kokaín. Účinky extázy sú podobné účinkom halucinogénov<sup>†</sup> a urýchľovačov (stimulantov). Tabletky môžu byť vyrobené v rôznych farbách a s rôznymi obrázkami. Miešanie extázy s alkoholom je veľmi nebezpečné a môže mať aj smrteľné následky.

Stimulačné účinky drog ako je napríklad extáza umožňujú užívateľovi dlho tancovať. Ak sa užitie drogy skombinuje s horúcim a preplneným prostredím, aké býva na tanečných večierkoch, môže nastať veľká dehydratácia (nedostatok vody) organizmu a následné zlyhanie srdca alebo obličiek.



## Krátkodobé účinky:

- Oslabený úsudok
- Falošný pocit náklonnosti
- Zmätenosť
- Depresia
- Nespavosť
- Stav y úzkosti
- Paranoja†
- Túžba po droge
- Svalové napätie
- Mimovoľné zatínanie zubov
- Nevoľnosť
- Rozmazané videnie
- Slabosť
- Triaška alebo pot

## Dlhodobé účinky:

- Opakované užívanie spôsobuje dlhodobé a pravdepodobne trvalé poškodenie mozgu a poškodzuje schopnosť úsudku a myslenia.

\* amfetamín je stimulujúca látka ako napríklad pervitín a iné.

† halucinogény sú látky, ktoré spôsobujú stav, kedy niekto vidí alebo počuje veci, ktoré neexistujú.

‡ paranoja: podozrievavosť, nedôvera alebo strach z ostatných ľudí.

**E**xtáza zo mňa urobila blázna. Jedného dňa som zahryzla do pohára, akoby to bolo jablko.

Musela som mať ústa plné kusov skla, aby som si uvedomila, čo sa so mnou deje.

Inokedy som zase asi hodinu zubami šklbala uteráky.

— Ann



# KOKAÍN & CRACK

**K**okaín a crack sa môžu užívať ústami (ako tabletky), nosom (šnupanie), injekčne pomocou striekačky, alebo v prípade cracku, vdychovaním výparov, ktoré vznikajú pri zohrievaní drogy.

Výrazy, ktoré sa zvyknú používať na opísanie požitia drogy sú žuvanie, šnupanie, pichanie (injekčne do žíl) a fajčenie.

Slovo *kokaín* označuje drogu v podobe prášku (kokaín) a v kryštalickej podobe (crack).

## POULIČNÉ NÁZVY:

- koks
- sneh
- biele
- lajna
- cukor
- Charlie
- múka
- crack

Sú vyrobené z rastliny s názvom koka, a rovnako ako pervitín, kokaín vytvára u človeka najväčšiu závislosť zo všetkých drog.

## Krátkodobé účinky:

Kokaín navodzuje krátkodobý pocit intenzívneho opojenia, ktorý je okamžite nahradený opačným stavom – intenzívnymi pocitmi depresie, nepokoja a túžby po ďalšej dávke drogy. Ľudia, ktorí užívajú kokaín, často nejedia ani nespia tak, ako by mali. Mávajú zrýchlený srdcový rytmus a svalové kŕče. Dostávajú sa do paranoidných stavov, hnevu, pocitov nepriateľstva a úzkosti, a to dokonca i vtedy, keď nie sú „v opojení“.

\* paranoja: podozrievavosť, nedôvera alebo strach z ostatných ľudí.

† halucinácie: stav kedy niekto vidí alebo počuje veci, ktoré neexistujú.

## Dlhodobé účinky:

Okrem vyššie uvedených účinkov, kokaín spôsobuje podráždenosť, výkyvy nálad, nervozitu, paranoju\* a sluchové halucinácie.† S užívaním sa tolerancia (odolnosť) tela voči droge zvyšuje, takže pre rovnako silné „opojenie“ je nutné užiť čoraz väčšie množstvo drogy.

Dojazd (koniec účinkov opojenia) spôsobuje ťažkú depresiu, ktorá býva hlbšia a hlbšia po každej dávke. Môže to zájsť tak ďaleko, že človek urobí čokoľvek, aby sa dostal k droge – dokonca sa môže dopustiť vraždy. A ak sa nedostane k droge, depresia sa tak prehĺbi, že závislého môže dohnať k samovražde.

# KRYŠTALICKÝ PERVITÍN & PERVITÍN (METAMFETAMÍN\*)

Kryštalický pervitín a pervitín sa vdychujú, fajčia alebo sa podávajú injekčne. Malé dávky sú vo forme tabletiiek.

Kryštalický pervitín je jednou z foriem metamfetamínu, ktorá ja podobná malým úlomkom skla, či žiarivým bledomodrým kamienkom. Na ulici sa tiež nazýva „ľad“, „kryštál“, „sklo“ a má veľa iných mien. Tento človekom vyrobený syntetický stimulans je veľmi silný a návykový a vyvoláva agresivitu a sklony k násiliu alebo psychotické (nevhodné, neočakávané a nestabilné) správanie. Mnohí užívatelia uvádzajú vznik závislosti už po prvej dávke, ktorú užili. Ide o jednu z najťažšie liečiteľných závislostí.

## POULIČNÉ NÁZVY:

- Piko
- Pedro
- Péčko
- Perník
- Speed

\* metamfetamín: vysoko návykový stimulans centrálnej nervovej sústavy.

† paranoja: podozrievanosť, nedôvera alebo strach z ostatných ľudí.

## Krátkodobé účinky:

Medzi negatívne účinky patrí narušený spánok, hyperaktivita, nevoľnosť, falošná predstava sily, zvýšená agresivita a podráždenosť. Môže spôsobiť zníženú chuť do jedla a stratu hmotnosti. Vyššie dávky spôsobujú silnejší „nával“ sprevádzaný zvýšeným vzrušením a niekedy násilím. Medzi ďalšie účinky patrí nevoľnosť, zmätenosť, halucinácie, úzkosť a paranoja.<sup>†</sup> Môže spôsobiť kŕče vedúce až k smrti.

## Dlhodobé účinky:

Zvýšený srdcový tep a krvný tlak, poškodené krvné cievy, mozgová porážka, srdcová arytmia, zlyhanie srdcovo-cievneho systému alebo smrť. Môže spôsobiť poškodenie pečene, obličiek a pľúc. Užívateľia môžu utrpieť poškodenie mozgu, vrátane poškodenia pamäte a rastúcej neschopnosti vedieť si niečo predstaviť. Tí, ktorí s užívaním prestanú, sú zvyčajne vystavení výpadkom pamäte a extrémnym výkyvom nálady.

**K**ryštalický pervitín bola droga, ktorú som si vybral, ale boli na výber aj iné, lacné, ľahko dostupné a užiteľné a rýchlo návykové. Raz som to skúsil a HOP! Bol som závislý. Jedna z vecí, ktoré to najviac ovplyvnilo, bola moja kariéra hudobníka. Mal som úžasnú skupinu, hrali sme super muziku, v kapele som mal skvelých členov, ktorí neboli len takí obyčajní členovia, ale najlepší priatelia. Všetko sa to však zmenilo, keď som začal užívať pervitín. — Brad



# INHALANTY

## POULIČNÉ NÁZVY:

- Popper
- tēčko (Toluén)
- handra
- áčko (acetylénové riedidlo)

Do skupiny inhalantov (vdychované látky) zahŕňame chemické látky, ktoré možno nájsť v drogériách alebo v obchodoch s domácimi potrebami, akými sú napríklad aerosolové spreje, čistiace prostriedky, lepidlá, náterové farby, riedidlá, odlakovače, dusitan amylnatý\* a plyny do zapaľovačov. Tieto látky sa fetujú alebo „čuchajú“.

Inhalanty ovplyvňujú mozog. Keď sa tieto látky alebo výpary inhalujú cez nos či ústa, môžu spôsobiť trvalé telesné a mentálne poškodenie organizmu. Ochudobňujú telo o kyslík a spôsobujú nepravidelný a zrýchlený rytmus srdca. Ľudia, ktorí užívajú inhalanty, môžu stratiť čuch, trpia nevoľnosťou a krvácaním z nosa a môžu sa u nich vyvinúť problémy s pečeňou, pľúcami a obličkami. Trvalé užívanie vedie k úplnému ochabnutiu svalstva a strate sily.



Inhalanty môžu tiež spôsobiť, že ich užívateľ nebude schopný normálne chodiť, rozprávať a myslieť. Pri vdychovaní toxických výparov do nosovej dutiny† sú spôsobené veľké poškodenia mozgového tkaniva.

## **Krátkodobé účinky:**

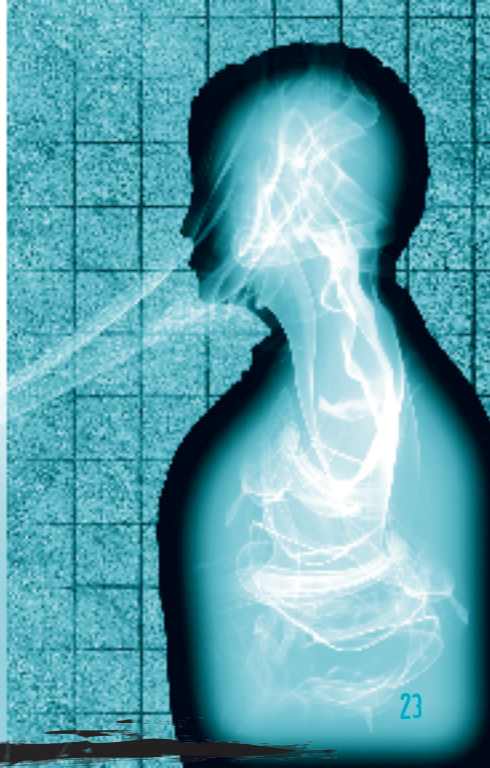
**Okrem vyššie uvedeného môžu inhalanty zapríčiniť úmrtie užívateľa v dôsledku infarktu alebo udusenía, keď vdychované výpary nahradia kyslík v pľúcach a centrálnej nervovej sústave. Človek pod vplyvom inhalantov môže tiež náhle konať s neobvyklou agresivitou.**

## **Dlhodobé účinky:**

**Môže viesť k úplnému ochabnutiu svalstva a strate sily. Môže trvalo poškodiť telo a mozog.**

\* dusitan amylnatý: bledožltá tekutina používaná na otvorenie alebo rozšírenie krvných ciev, niekedy zneužívaná ako stimulant (urýchľovač).

† dutina: jeden z otvorov na prednej strane lebky, cez ktorý človek dýcha pomocou nosa.



# HEROÍN

A photograph of a woman with long dark hair, wearing a patterned top, injecting a substance into her left arm. She is holding a syringe in her right hand. The background is a textured, light-colored wall.

## POULIČNÉ NÁZVY:

- Herák
- Háčko
- Kakao
- Matroš
- Štof
- Ejč
- Kadro

Heroín sa obvykle aplikuje injekčne, fajčí sa alebo šnupe. Je vysoko návykový. Heroín rýchlo zasahuje mozog, spomaľuje myslenie a reakcie a oslabuje schopnosť rozhodovať sa. Nepriaznivo ovplyvňuje pamäť.

Pichanie si drogy do žíl môže vytvoriť riziko prenosu AIDS (vírus spôsobujúci smrteľné oslabenie organizmu), hepatitídy (ochorenie pečene) a iných ochorení spôsobených infikovanými ihlami. Tieto zdravotné problémy môžu byť taktiež prenesené na sexuálnych partnerov a novorodencov. Násilie a zločiny sú ďalšími dôsledkami užívania heroínu.



## **Krátkodobé účinky:**

Užívatelia mávajú zahmlené mentálne funkcie, trpia nevoľnosťou a vracaním. Uvedomovanie si bolesti môže byť u nich potlačené. U tehotnej ženy môže nastať spontánny potrat. Činnosť srdca slabne a dýchanie je kriticky spomalené, čo niekedy vedie až k smrti.

## **Dlhodobé účinky:**

Zjazvené a/alebo zúžené žily, bakteriálne infekcie krvných ciev, srdcových chlopní, vredy a iné infekcie jemného tkaniva, ochorenia pečene alebo obličiek. Môžu vzniknúť problémy s pľúcami. Zdieľanie ihlôk môže spôsobiť hepatitídu, AIDS a iné vírusové ochorenia, ktoré sa prenášajú krvou.

\* mentálne funkcie: hmat, sluch, čuch, zrak, pamäť, kreativita, emócie a iné funkcie súvisiace s mysľou človeka

# LSD

## POULIČNÉ NÁZVY:

- LSD
- Papierik
- Trip
- Cyklista
- Kyselina
- Acid
- Známka
- Kryštál
- Mikros

**LSD** sa predáva vo forme tabliet, kapsúl či kvapaliny. Bežne sa pridáva do savého papiera, ktorý je následne rozdelený na malé ozdobené štvorčeky. Každý štvorček predstavuje jednu dávku.

LSD je stále jednou z najúčinnnejších chemických látok s vplyvom na zmenu nálady a získava sa z extrémne jedovatých húb, plesne, ktorá rastie na raži a iných druhoch obilia. Malé množstvo môže navodiť účinok trvajúci 12 a viac hodín.

## Krátkodobé účinky:



Rozšírené zreničky očí, zvýšená telesná teplota, zvýšený srdcový tep a tlak krvi, potenie, strata chuti do jedla, nespavosť, sucho v ústach, triaška. Po užití LSD môžu človeka prepadnúť ťažké a desivé myšlienky a pocity, strach a strata kontroly, strach zo šialenstva a smrti a pocity beznádeje.



## Dlhodobé účinky:

Spomienky a spätné vybavovanie si zážitkov z obdobia LSD tripu sa môžu objavovať ešte dlho po tom, ako bola droga užitá a jej zjavné účinky už dávno odzneli. Samotný trip zvyčajne končí po približne 12 hodinách, ale niektorí užívatelia uvádzajú dlhodobé psychózy (nevhodné, neočakávané a nestabilné duševné stavy, extrémne výkyvy nálady,...).

# LIEKY NA PREDPIS

Zneužívania liekov na predpis sa stalo oveľa vážnejším problémom než väčšina drog v uliciach. Lieky proti bolesti, lieky na upokojenie, antidepresíva, tabletky na spanie a urýchľovače (stimulanty) sa môžu zdať ako bezpečné, keďže ich predpisujú lekári. No majú rovnakú silu a sú rovnako návykové ako heroín či kokaín, ktoré sa predávajú na uliciach. Napríklad liek proti bolesti Oxykodon (OxyContin) je rovnako silný ako heroín

a jeho účinok na organizmus je rovnaký. Nepretržité užívanie liekov proti bolesti, utišujúcich liekov („tlmičov“), stimulantov („urýchľovačov“) alebo antidepresív môže viesť k závislosti a bolestivým abstinenčným príznakom u tých, ktorí skúšajú prestať.

Tu je uvedených len niekoľko účinkov týchto drog.

\* antidepresíva - látky, ktoré sú určené na potlačenie pocitov smútku, skleslosti, vnútorného napätia, nerozhodnosti.



**Lieky proti bolesti:** Oxykodon (OxyContin), Fentanyl, Morfín sú niektoré z dlhého zoznamu liekov proti bolesti. Medzi ich účinky patrí spomalené dýchanie, nevoľnosť a bezvedomie. Ich užívanie môže viesť k závislosti.

**Utišujúce lieky:** Medzi lieky, ktoré spomaľujú funkcie vášho mozgu a nervovej sústavy patria Xanax, Zyprexa, Valium a veľa ďalších. Medzi účinky patria problémy so srdcom, zvyšovanie telesnej hmotnosti, únava\* a nezrozumiteľná reč. Pretrvávajúce užívanie môže viesť k závislosti.

**Stimulanty:** Tieto lieky zrýchľujú váš srdcový rytmus a dýchanie a sú veľmi podobné pervitínu a kokaínu. Patrí medzi ne Ritalín, Adderall, Concerta a lieky známe

ako „benzedríny“. Medzi ich účinky patrí zvýšený krvný tlak a srdcový rytmus, nepriateľstvo a paranoja†

**Antidepresíva:** Prozac, Paxil, Zoloft a Celexa sú niektoré z bežne používaných antidepresív. Medzi ich účinky patrí srdcová arytmia, paranoidné reakcie, násilné či samovražedné myšlienky a halucinácie‡ Dlhodobé užívanie môže viesť k závislosti.

**Lieky proti bolesti, utišujúce lieky a antidepresíva sú v Spojených štátoch zodpovedné za väčší počet úmrtí než kokaín, heroín, pervitín a amfetamíny dokopy.**

\* únava: extrémna fyzická alebo psychická vyčerpanosť.

† paranoja: podozrievavosť, nedôvera alebo strach z ostatných ľudí.

‡ halucinácia je stav kedy niekto vidí alebo počuje veci, ktoré neexistujú

‡ amfetamíny je pomenovanie pre stimulujúce látky ako napríklad pervitín a iné.

# Čo vám povedia díleri

V rámci prieskumu medzi tínedžermi, ktorý zisťoval, čo ich predovšetkým viedlo k užívaniu drog, 55% z nich odpovedalo, že to bol tlak zo strany priateľov. Chceli byť „cool“ a obľúbení. Díleri to vedia.

Budú sa k vám správať ako priatelia a ponúknu sa, že vám „pomôžu“ s „niečím, čo vás postaví na nohy“. Droga vám „pomôže zapadnúť“ alebo „vás urobí cool“.

Drogoví díleri vám s vidinou zisku, ktorý z toho budú mať, nahovoria čokoľvek, len aby ste si drogu kúpili.

Povedia vám, že „kokaín zmení váš život na jednu veľkú párty a že „heroín je teplá prikrývka“. Ak si vezmete extázu, „dostanete do postele množstvo báb“.

Kašľú na to, či drogy zruinujú váš život alebo nie, hlavne nech dostanú zaplatené. Jediné, o čo im ide, sú peniaze. Bývalí díleri priznali, že svojich zákazníkov považovali za „figúrky v šachovej hre“.

Poznajte fakty o drogách. Urobte vlastné rozhodnutia.

Milióny výtlačkov brožúrok ako je táto v 22 rôznych jazykoch boli rozdane ľuďom po celom svete. Postupne, ako sa na uliciach objavujú nové drogy a ako sa dozvedáme nové informácie o ich účinkoch, brožúrky aktualizujeme a vytvárame nové vydania.

Brožúrky vydáva Nadácia Svet bez drog, nezisková verejnoprospešná organizácia so sídlom v Los Angeles v Kalifornii.

Nadácia poskytuje vzdelávacie materiály, poradenstvo a koordinuje medzinárodnú sieť, zameranú na drogovú prevenciu. Pracuje s mládežou, rodičmi, pedagógmi, občianskymi združeniami a vládnymi organizáciami – s každým, kto má záujem pomáhať ľuďom viesť život bez drog.

## REFERENCIE

Údaje, ktoré sú použité v tejto brožúrke pochádzajú z týchto zdrojov:

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2011 Annual Report

“Drug Facts, Did You Know?” Drugs and the Environment, October 2004

“Results from the 2007 National Survey on Drug Use and Health: Fact Sheet.”

AlcoholScreening.org

Office of National Drug Control Policy

“New Initiative Harnesses Power of Teens, Parents to Stop Teen Drug Use,” Media Campaign, News Room, 29 January 2004

Office of National Drug Control Policy, National Youth Anti-Drug Media Campaign, 3 October 2004

“Help for Parents: Is Your Child Using Drugs? How to Find Out,” Partnership for a Drug-Free America, 12 October 2004

Substance Abuse and Mental Health Services Administrations, U.S. Department of Health and Human Services

UN Office of Drugs and Crime World Drug Report 2008

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction Statistical Bulletin 2011

“Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights—2006”

“CDC Survey: As Many Teens Smoke Marijuana as Cigarettes, Cigarette Use Dropping Faster,” 5 June 2008

„Konzumácia legálnych a nelegálnych drog u žiakov základných a stredných škôl“ PhDr. Marianna Pétiová, PhD. Ústav informácií a prognóz školstva, Bratislava, 2012

PHOTO CREDITS:

Page 8: Alamy (left); Page 15: istockphoto.com/Lisa Young; Page 26: Luke Peters.

# FAKTY, KTORÉ MUSÍTE POZNAŤ

Táto brožúrka je jednou zo série publikácií, ktoré prinášajú fakty o marihuane, alkohole, extáze, kokaíne, cracku, pervitíne a kryštalickom pervitíne, inhalantoch, heroíne, LSD a o zneužívaní liekov na lekársky predpis. Keď si ich človek prečíta, dozvie sa o drogách dosť na to, aby sa dokázal rozhodnúť pre život bez nich.

**Ak chcete získať viac informácií alebo viac výtlačkov tejto alebo ďalších brožúrok z tejto série, kontaktujte:**



Foundation for a Drug-Free World  
1626 N. Wilcox Avenue, #1297  
Los Angeles, CA 90028 USA

[drugfreeworld.org](http://drugfreeworld.org)  
[info@drugfreeworld.org](mailto:info@drugfreeworld.org)  
1-888 NOTODRUGS  
(1-888-668-6378)

**Slovensko bez drog, o.z.**  
**Hviezdna 38**  
**821 06 Bratislava**

[info@slovenskobezdrog.sk](mailto:info@slovenskobezdrog.sk)  
[www.slovenskobezdrog.sk](http://www.slovenskobezdrog.sk)