

## WOKÓŁ NARKOTYKOWYCH MITÓW!

Pomimo wielu akcji profilaktycznych, wciąż krąży wiele nieprawdziwych informacji o narkotykach. Dla niektórych prawdziwa wiedza przychodzi zbyt późno lub nie przychodzi wcale. Producenci i dystrybutorzy zainteresowani są zyskiem ze swego produktu i wolą, by wśród potencjalnych klientów krążyły mity, stawiające narkotyki w dobrym świetle. Istnieje teza, że narkomania nie osiągałaby takich rozmiarów, gdyby każdy z nas otrzymał podstawowe informacje dotyczące środków psychoaktywnych.



Oto kilka mitów nadal funkcjonujących:

- **„Marihuana jest nieszkodliwa” - fałsz!!!**

THC niszcząco wpływa na psychikę nawet przy okazjonalnym paleniu. Odkłada się w tkance tłuszczowej mózgu, umiejscawia się w okolicy synaps, zaburzając przepływ impulsów nerwowych.

Przy długotrwałym używaniu THC może dojść do wystąpienia chorób i zaburzeń psychicznych. Kilkakrotnie wzrasta ryzyko zachorowania na schizofrenię. U osób podatnych THC może wywołać stany depresyjne, myśli samobójcze, bezsenność, lęki, psychozy, zaburzenia koncentracji, ataki paniki i urojenia prześladowcze.

Marihuana zaburza rozwój emocjonalny, tak więc palona w młodym wieku przyczynia się do zniekształcenia osobowości.

W dymie palonych konopi znajdują się substancje smoliste, które przy długotrwałym paleniu uszkadzają górne drogi oddechowe oraz mięsień sercowy i wątrobę.

Chroniczne palenie marihuany może powodować raka, dym konopi jest bardziej kancerogenny, niż dym nikotynowy, w dodatku zwykle trafia do płuc bez pośrednictwa filtra oraz dłużej w nich przebywa. U palaczy spada odporność immunologiczna (THC powoduje zmiany w metabolizmie komórkowym i syntezie DNA).

THC wpływa na płodność, działa toksycznie na jajniki i jądra, a u osób z predyspozycjami do schorzeń kardiologicznych mogą wystąpić zaburzenia rytmu serca.

- **„Marihuana to nie narkotyk” - fałsz!!!**

Marihuana to narkotyk, THC zmienia jednak świadomość i silnie uzależnia psychicznie. Duże niebezpieczeństwo tego narkotyku wynika właśnie z aury niewinności.

- **„Nikt nie umarł od palenia marihuany” - fałsz!!!**

Nie licząc tych, którzy zginęli w wypadkach samochodowych, spadli z wysokości czy popełnili samobójstwo - to rzeczywiście nikt.

- **„Lepiej jest zapalić marihuanę niż wypić alkohol?”**

To dylemat typu: czy lepiej być chorym psychicznie, czy fizycznie? Czy lepiej mieć chorą wątrobę, czy żołądek? Odpowiedź brzmi- najlepiej być zdrowym. Zarówno dla naszej psychiki, jak i dla naszego ciała najlepiej jest, kiedy żyjemy trzeźwo.

Jeżeli młodemu człowiekowi zdecydowanie bardziej podoba się stan po marihuanie, czy alkoholu to może oznaczać, że ma osobowość będącą doskonałą pożywką dla nałogu.

- **„Amfetamina jest niegroźnym specyfikiem pomagającym w nauce” - fałsz!!!**

Amfetamina jest bardzo „podstępna”, polepsza samopoczucie, stymuluje układ nerwowy. Człowiekowi wydaje się, że jest inteligentniejszy, bardziej atrakcyjny. Efekty działania mijają już po kilku godzinach, wtedy przychodzi zmęczenie i zły nastrój. Jeżeli ktoś zechce znów poczuć się pewniej, sięgnie po następną porcję, szybko dochodzi do przyzwyczajenia i mała dawka przestaje wystarczać. Amfetamina nie utrwala posiadanej wiedzy ani nie przyspiesza nowej. Pozwala wprowadzić na aktywność przez całą dobę, jednak kosztem wyczerpania organizmu i depresji.

- **„Jeżeli weźmiesz tylko raz, to nic się nie stanie” - fałsz!!!**

Zawsze może być właśnie o ten raz za dużo. W przypadku narkotyków podawanych dożylnie, może się to zakończyć zakażeniem wirusem HIV. Heroina może uzależnić po pierwszym razie, albowiem stymuluje ona synapsy, których normalnie używasz w procesie uczenia się. Jeżeli spodobają ci się efekty, jakie uzyskałeś po „pierwszym razie”, biorąc narkotyki „miękkie” jest duże prawdopodobieństwo, że sięgniesz po raz kolejny. Pamiętaj: tam gdzie narkotyk, tam nie można mówić o silnej woli.

- **„Jeżeli wszyscy biorą to pewnie nie jest to takie złe” - fałsz!!!**

Po pierwsze nie wszyscy biorą, a po drugie każdy organizm reaguje inaczej! Działa to w ten sposób, że człowiek sięgający po narkotyki nieświadomie szuka towarzystwa, które to akceptuje. Ten mit szybko pryska, kiedy człowiek przestaje brać narkotyki i zmienia siłą rzeczy środowisko. Wtedy nagle okazuje się, że wokół nikt nie bierze, nikt nie pali marihuany. Trzeźwe spojrzenie na rzeczywistość wymaga trzeźwego umysłu, a ów takim nie jest nawet przy sporadycznym braniu narkotyków.

Jak wynika z ogólnopolskich badań, większość młodzieży nigdy nie próbowała żadnych narkotyków.

- **„LSD to dobry sposób na poznanie samego siebie” - fałsz!!!**

Nie dobry, a na pewno bardzo ryzykowny, nie dający pewności, w jaką „podróż” cię zabierze i co ujawni nie uświadomiona dotąd sfera, czy niedojrzała jeszcze psychika poradzi sobie z tymi wrażeniami. Są bardziej bezpieczne sposoby na poznanie siebie i rozwijanie własnego „JA” (joga, medytacja, grupy motywacyjne, treningi).

Sylwia Wieczorek