
PRAVDA O
MARIHUANE
marihuana
joint
burina
pot
skunk
slovenskobezdrog.sk



PREČO VZNIKLA TÁTO BROŽÚRKA

Vo svete sa o drogách veľa hovorí — na uliciach, v školách, na internete a v TV. Niečo je pravda a niečo nie.

Mnohé z toho, čo sa ľudia o drogách dozvedajú, pochádza od tých, ktorí ich predávajú. Polepšení drogoví díleri priznali, že by povedali čokoľvek, len aby od nich ľudia kupovali drogy.

Na to, aby si ohľadom drog urobil správne rozhodnutie, potrebuješ skutočné a pravdivé fakty. To je dôvod, prečo sme pripravili túto brožúrku — je pre teba.

Zaujíma nás tvoja spätná väzba a budeme radi, keď nám napíšeš, čo si o tejto brožúre myslíš. Môžeš sa pozrieť na **slovenskobezdrog.sk** a poslať e-mail na **info@slovenskobezdrog.sk**.

ČO JE MARIHUANA?

Marihuana je najviac užívaná nelegálna droga na svete. Medzi najnovšími vedeckými poznatkami o marihuane a mýtmi, ktorými je opradená, existuje večná priepasť. Niektorí ľudia sa domnievajú, že legalizácia marihuany znamená, že táto droga je bezpečná. Telo však nepozná rozdiel medzi legálnou a nelegálnou drogou. Pozná len účinok, ktorý vyvolá, keď ju vezmeš. Cieľom tejto brožúry je objasniť niektoré nepochopené informácie o marihuane.

Marihuana sa vyrába z konopy indickej a „droga“ sa nachádza predovšetkým v kvetoch (bežne nazývané „puky“) a oveľa menej v semienkach, listoch a stonkách rastliny.

Marihuana sa predáva ako zmes sušených listov, stoniek, kvetov a semienok konopy indickej. Má zvyčajne zelenú, hnedú alebo šedú farbu.

Hašiš je svetlohnedá, hnedá alebo čierna živica, ktorá sa suší a lisuje na tabličky, tyčinky alebo guľôčky. Pri fajčení marihuany ako aj hašišu sa uvoľňuje charakteristický, sladký zápach.



Marihuana a hašiš obsahujú vyše 400 chemikálií. Chemická látka, ktorá spôsobuje opojenie alebo stav „high“ sa nazýva THC (skratka pre tetrahydrokanabinol). THC je psychoaktívna* látka a preto sa marihuana považuje za „drogu“.

Rastliny ako aj zvieratá majú vlastnosti, ktoré ich v prírode chránia. Rastliny môžu mať maskovacie zafarbenie alebo vzhľad, aby ich predátor nevidel, prípadne môžu obsahovať jedy či toxíny, ktoré spôsobia, že zviera ochorie, alebo je ochromená jeho mozgová činnosť a je vydané napospas nebezpečenstvám v prírode. THC je takýto ochranný mechanizmus marihuany.

Opojiť v tomto zmysle znamená „otráviť prijatím jedovatých látok do tela“. Ktorákoľvek látka, ktorá spôsobuje opojenie, vyvoláva zmeny v tele a v mysli. Dokáže vytvoriť závislosť alebo odkázanosť a tým spôsobiť, že človek chce drogu brať, hoci mu škodí.

Zrejme si už od niekoho počul, že marihuana je rastlina, je „prírodná“, čiže neškodná. To nie je pravda. Bolehlav, jedovatá rastlina, je tiež „prírodná“, ale človeka môže zabiť.

Ďalšia vec je, že páliť sušené listy a puky a vdychovať dym z nich do pľúc určite nie je „prírodné“ a môže byť pre telo škodlivé rovnako ako fajčenie cigariet.

* psychoaktívna: látka, ktorá aktivizuje mentálnu činnosť človeka a vedie k závislosti



Čo sa týka používania marihuany na liečebné účely, je potrebné uviesť, že táto rastlina obsahuje ďalšiu chemickú látku nazývanú CBD (skratka pre cannabidiol), čo je látka, ktorá je najčastejšie spájaná s liečivými účinkami. Na rozdiel od THC, CBD nespôsobuje opojenie. Liečivé účinky marihuany sa neustále študujú. Rovnako sa vyvíjajú metódy pestovania marihuany na liečebné účely — s vysokým obsahom CBD a nízkym obsahom THC.

Marihuana je droga rovnako ako alkohol, kokaín alebo extáza. A rovnako ako iné drogy, má vedľajšie účinky, ktoré môžu byť škodlivé.

AKO SA POUŽÍVA?

Marihuanu je možné fajčiť ako cigaretu (joint), ale je možné ju tiež fajčiť pomocou fajky alebo vodnej fajky. Môže sa aj vmiešať do jedla a zjesť, alebo uvariť ako čaj. Táto forma užívania je podrobnejšie opísaná neskôr. Užívatelia niekedy rozbalia cigaru, odstránia tabak a zabalia do nej trávu. Do jointu a cigary si občas pridajú malé množstvo ďalšej, silnejšej drogy ako napríklad crack alebo fencyklidín (silný halucinogén).



Marihuana je zmesou vysušených listov, stoniek, kvetov a semien konopy indickej. Má zvyčajne zelenú, hnedú alebo šedú farbu.

Hašiš je svetlohnedá, hnedá alebo čierna živica, ktorá sa suší a lisuje na tabličky, tyčinky alebo guľôčky. Pri fajčení marihuany ako aj hašišu sa uvoľňuje charakteristický, sladký zápach.

Keď užívateľ vdychuje dym z jointu alebo fajky, účinok spravidla cíti v priebehu niekoľkých minút. Bezprostredné pocity — zvýšený tep, znížená koordinácia pohybov a zhoršená rovnováha tela a „snový“ stav mysle „mimo realitu“ — vrcholia

v priebehu prvých 30 minút. Tieto krátkodobé účinky sa zvyčajne vytratia do dvoch až troch hodín, ale môžu trvať dlhšie — podľa toho, koľko drogy užívateľ užil, aké silné je THC a či sú v zmesi prítomné ďalšie drogy.

Vzhľadom na to, že typický fajčiar jointu vdychuje viac dymu a drží ho v sebe dlhšie ako pri cigarete, joint má na pľúca veľmi závažný dopad. Okrem nepohodlia súvisiaceho s bolesťami hrdla a zápalom priedušiek sa zistilo, že vyfajčenie jedného jointu vystavuje človeka takému množstvu rakovinotvorných chemikálií, ako keby vyfajčil štyri až päť cigariet po sebe.

Mentálne následky užívania marihuany sú rovnako závažné. Užívatelia marihuany majú horšiu pamäť a horšie mentálne schopnosti ako tí, ktorí ju neužívajú.

Nedávny prieskum zaoberajúci sa mladistvými užívateľmi marihuany odhalil, že v ich mozgu došlo k abnormalitám v súvislosti s emóciami, motiváciou a schopnosťou robiť rozhodnutia.



DABBOVANIE

THC extrahované do oleja sa môže vyparovaním zahustiť, pričom vznikne lepkavá hustá hmota alebo vosk, ktorý sa fajčí alebo, čo je ešte populárnejšie, inhaluje. Táto hmota sa môže ďalej spracovať na tuhú látku podobnú sklu.

Táto koncentrovaná forma marihuany sa rýchlo zohreje na veľmi horúcom povrchu a následne sa pri odparovaní vdychuje cez špeciálne prispôsobenú vodnú fajku. Tento postup sa nazýva dabbovanie.

ÚČINKY DABBOVANIA

Vdychovanie koncentrovanej „dávky“ marihuany pri dabbovaní, zosilňuje telesné a mentálne účinky bežne dosahované pri fajčení tejto drogy.

THC obsiahnuté vo vysoko koncentrovaných dávkach marihuany sa pohybuje od 60% do 90%.

Koncentráty marihuany sú taká novinka, že ich škodlivé účinky ešte nikto nepreskúmal.

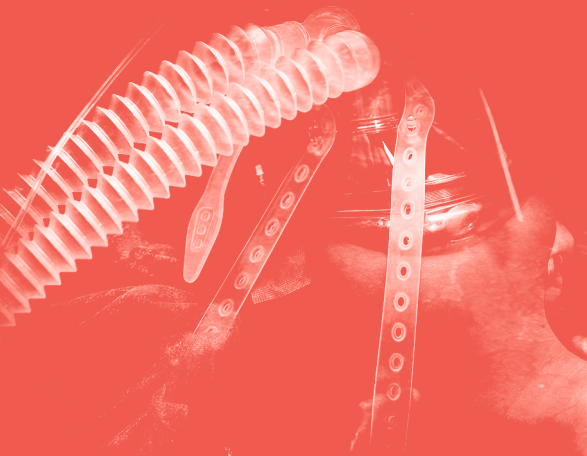


Lekári a špecialisti v oblasti užívania drog však pozorujú, že škodlivé mentálne účinky spôsobené bežnou marihuanou sú u koncentrátov marihuany násobne väčšie.

Užívatelia nahlásili, že táto forma marihuany môže spôsobiť psychotický záchvat, halucinácie (vidia a počujú veci, ktoré nie sú prítomné) a pocity, akoby im pod kožou liezol hmyz.

Vzhľadom na to, že koncentráty sú veľmi silné, opakovane sa vyskytli prípady, keď bolo pre užívateľa predávkovaného marihuanou nutné volať záchranku.

„Skončil som v nemocnici pre duševne chorých, pretože som za 10 dní naspal spolu asi 10 — 15 hodín.“



MOOKOVANIE

Fajčenie zmesi tabaku a marihuany vloženej do hlavičky fajky sa nazýva „mookovanie“.

Chemické látky tabaku a marihuany pôsobia na nervový systém a vplývajú na myseľ aj telo. Niektoré z týchto účinkov nie je možné zvrátiť. O fajčení sa ukázalo, že spôsobuje smrteľné ochorenie pľúc, ktoré si vyžaduje napojenie na kyslík 24 hodín denne. Keď k tomu dôjde, takýto človek už nie je schopný normálne fungovať. Jednoduchá vec ako prejsť zo spálne do kúpeľne je pre neho takmer nemožná vzhľadom na to, že trpí závažnou dychovou nedostatočnosťou.

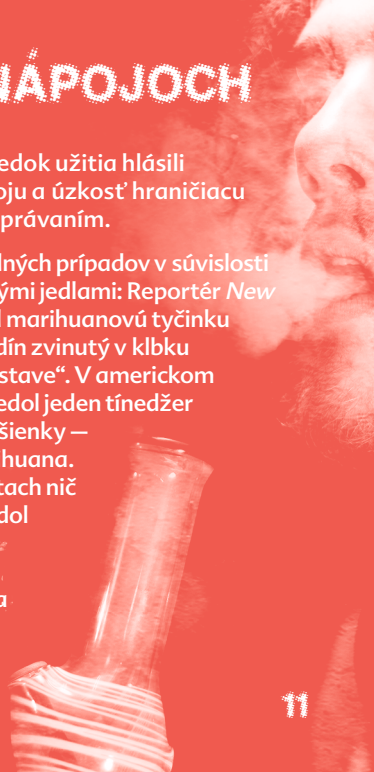
MARIHUANA V JEDLÁCH A NÁPOJOCH

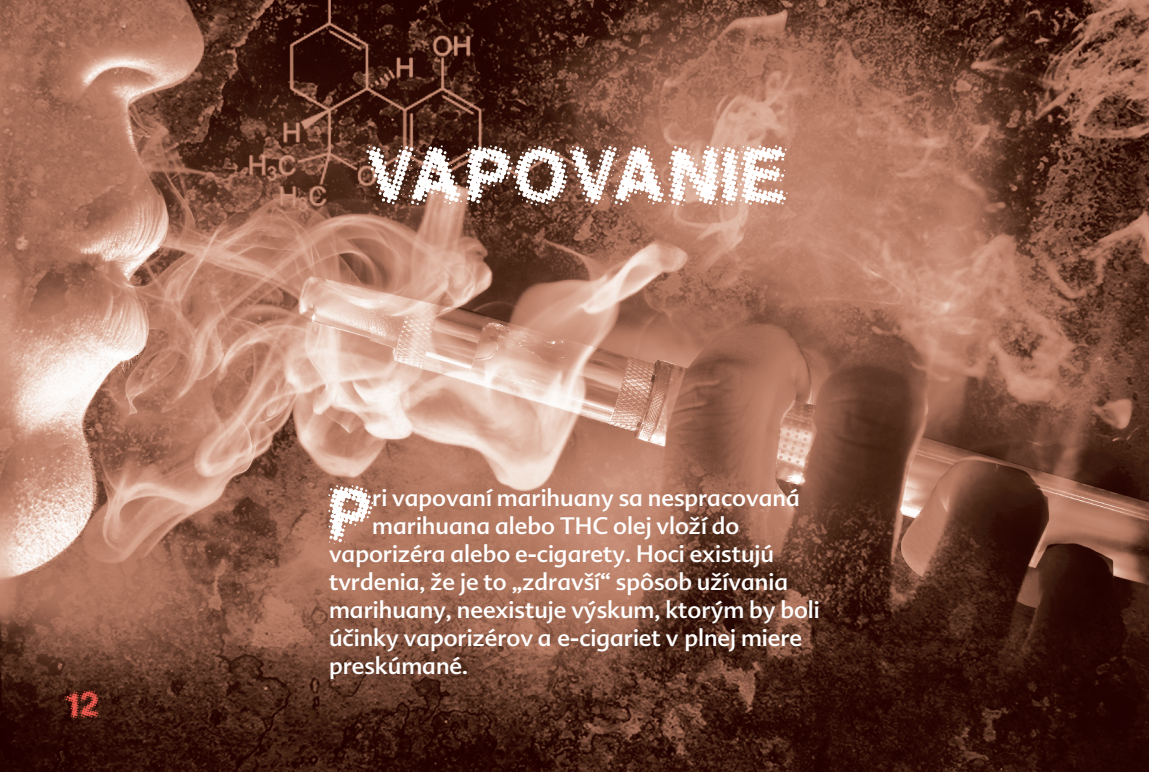
Marihuana alebo hašišový olej sa môžu zamiešať do jedál alebo nápojov. Brownies, koláčiky, cukríky, rôzne nápoje a čaj sú niektoré obľúbené požívatiny s obsahom marihuany.

Keď sa marihuana fajčí, jej účinok je cítiť okamžite. Keď sa je alebo pije primiešaná do jedla či nápoja, jej účinok môže nastúpiť neskôr — až po 30 až 45 minútach — keď užívateľ potravinu strávi. Inými slovami, účinok nie je cítiť okamžite, a to je dôvod, prečo jej užívateľ často zje viac. Keď sa účinky nakoniec dostavia, je vysoká šanca, že u neho dôjde k extrémnemu opojeniu, dokonca k psychotickej príhode.

Množstvo marihuany v pripravených jedlách a nápojoch môže extrémne kolísať a množstvo THC môže byť také veľké, že ľudia ako následok užitia hlásili extrémnu paranoju a úzkosť hraničiacu s psychotickým správaním.

Zopár pozoruhodných prípadov v súvislosti s takto pripravenými jedlami: Reportér *New York Times* zjedol marihuanovú tyčinku a strávil osem hodín zvinutý v klbku v „halucinačnom stave“. V americkom štáte Colorado zjedol jeden tínedžer sušienku — 1/6 sušienky — v ktorej bola marihuana. Po 30 až 60 minútach nič necítil a tak ju zjedol celú. Keď začala droga účinkovať, vyskočil z balkóna na 4. poschodí a zomrel.





Pri vapovaní marihuany sa nespracovaná marihuana alebo THC olej vloží do vaporizéra alebo e-cigarety. Hoci existujú tvrdenia, že je to „zdravší“ spôsob užívania marihuany, neexistuje výskum, ktorým by boli účinky vaporizérov a e-cigariet v plnej miere preskúmané.

POULIČNÉ NÁZVY

MARIHUANA

pot
tráva
skunk
zelené
burina
kava
gandža
makak
model
šluky
bongo

HAŠIŠ

haš
hash

PODĽA MNOŽSTVA

päťka: pol gramu
polka: pol gramu
deska: gram
G: gram

AKO SA MARIHUANA ZMENILA

onopa indická (z ktorej sa vyrábajú konopné drogy ako marihuana a hašiš) sa pestovala ako halucinogén už pred viac ako 2000 rokmi.

Sila drogy je podmienená množstvom THC v konope. Jeho množstvo v marihuane sa mení a neustále rastie.

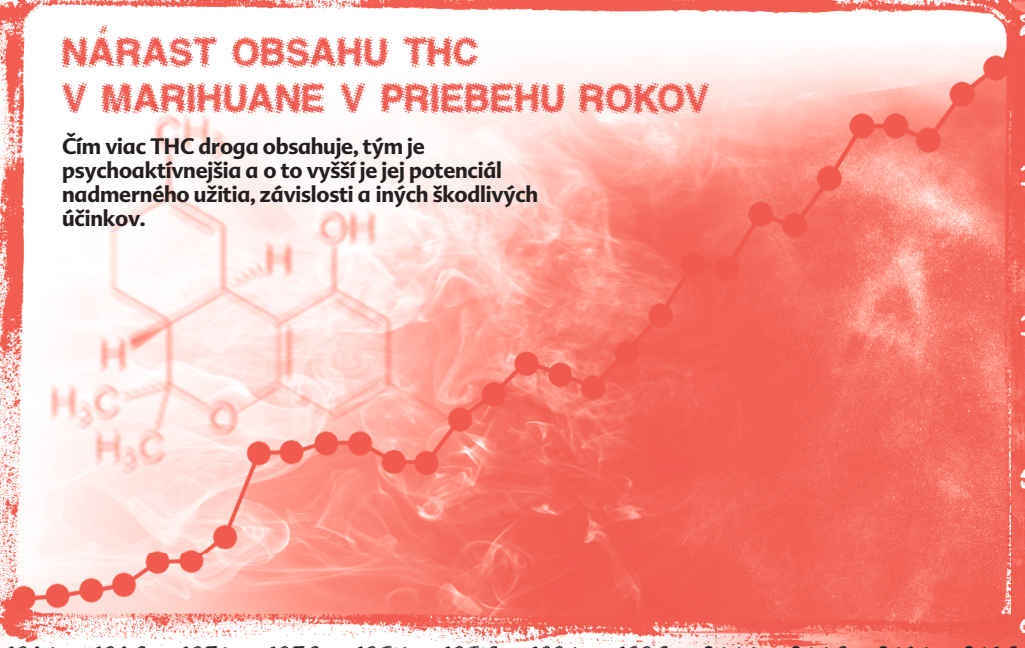
Použitím moderných metód vyvinuli pestovatelia konopy druhy, ktoré obsahujú oveľa viac THC než tomu bolo v minulosti. Priemerná marihuana v USA dnes obsahuje okolo 15 — 20% THC. Najvyššie množstvo THC v rastline je približne 32%.

Pre porovnanie:

- Marihuana, ktorá sa fajčila na Woodstocku v roku 1969 a koncom 70. rokov, obsahovala približne 1% THC.
- V roku 1980 to bolo približne 1%. Počas 1997 sa priemerný obsah THC blížil k 5,1%, v roku 2008 už 10,2%.

NÁRAST OBSAHU THC V MARIHUANE V PRIEBEHU ROKOV

Čím viac THC droga obsahuje, tým je psychoaktívnejšia a o to vyšší je jej potenciál nadmerného užitia, závislosti a iných škodlivých účinkov.





ALKOHOL VERZUS MARIHUANA

Je fajčenie jointu to isté ako pitie alkoholu?

Rozhodni ty. Tu sú fakty:

Alkohol tvorí jedna látka: etanol. Marihuana obsahuje vyše 400 známych chemických látok, vrátane rakovinotvorných látok rovnakých ako v tabakovom dyme. Na rozdiel od fajčiarov cigariet, majú užívatelia marihuany sklon vťahovať dym silnejšie a zadržiavať ho čo najdlhšie, aby umocnili účinok drogy, čím poškodzovanie pľúc ešte zhoršujú.

Alkohol sa z tela vylúči v priebehu niekoľkých hodín, ale THC v ňom zostáva celé týždne, dokonca mesiace — v závislosti od dĺžky a intenzity užívania.

THC poškodzuje imunitný systém. Alkohol nie.

Toto nie je zámer bagatelizovať nebezpečenstvo pitia alkoholu, ktoré môže byť rovnako škodlivé. Užívatelia marihuany by však mali vedieť, že chemikálie v marihuane, niektoré dokonca rakovinotvorné, zostávajú v tele ešte dlho po užití drogy.

JE MARIHUANA LIEK?

Niektoré časti rastliny marihuany môžu mať liečivé vlastnosti. To nie je to isté ako „liek“. Liek vzniká tak, že laboratórium extrahuje liečivú zmes, štandardizuje ju (čo znamená, že bude mať zakaždým rovnaký účinok), a nadávkuje ju (ustanoví množstvo, ktoré predpisuje lekár).

Názvom „lekárska marihuana“ sa často označuje celá nespracovaná rastlina marihuany alebo nespracované výťažky z nej, ktoré nie sú ako liek uznané ani schválené žiadnym oficiálnym orgánom s príslušnou právomocou.

Ľudia sa začali na marihuanu pozerať inak len preto, že sa niekedy propaguje ako liek. Avšak tým, že sa propaguje ako „liek“, sa základné fakty o nej nijako nezmenili. A hoci diskusia o legalizácii vytrvalo pokračuje, legálny neznamená bezpečný. Cigarety sú legálne, ale niet pochýb o tom, že fajčenie predstavuje zdravotné riziko. Alkohol je legálny, ale pozrite sa na množstvo ľudí bojujúcich so závislosťou od alkoholu alebo s chorobami spojenými s jeho užívaním.

MARIHUANA OVPLYVŇUJE ŠOFÉROVANIE:

Užívanie marihuany výrazne zhoršuje schopnosť správneho úsudku, koordinácie pohybov a reakčný čas — všetko potrebné na to, aby človek jazdil bezpečne. Marihuana je po alkohole druhá najčastejšia psychoaktívna látka nájdená u vodičov.

U užívateľov marihuany je 3 až 7-krát vyššia pravdepodobnosť autonehody.

Šoférovanie pod jej vplyvom je spájané s 92% nárastom rizika automobilových nehôd. Dôležitým faktom je, že takéto šoférovanie bolo spojené so 110% nárastom smrteľných autonehôd.

• Americký auto-moto klub oznámil, že v USA sa percento smrteľných autonehôd spôsobených po užití marihuany zvýšilo z 8% v roku 2013 na 17% v roku 2014.

• V štáte Colorado sa od roku 2009 užívanie marihuany výrazne zvýšilo a výskumom sa zistilo, že podiel vodičov, ktorí boli účastníkmi smrteľných autonehôd a mali pozitívny test na marihuanu, narástol z 5,9% v roku 2009 na 10% v roku 2011.

• V štáte Washington sa zvýšilo množstvo takýchto smrteľných autonehôd od roku 2010 do roku 2014 o 122%.

• V Kalifornii percento vodičov, ktorí mali pozitívny test na marihuanu a boli účastníkmi smrteľných autonehôd, narástlo z 9% v roku 2005 na 16,5% v roku 2014.

ŠKODLIVÉ ÚČINKY MARIHUANY

Medzi okamžité účinky užitia marihuany patrí zrýchlený tep, dezorientácia, slabá telesná koordinácia, často nasledované depresiou alebo ospalosťou. Niektorí užívatelia trpia záchvatmi paniky alebo úzkosti.

Tu však problém nekončí. Podľa vedeckých zistení zostáva THC — aktívna látka v konope — v tele ešte týždne (alebo aj dlhšie) po užití.

Marihuanový dym obsahuje o 50 až 70% viac rakovinotvorných látok ako tabakový dym. Jedna z hlavných výskumných štúdií preukázala, že obyčajný joint môže na pľúcach spôsobiť toľko škody ako päť obyčajných cigariet vyfajčených po sebe. Dlhodobí fajčiari jointov často trpia bronchitídou — zápalom dýchacích ciest.

Droga môže zasiahnuť viac než len tvoje telesné zdravie. Výskumy v Austrálii v roku 2008 spájajú roky intenzívneho užívania marihuany s mozgovými abnormalitami. Toto je podložené skoršími výskumami dlhodobých účinkov užívania marihuany, ktoré poukazujú na zmeny na mozgu porovnateľné s tými, ktoré vznikajú pri užívaní iných silných drog. A množstvo štúdií preukázalo aj spojitosť medzi opakovaným užívaním marihuany a psychózou.





Marihuana mení štruktúru buniek spermií a deformuje ich.

Takže i malé množstvo drogy môže u mužov spôsobiť dočasnú sterilitu. Užívanie marihuany môže narušiť ženský menštruačný cyklus.

Výskumy preukazujú, že ľudia fajčiaci marihuanu vo veľkých množstvách majú zhoršené mentálne funkcie. THC obsiahnuté v marihuane poškodzuje nervové bunky v mozgu a negatívne vplýva na pamäť.

Konope je jedna z mála drog, ktoré spôsobujú abnormálne delenie buniek vedúce k vážnym dedičným poruchám. Tehotná žena, ktorá bežne fajčí marihuanu alebo hašiš, môže predčasne porodiť nedonosené a podvyživené dieťa. Za posledné desaťročie priviedli užívateľky marihuany na svet veľa detí so zníženou iniciatívou, zhoršenou schopnosťou sústredenia, ako aj narušenou schopnosťou dosahovať v živote ciele. Výskumy tiež naznačujú, že keď matka užíva túto drogu v prenatálnom období (pred narodením dieťaťa), môže to viesť k vrodeným chybám, mentálnym abnormalitám a zvýšenému riziku leukémie (rakovina kostnej drene).



KRÁTKODOBÉ ÚČINKY

- problémy s krátkodobou pamäťou
- závažná úzkosť, vrátane strachu, že je užívateľ sledovaný alebo prenasledovaný (paranoja)
- veľmi zvláštne správanie; užívateľ vidí, počuje alebo cíti veci, ktoré nie sú prítomné; nie je schopný rozpoznať predstavu od skutočnosti (psychóza)
- panika
- halucinácie
- strata vnímania vlastnej identity
- zhoršený reakčný čas
- zrýchlený tep (riziko srdcového infarktu)
- zvýšené riziko mŕtvice
- problémy s koordináciou (negatívny dopad na bezpečnosť jazdy autom alebo pri športe)
- sexuálne problémy (u mužov)
- až 7-krát vyššia pravdepodobnosť nakazenia sa pohlavnou chorobou (u žien)

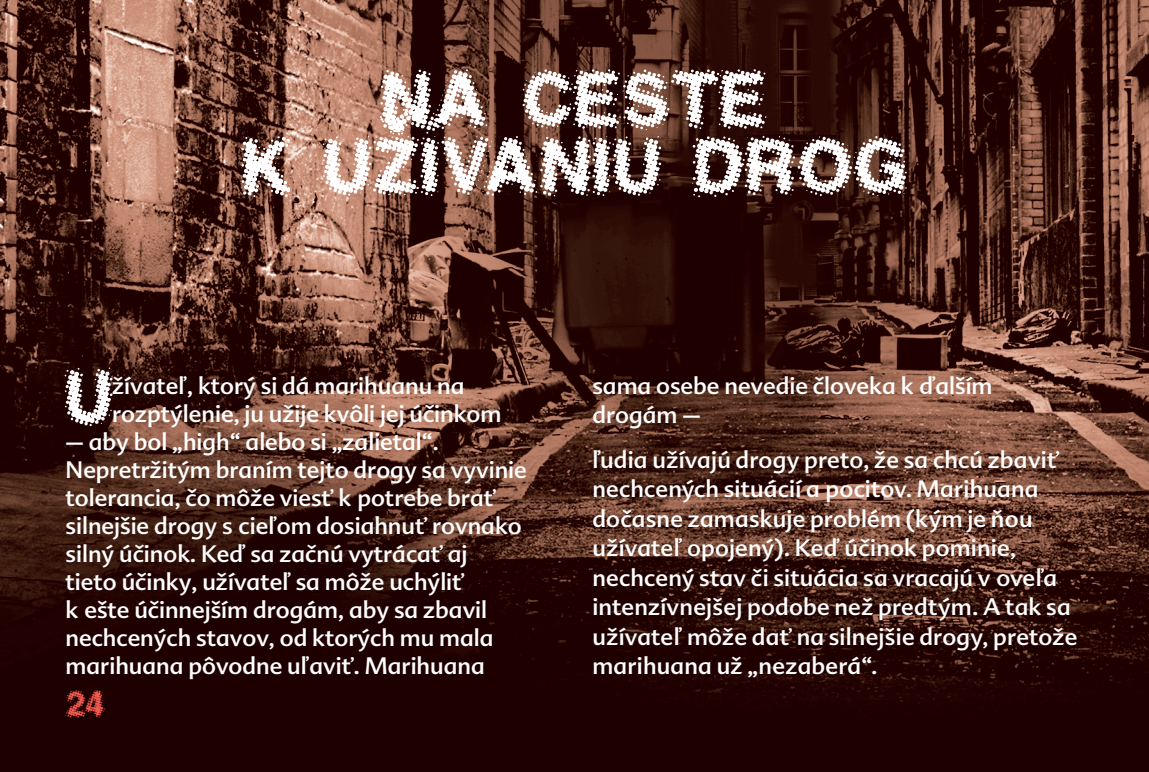
DLHODOBÉ ÚČINKY

- pokles IQ (až o 8 bodov, ak dlhodobé užívanie začalo už v dospievajúcom veku)
- zlé výsledky v škole a vyššia šanca zanechania štúdia
- zhoršené myslenie, schopnosť učiť sa a vykonávať zložitejšie úlohy
- nedostatočné uspokojenie v živote
- závislosť (asi 9% u dospelých a 17% u užívateľov, ktorí začali fajčiť ako tínedžeri)
- potenciálny prechod k užívaniu opiátov
- problémy vo vzťahoch, násilie na sexuálnych partneroch
- antisociálne správanie – krádeže peňazí, klamstvá
- finančné ťažkosti
- zvýšená závislosť od sociálnych dávok
- väčšia pravdepodobnosť nezamestnanosti alebo neschopnosti získať dobré zamestnanie



„Marihuanu som začal užívať, keď ma môj najlepší kamarát vyprovokoval, že som „mäkký“ a že nevyfajčím joint a nevypijem liter piva. Vtedy som mal štrnásť. Po siedmich rokoch marihuany a pitia som sa ocitol na konci cesty závislosti — už som neužíval, aby som pociťoval eufóriu, ale aby som sa cítil ako-tak normálne.

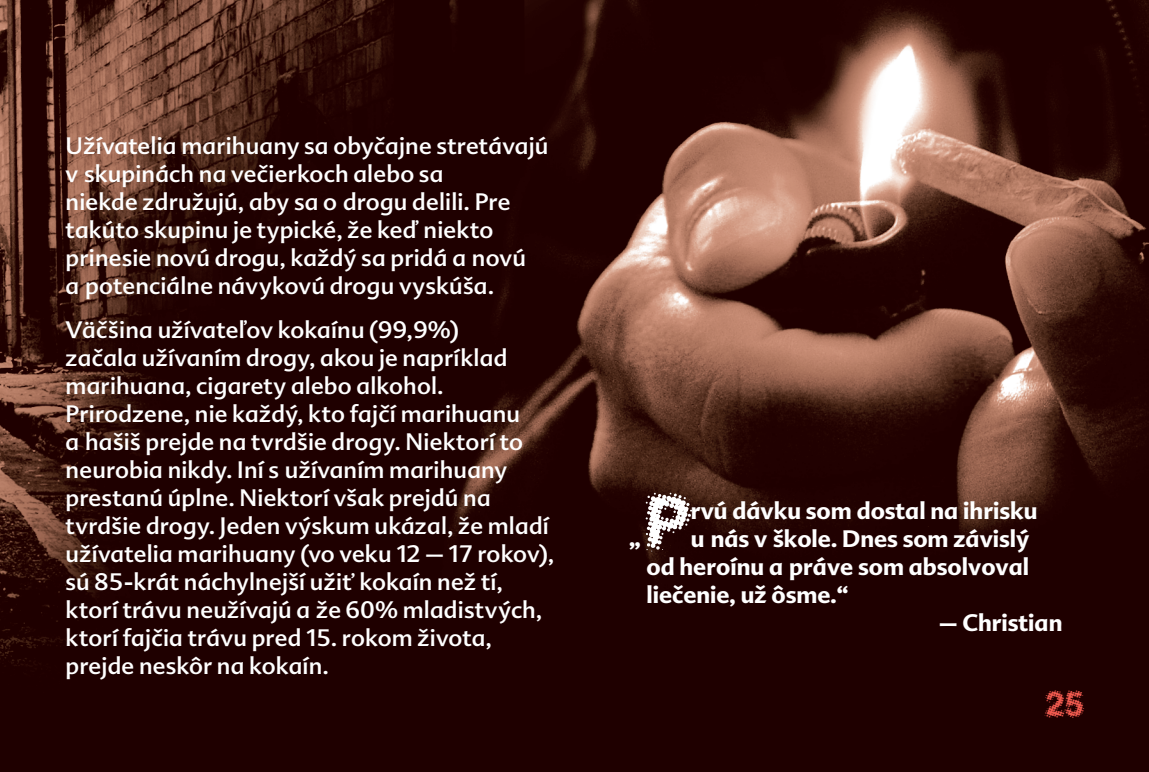
Začal som byť negatívny ohľadom seba a svojich schopností. Nenávidel som tú paranoju [podozrievanie ľudí a nedôvera voči ľuďom a strach z nich]. Nenávidel som ten pocit, že po mne vkuse niekto ide. Fakt mi liezlo na nervy, ako som nedokázal dôverovať svojim kamarátom. Stal sa zo mňa taký paranoik, že som od seba každého úspešne odohnal, až som sa ocitol v hroznom stave, v ktorom nikto nechce byť — úplne sám. Ráno som sa budil a začal si to dávať a neprestal som celý deň.“ — Paul



NA CESTE K UŽÍVANIU DROG

Užívateľ, ktorý si dá marihuanu na rozptýlenie, ju užije kvôli jej účinkom — aby bol „high“ alebo si „zaletal“. Nepretržitým braním tejto drogy sa vyvinie tolerancia, čo môže viesť k potrebe brať silnejšie drogy s cieľom dosiahnuť rovnako silný účinok. Keď sa začnú vytrácať aj tieto účinky, užívateľ sa môže uchýliť k ešte účinnejším drogám, aby sa zbavil nechcených stavov, od ktorých mu mala marihuana pôvodne uľaviť. Marihuana sama osebe nevedie človeka k ďalším drogám —

ľudia užívajú drogy preto, že sa chcú zbaviť nechcených situácií a pocitov. Marihuana dočasne zamaskuje problém (kým je ňou užívateľ opojený). Keď účinok pominie, nechcený stav či situácia sa vracajú v oveľa intenzívnejšej podobe než predtým. A tak sa užívateľ môže dať na silnejšie drogy, pretože marihuana už „nezaberá“.



Užívatelia marihuany sa obyčajne stretávajú v skupinách na večierkoch alebo sa niekde združujú, aby sa o drogu delili. Pre takúto skupinu je typické, že keď niekto prinesie novú drogu, každý sa pridá a novú a potenciálne návykovú drogu vyskúša.

Väčšina užívateľov kokaínu (99,9%) začala užívaním drogy, akou je napríklad marihuana, cigarety alebo alkohol. Prirodzene, nie každý, kto fajčí marihuanu a hašiš prejde na tvrdšie drogy. Niektorí to neurobia nikdy. Iní s užívaním marihuany prestanú úplne. Niektorí však prejdú na tvrdšie drogy. Jeden výskum ukázal, že mladí užívatelia marihuany (vo veku 12 — 17 rokov), sú 85-krát náchylnejší užiť kokaín než tí, ktorí trávu neužívajú a že 60% mladistvých, ktorí fajčia trávu pred 15. rokom života, prejde neskôr na kokaín.

„Prvú dávku som dostal na ihrisku u nás v škole. Dnes som závislý od heroínu a práve som absolvoval liečenie, už ôsme.“

— Christian



ZA DYMOVOU CLONOU

Užívanie marihuany nie je nebezpečné len pre užívateľa — on sa môže stať nebezpečenstvom pre celú spoločnosť.

Výskum jasne preukazuje, že marihuana dokáže v bežnom živote človeka spôsobiť problémy. Výskum vykonaný na vzorke 129 vysokoškolských študentov potvrdil výrazne zníženú schopnosť učiť sa, pamätať si a venovať niečomu plnú pozornosť u tých, ktorí pred výskumom minimálne 27 dní z 30 fajčili marihuanu. Iný výskum, zameraný na pracovníkov pôšt, preukázal, že zamestnanci s pozitívnym testom na marihuanu utrpeli o 55% viac nehôd, o 85% viac zranení a mali o 75% vyššiu absenciu v práci.

Výskum v Austrálii zistil, že opojenie marihuanou a hašišom sa podpísalo pod 4,3% smrteľných nehôd na cestách.

Je takmer nemožné vyrásť v Amerike, či ktorejkoľvek inej krajine a nepríst' do styku s drogami. Tlak vrstovníkov je obrovský a pravdivé informácie o drogách nemusia byť vždy dostupné.

Veľa ľudí ti povie, že marihuana nie je nebezpečná. Pozri sa na to, kto ti to hovorí. Nie je to ten, kto sa ti ju snaží predať?





„Učiteľ v škole, do ktorej som chodila, bol schopný za deň vyfajčiť aj tri alebo štyri jointy. Naučil to veľa študentov, vrátane mňa. Jeho díler ma potom dotlačil k užívaniu heroínu, čo som urobila bez odporu. V tom čase som mala pocit, ako keby bolo moje vedomie už mŕtve.“ — Veronique



Marihuana môže poškodiť pamäť a toto poškodenie môže trvať dni alebo aj týždne po tom, ako bezprostredné účinky drogy pominú. Počas jedného výskumu sa zistilo, že skupina ťažko závislých užívateľov marihuany si nebola schopná spomenúť na slová zo zoznamu, ktorý im bol práve ukázaný. Táto schopnosť sa neobnovila skôr ako po štyroch týždňoch bez drogy.

Študenti, ktorí užívajú marihuanu, majú horšie známky a majú menšiu šancu dostať sa na vysokú školu. V porovnaní s tými, ktorí ju neužívajú, majú jednoducho horšie pamäťové schopnosti a schopnosť triediť informácie.

ČO TI POVIE DÍLER

V rámci prieskumu medzi tínedžermi, ktorý zisťoval, čo ich predovšetkým viedlo k užívaniu drog, 55% z nich odpovedalo, že boli pod nátlakom priateľov. Chceli byť „cool“ a obľúbení. Díler to vie.

Bude sa tváriť ako priateľ a ponúkne ti „pomoc“ s „niečím, čo ťa naladí“. Droga ti „pomôže zapadnúť“ alebo budeš vďaka nej „cool“.

Drogový díler ti s vidinou balíka, ktorý mu to vynesie, nahovorí čokoľvek, len aby si si drogu kúpil. Povie ti, že „tráva ťa nezavedie k tvrdším drogám“.

Z predaja drog si dobre žije a je mu jedno, že tebe drogy zničia život. Ide mu len o jediné — o peniaze. Bývalí díleri priznali, že svojich zákazníkov považovali za „figúrky v šachovej hre“.

Poznaj fakty o drogách. Rozhodni sa sám za seba.

Pravda o drogách



Drogy sú vo svojej podstate jedy. Účinok je podmienený množstvom, ktoré si vezmeš.

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

Toto platí pre každú drogu. Rozdiel je len v množstve, ktoré je potrebné na dosiahnutie určitého účinku.

Mnohé drogy však so sebou nesú ešte ďalšie riziko: majú priamy dopad na myseľ. Môžu skresliť pohľad človeka na dianie okolo neho, v dôsledku čoho sa môže správať čudne, iracionálne, nevhodne a dokonca deštruktívne.

Drogy blokujú všetky pocity — žiaduce aj nežiaduce. Poskytnú síce krátkodobú pomoc tým, že uľavia od bolesti, ale zároveň ničia schopnosti a ostražitosť a zatemňujú myslenie.

Lieky sú drogy, ktorých cieľom je zrýchliť alebo spomaliť, alebo zmeniť činnosť telesných funkcií v snahe tieto funkcie zlepšiť. Niekedy sú potrebné. Avšak sú to stále len drogy: účinkujú ako stimulanty alebo sedatíva a privysoké dávky ťa môžu zabiť. Takže ak neužívaš lieky tak, ako by sa mali užívať, môžu byť rovnako nebezpečné ako nelegálne drogy.

PREČO ĽUDIA UŽÍVAJÚ DROGY?

Ľudia užívajú drogy preto, že chcú vo svojom živote niečo zmeniť.

Tu je niekoľko vecí, ktoré mladí ľudia uviedli ako dôvody, prečo začali brať drogy:

- zapadnúť do kolektívu
- vyzerať dospelo
- únik, uvoľniť sa
- rebelovať
- únik z nudy
- experimentovať

Myslia si, že drogy sú riešením. Avšak napokon sa stanú ich problémom.

Nech už je postaviť sa vlastným problémom akokoľvek ťažké, následky užívania drog sú vždy horšie než problém, ktorý sa nimi človek snaží vyriešiť.

Skutočným riešením je najprv poznať fakty a nie začať užívať drogy.

ZDROJE

Zdrojové materiály, z ktorých sa čerpalo pri zostavovaní tejto brožúrky nájdete na drugfreeworld.org/refs.

FOTOGRAFIE: Strana 20, 22: Alamy.

Milióny výtlačkov brožúrok ako je táto v 22 rôznych jazykoch boli rozdané ľuďom po celom svete. Ako sa na ulici objavujú nové drogy a ako sa o ich účinkoch dozvedáme nové informácie, vydané brožúrky aktualizujeme a vytvárame nové.

Brožúrky vydáva Drug-Free World, nezisková verejnoprospešná organizácia so sídlom v Los Angeles v Kalifornii.

Táto nadácia poskytuje svojej medzinárodnej sieti, zameranej na prevenciu užívania drog, vzdelávacie materiály, poradenstvo a koordinuje ju. Pracuje s mládežou, rodičmi, pedagógmi, občianskymi združeniami a vládnymi organizáciami — s každým, kto má záujem pomáhať ľuďom viesť život bez drog.

FAKTY, KTORÉ MUSÍŠ POZNAŤ

Táto brožúrka je jednou zo série publikácií, ktoré zverejňujú fakty o marihuane, alkohole, extáze, kokaíne, crack kokaíne, pervitíne a jeho kryštalickej forme, inhalátoch, heroíne, LSD a o zneužívaní liekov na lekársky predpis. Kto si tieto informácie prečíta, dozvie sa o drogách dosť na to, aby sa dokázal rozhodnúť pre život bez nich.

Ak chceš získať viac informácií alebo viac výtlačkov tejto alebo ďalších brožúrok z tejto série, kontaktuj:

Slovensko bez drog, o.z.

www.slovenskobezdrog.sk info@slovenskobezdrog.sk

Foundation for a Drug-Free World
6331 Hollywood Boulevard, 90028,
Los Angeles, California, USA

www.drugfreeworld.org • e-mail: info@drugfreeworld.org
Phone: 1-888 NO TO DRUGS (1-888-668-6378)

© 2019 Foundation for a Drug-Free World. Všetky práva vyhradené. Logo Foundation je ochranná známka, ktorej vlastníkom je Foundation for a Drug-Free World. #S000271—SLOVAK