



## 26. jún - Medzinárodný deň proti zneužívaniu drog a nezákonnému obchodovaniu s nimi

26. jún sa zameriava na zvýšenie povedomia o probléme, ktorý nezákonné drogy predstavujú pre spoločnosť.

Rozprávajme sa s mladými ľuďmi o protidrogovej prevencii, o nástrahách, zdravotných rizikách a životných komplikáciách, ktoré drogy spôsobujú. Droga zotročuje čoraz viac mladých ľudí. Prvú skúsenosť s legálnymi drogami ako je cigareta, alkohol a „ľahkými drogami“, ktorú zastupuje marihuana majú 10 – 13 ročné deti. Naše deti dostávajú veľké množstvo informácií o drogách prichádzajúce z médií. Často sú veľmi skresľujúce a mnoho rodičov nemá skoro žiadne vedomosti o týchto látkach. Osveta v tomto prípade hrá veľmi dôležitú úlohu, aby rodič pomohol svojmu dieťaťu orientovať sa a vplývať na jeho názor. Jedným z posolstiev Medzinárodného dňa proti zneužívaniu drog a nezákonnému obchodovaniu s nimi je podpora prevencie a liečby ľudí závislých od drog. Zahŕňa aj poskytovanie informácií a zručností, aby sa predchádzalo predávkovaniu. Venujme sa rodine, nenaháňajme sa, strávme viac času s deťmi. Počúvajte ich a buďte im oporou – sú našou budúcnosťou.

## Rozdelenie drog

Drogy sú všeobecne omamné či psychotropné látky, ktoré ovplyvňujú alebo úplne menia ľudské vnímanie a vyvolávajú drogovú závislosť. Existuje naozaj veľké množstvo drog, ktoré sa delia do niekoľkých ďalej popísaných skupín.

Asi najznámejšie delenie drog je na dve hlavné skupiny, teda drogy tvrdé a mäkké. Toto delenie sa vzťahuje k riziku, ktoré sa spája s ich užívaním. Zjednodušene možno povedať, že čím je droga "tvrdšia", tým väčšie poškodenie je schopná vyvolať. Delenie drog na tvrdé a mäkké a s tým spojená legalizácia mäkkých drog je veľmi diskutovateľná a má svojich priaznivcov i odporcov.

### Mäkké a tvrdé drogy

#### Mäkké drogy

Marihuana

Hašiš

Koka

Čaj

Káva

Čaj

#### Tvrde drogy

Extáza

Heroín

Kokaín

LSD

Lysohlávky

Morfín

Pervitín

Toluén

Ďalšie delenie, ktoré sa používa najčastejšie, je delenie podľa účinkov drogy. Rozdelenie drog podľa účinku berie v úvahu prevládajúci efekt látky na psychiku zdravých ľudí. To znamená, že pokiaľ je nejaká látka zahrnutá medzi halucinogénmi, neznamená to, že nemá napr. i efekt stimulačný.

## **Delenie drog podľa účinku**

### **1. Cannabinoidy**

Cannabinoidy patria medzi látky s halucinogénnym účinkom a sú obsiahnuté v rastline Cannabis (konope). Konope obsahuje veľa účinných látok, z nášho hľadiska je najzaujímavejší delta-9-tetrahydrokanabinol (THC), ktorý je nositeľom halucinogénnych účinkov. Medzi cannabinoidy patrí:

#### **Hašiš**

Hašiš je v skutočnosti samotná živica získaná z konope, obsah účinných látok je až 40%. Hašiš sa najčastejšie fajčí v podobe tzv. jointov (marihuanová alebo hašišová cigareta) alebo tiež pomocou fajok.

#### **Marihuana**

Marihuana je zmes listov, vetvičiek, semien alebo kvetov konope. Celkové množstvo účinných látok je závislé na mnohých faktoroch - napríklad pohlavie rastliny, podmienky pestovania, postup sušenia, atď., všeobecne možno však povedať, že sa podiel účinných látok pohybuje v rozmedzí 1 - 15%. Marihuana sa rovnako ako hašiš najčastejšie fajčí formou jointov alebo ju možno tiež napríklad konzumovať v podobe rôznych pokrmov.

**Marihuana a hašiš** sa radia medzi ľahké drogy a veľa ľudí si myslí, že užívanie týchto drog je bezpečné. Tento názor však nie je úplne pravdivý. Vážnejšie komplikácie sú síce skôr vzácne a však dlhodobé užívanie vedie k pomerne typickým poruchám pamäti, koncentrácie, učenia a strate motivácie. U mužov dlhodobé fajčenie marihuany zhoršuje potenciú. A rovnako tak je chybný názor, že tieto drogy nemôžu byť návykové, pretože výskum preukázal ako psychickú tak fyzickú závislosť.

### **2. Halucinogény (Psychedeliká)**

Halucinogény majú veľký vplyv na vedomie človeka a spôsobujú psychické zmeny, ktoré môžu viesť až do štádia toxickej psychózy. Do tejto skupiny drog patrí veľké množstvo látok, ktoré sú často i používané v lekárstve, najznámejšie sú však LSD a extáza.

#### **LSD**

LSD sa objavuje takmer výhradne vo forme tzv. tripov či kryštálov. V prvom prípade sa jedná o malé papierové štvorčeky s potlačou rôznych symbolov. V druhom prípade potom ide o malé granulky väčšinou tmavomodrej či zelenej farby, trochu pripomínajúce umelé hnojivo. Užívanie LSD je veľmi nebezpečné hlavne preto, že ich účinok je veľmi nevypočítateľný a v

niektorých prípadoch môžu už po prvom užití nastať veľké problémy v podobe halucinácií a panických reakcií, ktoré môžu trvať po dobu až niekoľkých dní.

### **Psilocybín**

**(Lysohlávky)**

Psilocybín je psychicky veľmi aktívnou látkou a je obsiahnutý v hubách Lysohlávkách. Táto droga patrí v Českej republike k najrozšírenejším halucinogénnym drogám. Po požití psilocybínu sa dostávajú pocity nepokoja alebo naopak ospalosti, môžu sa vyskytnúť bolesti hlavy, poruchy koordinácie, mení sa vnímanie reality, čo môže viesť až k halucináciám alebo pocitom "šialenstva".

### **Extáza**

**(MDMA)**

Extáza patrí chemicky medzi fenyletylamíny a svojimi účinkami sa radí na pomedzí halucinogénnych a stimulačných drog. Najčastejšie sa vyskytuje vo forme tabliet alebo kapslí. Extáza sa niekedy tiež nazýva ako tzv. tanečná droga, pretože ju užívajú ľudia na rôznych tanečných akciách (párty, kluby, diskotéky,...), kedy tanečník po požití extáze nepociťuje únavu. Účinky MDMA majú vplyv hlavne na psychiku človeka. Po požití drogy sa u jedinca väčšinou prejavujú pocity pokoja a pohody, mizne stres a zlepši sa nálada, objavujú sa pocity empatie a potreby sa niekoho dotýkať. Veľmi nebezpečné sú však nežiaduce účinky spojené s užívaním tejto drogy, medzi ktoré patrí absencia pocitu smädu, čím môže dôjsť k prehriatiu organizmu, ďalším nebezpečným účinkom je poškodenie nervových buniek.

## **3. Opiáty**

Názov tejto skupiny je odvodený z názvu ópium, čo je látka obsiahnutá v nezrelých makoviciach. Opiáty sú látky, ktoré majú chemickú štruktúru podobnú morfinu, čo je tiež účinná látka väčšiny opiátov. Opiáty sú pre svoje účinky používané tiež v lekárstve (narkotiká). Spolu s prchavými látkami sú opiáty považované za najnebezpečnejšie psychotropné látky, pretože ich závislostný potenciál je naozaj veľmi vysoký. Medzi hlavné opiáty patrí Ópium, Heroín, Morfium, Oxikodón a Subutex.

### **Ópium**

Ópium je jedna z najstarších drog, ktorá bola často užívaná u v dávnej minulosti. Zdrojom ópia sú zelené makovice. Tradičné užívanie ópia je fajčenie alebo varenie odvarov. V dnešnej dobe sa ópium aplikuje tiež injekčne priamo do žíl. Účinky ópia sa líšia podľa formy, v akej sa ópium užíva. Najčastejšie príznaky sú však tlmenie mozgovej činnosti, tlmenie bolesti, navodzovanie pocitu eufórie a pokoja. Medzi nebezpečné účinky patri neschopnosť sústredenia, nezáujem o okolie, zníženie ostroti videnia, nevoľnosť a zvracanie, sucho v ústach, očiach a nose, zápcha. Niekedy sa môžu objaviť i krče, halucinácie a pocity úzkosti.

## **Heroín**

Heroín je najčastejšie zneužívaným opiátom a jeho závislosť je považovaná za najhoršiu a spoločensky najškodlivejšiu závislosť. Na trhu sa objavuje vo forme hnedého alebo bieleho prášku. Heroín sa najčastejšie vstrekuje priamo do žíl, niekedy sa i fajčí. Jeho škodlivosť je približne dvanásťkrát vyššia ako u ópia. Účinky sú podobné ako u ópia, ale oveľa silnejšie. Vysoké riziko heroínu je v tom, že nie je nikdy jasné, koľko heroínu je v skutočnosti obsiahnutého v jednej dávke, môže to byť napríklad len 5%, ale tiež až 90 alebo 100%, čo je smrteľná dávka.

## **Morfium**

Morfín sa vyrába z ópia a v lekárstve sa používa na tíšenie bolesti. Rýchlo na ňom vzniká psychická a fyzická závislosť. Účinky sú rovnaké ako pri ópiu.

## **Oxikodón**

**(Perkodon)**

Oxikodón patrí medzi opiáty a chemicky sa jedná o polysyntetický derivát morfínu a štruktúru má veľmi podobnou kodeínu. V lekárstve sa používa na tíšenie bolesti. Oxikodón navodzuje pocit eufórie a potlačuje pocity bolesti. Môže sa aplikovať vo forme tabliet, šňupaním alebo injekčne. Vedľajšie účinky sa vyskytujú v podobe zápchy, zvracania, nevoľnosti, problémov s dýchaním a stavom zmätenosti. Oxikodón vyvoláva podobnú závislosť ako morfium.

## **Subutex**

**(Buprenorfín)**

Subutex je používaný ako liek proti bolesti. A je v súčasnosti jednou z najpopulárnejších opiátových drog. Jeho účinok je síce slabší ako pri heroíne, ale i napriek tomu subutex heroín postupne vytlačil. Subutex sa najčastejšie objavuje vo forme tabliet a jeho účinky sú podobné ako u ostatných opiátov.

## **4. Psychofarmaká (trankvilizéry)**

Sú to pôvodom lieky na liečenie psychotických stavov - zbavujú chorých strachu a halucinácií, uvoľňujú, upokojujú a zmierňujú agresivitu pacientov. V súčasnej dobe sú však často zneužívané. Majú veľa nežiaducich účinkov - môžu spôsobovať poruchy koordinácie, vyvolávať stav podobný Parkinsonovej chorobe, poruchy obehového systému, pamäti, zhoršenie sexuálnych funkcií. Sú nebezpečné, môžu vytvoriť i ťažkú psychickú a fyzickú závislosť s abstinenčnými syndrómami vrátane epileptických paroxysmov. Medzi najčastejšie zneužívané psychofarmaká patria barbituráty, benzodiazepíny a rohypnol.

## **5. Stimulačné drogy**

Ako stimulačné drogy sa označujú budivé látky alebo tiež psychomotorické stimulanty, ktorých chemické zloženie je veľmi rôznorodé. Stimulačné drogy vyvolávajú telesné a duševné

povzbudenie, ktoré môže byť v podobe ľahkého pocitu sviežosti alebo tiež až nekontrolovaného vzrušenia. Najvýznamnejšími zástupcami zo skupiny nelegálnych drog sú pervitín a kokaín, medzi legálne stimulanty patria látky s miernejším efektom - káva a čaj. Stimulačné drogy síce nevyvolávajú fyzickú závislosť avšak spôsobujú veľmi silnú psychickú závislosť. Užívaním stimulantov sa zvyšuje riziko vzniku srdcových a mozgových príhod.

### **Amfetamíny**

Amfetamíny sú látky, ktoré stimulujú centrálnu nervovú sústavu a bývajú často používané ako nepovolený doping v športe. V lekárstve sa amfetamíny používali na liečbu narkolepsie alebo ako súčasť liekov na chudnutie. Medzi vedľajšie účinky patrí pocit eufórie, sily, sebadôvery a neúnavnosti. Užívanie amfetamínov spôsobuje stratu hmotnosti, srdečnú arytmiu, zvýšenie krvného tlaku, rozvrátenie koordinačných funkcií nervovej sústavy, objavujú sa halucinácie, úzkosti, ťažké depresie a psychózy. Vplyvom halucinácií pri psychóze sa objavujú i pokusy o samovraždu. Amfetamíny sa objavujú najčastejšie v podobe tzv. "ice" (ľad), ktorý možno fajčiť, ďalej sa aplikujú injekčne alebo šňupaním. Je možné sa s nimi stretnúť tiež v podobe kapslí.

### **Kokaín**

Kokaín je alkaloid juhoamerického kra Erythroxilon koka LAM. Užívanie koky sa datuje už do doby Inkov, kedy slúžila predovšetkým ako náboženská rastlina. Tradičný spôsob aplikácie je žuvanie kokových listov, častejšie sa však kokaín aplikuje šňupaním alebo niekedy tiež injekčne. Človek, ktorý užíva kokaín je veselý, družný, vyskytujú sa u neho príjemné halucinácie a má potrebu pohybu a fyzickej činnosti. Dostavuje sa eufória, miznú zábrany a objavujú sa poruchy chovania a hyperaktivita. Pri dlhodobom užívaní sa objavujú stavy úzkosti, paniky, predstavy, že jedinca chce niekto zabiť, postihnutý trpí pocitmi sledovania. Užívanie kokaínu predstavuje obrovskú záťaž pre organizmus, zvyšuje sa riziko srdcových a mozgových príhod. Jeho šňupanie vedie k často nevratnému poškodeniu nosnej sliznice a strate čuchu. Pri ťažkej otrave sa objavujú kŕče, slabne krvný obeh, otrávený kolabuje, čo môže viesť až k úmrtiu v dôsledku ochrnutia dýchacieho centra. Psychická závislosť na kokaíne je často považovaná za vôbec najsilnejšiu.

### **Pervitín**

**(Metamfetamín)**

Pervitín býva často označovaný ako "tradičná" česká droga. O toto označenie sa zaslúžilo znovuobjavenie pervitínu počas 80. rokov práve v Českej republike. Pervitín je oveľa viac užívaný ako kokaín. Pervitín sa najčastejšie vyrába nelegálne tzv. "domácimi varičmi" a vyskytuje sa vo forme najčastejšie bieleho prášku. Jeho aplikácia je najčastejšie šňupaním alebo vnútrožilne. A v súčasnosti sa často vyskytuje na tanečných akciách a preto spolu s extázou patrí do skupiny tanečných drog. Jeho účinky sú však silnejšie ako u extáze a tiež je pri pervitíne

oveľa vyšší potenciál vzniku závislosti. Najväčšie riziko pri pervitíne (podobne ako pri heroíne) je to, že nikdy nie je jasné, koľko drogy je obsiahnutej v dávke a aká je jej kvalita. Ďalším problémom je to, že užívateľ musí dávku neustále zvyšovať, aby dosiahol rovnakých účinkov. Ďalšie riziká sú podobné ako pri kokaíne. Pervitín dnes predstavuje príčinu viac ako polovice z počtu všetkých liečení závislosti na nealkoholových drogách v ČR a predávkovanie pervitínom sa nemalou mierou (cca 35%) podieľa na celkovej drogovej úmrtnosti.

## **6. Prchavé látky**

Prchavé látky sú zrejme najnebezpečnejšia skupina látok, dokonca nebezpečnejšie ako drogy ako je kokaín, pervitín alebo heroín. Vyznačujú sa silným narkotickým (tlmivým) účinkom a jednoducho dochádza ku predávkovaniu s následkom smrti. Ich užívaním vzniká ťažké a nevratné poškodenie mozgu, pečene, obličiek a kostnej drene. Chemicky sa jedná o uhlíkovodíky a najčastejším zástupcom je toluén.

### **Toluén**

Toluén (methylbenzén) je číra, vo vode nerozpustná prchavá kvapalina, ktorá sa používa na riedenie farieb. Inhalácia (vdychovanie) jeho výparov spôsobuje pocit eufórie, objavujú sa halucinácie a zmeny nálady. Pri toluéne vzniká silná psychická závislosť. Spôsobuje vážne poškodenie organizmu - poškodenie pečene, obličiek, mozgových buniek, poškodenie dýchacích ciest a pľúc, zhoršenie pamäti a citové výkyvy. Veľmi jednoducho môže dôjsť k predávkovaniu, čo má často za následok smrť.

**Užívanie drog ako také nie je v Slovenskej republike trestné. Podľa novely trestného zákona je však trestné držanie ilegálnej drogy i pre vlastnú potrebu. Trest môže byť až dva roky odňatia slobody a u trestného činu väčšieho rozsahu až päť rokov.**

**Zákon tiež stanovil ako trestný čin výrobu nezákonných drog, ich dovoz, vývoz, priekupníctvo, predaj a držanie za účelom distribúcie. To isté platí pre prípravky a pomôcky pre výrobu drog. K drogovej kriminalite sa radia tiež trestné činy, ktoré páchajú užívatelia drog, aby si opatrili samotnú drogu alebo finančné prostriedky na jej nákup.**

**Za každou drogou sa skrýva mnoho trápenia, mnoho ukončených ľudských životov, mnoho slz a mnoho strašných nocí.**

**V mnohých prípadoch neexistuje cesta späť.**

**Rodičia by mali povedať svojim deťom, že droga je peklo na Zemi, že je pre nás veľmi nebezpečná a väčšina narkomanov končí smrťou.**

**Mali by ste povedat' svojim det'om, aby sa jej vyhýbali a aby ju nikdy neskúsili. Vážme si náš život, ktorý je bez drogy veľmi krásny.**

**HEPZaVkJ, RÚVZ Vranov nad Topľou**