

# **ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ**

## **«Η Μάστιγα του Αιώνα»**



**4ο Γυμνάσιο Γλυφάδας - Τάξη Α1**

Εργασία στο μάθημα «Οικιακής Οικονομίας»

Διδάσκουσα: Κα. Κατερίνα Χαζάπη

Μαθητές: Αγγελική Βέζου - Κατερίνα Βέζου - Ζαχαρίας Βέζος – Αλέξια Γκουζιώτη - Σπύρος Δήμος

# Τι είναι τα ναρκωτικά;

Ναρκωτικά είναι οποιαδήποτε ουσία φυσική ή τεχνητή που μπορεί να δράσει στο Κεντρικό Νευρικό Σύστημα και που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να αλλάξει κάποιο άτομο τη διάθεση του. Ο όρος "ναρκωτικά", δεν ανταποκρίνεται με ακρίβεια στις ουσίες αυτές, γιατί άλλες από αυτές έχουν κατασταλτική επίδραση και άλλες διεγερτική.

Ο πιο σωστός όρος για τα "ναρκωτικά" είναι "εξαρτησιογόνες ουσίες" καθώς όλες αυτές οι ουσίες προκαλούν σωματική και ψυχική εξάρτηση ή μόνο ψυχική.

Η χρήση των ουσιών αυτών επηρεάζει την αντίληψη και τη διάθεση και προκαλεί άλλοτε ευχάριστα και άλλοτε δυσάρεστα συναισθήματα.



# Από πότε είναι γνωστά;

Τα ναρκωτικά σαν φυτά, ήταν γνωστά στον άνθρωπο από χιλιάδες χρόνια. Ο άνθρωπος διέκρινε τις θεραπευτικές, και ιδίως τις αναλγητικές ιδιότητες αυτών, και τις χρησιμοποίησε για την ανακούφισή του. Στην πορεία της χρήσης τους παρατηρήθηκαν οι παραισθησιογόνες και οι άλλες τους ενέργειες, που σχετίζονται με την τοξικομανία.

Έτσι τα φυτά άρχισαν να χρησιμοποιούνται γι' αυτές τις ιδιόμορφες ενέργειές τους σε μυστικές θρησκευτικές τελετές. Λατρευτικά έθιμα, ιδιαίτερα σε αγροτικούς λαούς, είχαν σχέση με τη χρήση των ναρκωτικών (χασίς, φύλλα κόκας, όπιο κ.τ.λ.).

Οι ιστορικοί αναφέρουν ότι στην κοινωνία των Ίνκας μοιράζονταν τα φύλλα της κόκας στους δούλους για να ξεχνούν τα βάσανά τους. Επίσης η πρώτη μαζική κατανάλωση χασίς από τους Ευρωπαίους έγινε κατά τη διάρκεια της εκστρατείας του Ναπολέοντα στην Αίγυπτο, ως προσπάθεια εκτόνωσης της δυσαρέσκειας των στρατιωτών που συμμετείχαν σ' αυτή. Τέλος οι Ισπανοί διέδωσαν την κόκα στη Νότια Αμερική για να υποτάξουν τους Ινδιάνους, και οι Άγγλοι την διέδωσαν στην Κίνα για να πλήξουν το ανταποικιακό κίνημα που εξαπλωνόταν.



# Ποιά είδη ναρκωτικών υπάρχουν;

Εκτός από τις παράνομες υπάρχουν και πολλές νόμιμες ουσίες που επιδρούν με τον ίδιο τρόπο στο σώμα και στον ψυχισμό.

Οι εξαρτησιογόνες ουσίες διακρίνονται σε:

- Νόμιμες (καπνό, αλκοόλ)
- Παράνομες (χασίς, ηρωίνη, κ.α.)

Με βάση τη φαρμακολογική τους δράση οι εξαρτησιογόνες ουσίες διακρίνονται σε :

- Ψευδαισθησιογόνα, παραισθησιογόνα ή ψυχεδελικά (κάνναβις, μαριχουάνα, LSD κ.α.)
- Διεγερτικά του Κ.Ν.Σ. (κοκαΐνη, αμφεταμίνες κ.α.)
- Κατασταλτικά του Κ.Ν.Σ. (αλκοόλ, ηρεμιστικά, υπνωτικά κ.α.)
- Διάφορες πτητικές ουσίες (διαλύτες κ.α.)
- Κατ' εξοχήν ναρκωτικά (όπιο, μορφίνη, ηρωίνη).



# Κίνδυνοι

Ανάμεσα στους κινδύνους της απρόσεκτης ή υπερβολικής χρήσης ναρκωτικών είναι ο αυξανόμενος κίνδυνος μολύνσεων, ασθενειών και θανάτου από υπερβολική δόση. Οι πιο συχνές ιατρικές επιπλοκές ανάμεσα στους ψυχαγωγικούς χρήστες ναρκωτικών οφείλονται κυρίως στις μη στείρες διαδικασίες χορήγησης. Πυώδεις μολύνσεις σε δέρμα, πνεύμονες και εγκέφαλο, ενδοκαρδίτιδα, ηπατίτιδα και AIDS, είναι από τις επιπλοκές που συναντώνται συχνά σε άτομα τα οποία μοιράζονται σύριγγες ή αναπνέουν το ναρκωτικό.

Γίνεται εκτεταμένη συζήτηση σχετικά με τους κινδύνους από τις ουσίες που χρησιμοποιούνται στην αραίωση των ναρκωτικών που πωλούνται στους δρόμους, π.χ.τριμμένο γυαλί, ταλκ, ποντικοφάρμακο, απορρυπαντικές σκόνες και άλλες διαλυτικές ουσίες. Καθώς δεν υπάρχει απλός τρόπος για να καθοριστεί η καθαρότητα ενός ναρκωτικού που πωλείται στο δρόμο, τα αποτελέσματα της χρήσης του είναι απρόβλεπτα.



# Παιδιά και ναρκωτικά

Τα παιδιά ξεκινούν τη χρήση για διάφορους λόγους. Είτε επειδή θέλουν να κάνουν «φιγούρα» δηλαδή να το παίξουν «cool» στους φίλους τους, είτε επειδή τα κινεί η περιέργεια. Η εκκίνηση της χρήσης ουσιών μπορεί να είναι εξ' αιτίας συναισθηματικών προβλημάτων όπως λύπης, φόβου για διάφορα γεγονότα, αίσθηση μονοτονίας ή ακόμα όταν έχουν οικογενειακά προβλήματα, με αποτέλεσμα να ξεκινάνε τη χρήση για να «λύσουν» τα προβλήματα τους καθώς και για να νιώσουν καλά. Όταν τα παιδιά αλλά και οποιοσδήποτε άλλος κάνει χρήση, δεν μπορεί να καταλάβουν ότι μ' αυτό τον τρόπο το μόνο που καταφέρνουν είναι όχι απλά να μη λύσουν τα προβλήματα τους, αλλά να δημιουργήσουν άλλα, πιο σοβαρά, πιο οδυνηρά. Κάτι άλλο που δεν μπορούν να καταλάβουν, είναι ότι τα ναρκωτικά κάνουν κακό στον οργανισμό τους, καθώς είναι χημικές ουσίες που αλλάζουν τον τρόπο που δουλεύει το σώμα τους και σκοτώνουν τα εγκεφαλικά κύτταρα, τα οποία ΔΕΝ ξαναδημιουργούνται. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να «θολώνει» το μυαλό και ο χρήστης να μη σκέφτεται σωστά, να κάνει ανόητες και επικίνδυνες πράξεις, που δεν θα έκανε αν δεν είχε κάνει χρήση. Τα παιδιά-χρήστες αρχίζουν σιγά σιγά να έχουν χαμηλές επιδόσεις στα μαθήματα, να μην αναπτύσσονται σωστά και να μοιάζουν συνεχώς άρρωστα. 14



# Αποτελέσματα Πανεπιστημιακής έρευνας

## «ΕΝΑΣ ΣΤΟΥΣ 4 ΜΑΘΗΤΕΣ ΠΑΙΡΝΕΙ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ»

Εξαιρετικά ανησυχητικές διαστάσεις έχει λάβει η διάδοση ναρκωτικών μεταξύ των μαθητών.

Σε έρευνα που πραγματοποίησε το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής, το 17,8% των μαθητών στην Αθήνα δηλώνουν ότι στα σχολεία τους υπάρχει πρόβλημα ναρκωτικών. Στην Θεσσαλονίκη, το 12,6%, στις επαρχιακές πόλεις 16,6% και στις αγροτικές περιοχές το 11,2%.

Πάνω από 60% δηλώνουν ότι πειραματίστηκαν για πρώτη φορά στην ζωή του με χασίς και με χάπια το 26,15%. Ηρωίνη χρησιμοποίησαν ως ουσία έναρξης χρήσης ναρκωτικών το 7,3%.

Ο μέσος όρος ηλικίας έναρξης χρήσης οποιασδήποτε ουσίας είναι τα 16 χρόνια. Από κει και πέρα ένας σημαντικός αριθμός από τους νέους που κατ' αρχήν δοκιμάζουν, περνούν στην κόλαση των «σκληρών» ναρκωτικών.

Η πιο επικίνδυνη ηλικία θεωρείται η ηλικία από 13-15 χρόνων. Σ' αυτήν την ηλικία ήρθε για πρώτη φορά σε επαφή με τα ναρκωτικά το 59,8% των κοριτσιών και το 60,4% των αγοριών.



# Αποτελέσματα χρήσης ναρκωτικών

ΠΡΙΝ / ΜΕΤΑ

Ο χρήστης:

- Έχει σημαντικές επιπτώσεις στην υγεία του.
- Σταματάει να φροντίζει τον εαυτό του.
- Παραμελεί το σχολείο, τις δραστηριότητες, τα χόμπι του.
- Είναι μελαγχολικός, απομονωμένος και χάνει τους φίλους του.
- Γίνεται βίαιος με τους γονείς ή με τους συνανθρώπους του.
- Φτάνει σε ακραίες πράξεις για να εξασφαλίσει χρήματα για τη χρήση (π.χ. κλοπές, βία ή άλλες παραβατικές συμπεριφορές).
- Δεν συνειδητοποιεί την κατάσταση, ώστε να αναζητήσει ή να δεχθεί βοήθεια.
- Χάνει τελικά τη ζωή του από διάφορες αιτίες.





# Προειδοποιητικά σημάδια

- Περίοδοι υπνηλίας και λήθαργου, εναλλασσόμενες με υπερδραστηριότητα και ευφορία.
- Αλλαγή στην όρεξη.
- Σημαντικές μεταπτώσεις στη διάθεση και αλλαγές στην προσωπικότητα.
- Ασυνήθιστα μικρές ή μεγάλες κόρες ματιών και βαριά βλέφαρα.
- Σύγχυση, τραύλισμα και παράλογη συμπεριφορά.
- Ρίγη.
- Έλκη γύρω από την μύτη και επίμονο φτάρνισμα.



# Ναρκωτικά και Εφηβία

Η εφηβεία είναι η περίοδος της ζωής που αποκτάς πρωτόγνωρες εμπειρίες και σου αρέσει να δοκιμάζεις ΝΕΑ πράγματα. Μέσα από αυτό το συναρπαστικό ταξίδι γνωρίζεις τον εαυτό σου, στηρίζεσαι στις δυνάμεις σου και προσπαθείς να κατακτήσεις τους στόχους σου.

Συχνά μπορεί να αμφισβητήσεις τους μεγαλύτερους σου, ενώ οι φίλοι και η παρέα σου παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στη ζωή σου.

Υπάρχουν επιλογές που μπορεί να δημιουργήσουν ένα πραγματικό ΑΔΙΕΞΟΔΟ και να θέσουν σε κίνδυνο την υγεία και την ίδια σου τη ζωή.

Τα ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ είναι ουσίες που μπορεί να σου προσφερθούν σε μια παρέα ή σε χώρους διασκέδασης.

Τα ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ μπορούν να σε οδηγήσουν -σιγά σιγά και χωρίς να το καταλάβεις- σε ένα σκοτεινό λαβύρινθο και να δυσκολέψουν πολύ τη ζωή σου.

**Είναι σημαντικό να μπορείς να λες ΟΧΙ χωρίς να ντρέπεσαι για τις επιλογές σου.**



# Μερικές αλήθειες για τα ναρκωτικά

1. Δεν είναι απαραίτητα για να διασκεδάσεις και να ψυχαγωγηθείς.
2. Δεν λύνουν προβλήματα και δε βοηθάνε εάν νιώθεις μόνος/η ή αβοήθητος/η.
3. Δεν θα σε βοηθήσουν πραγματικά να γίνεις δημοφιλής ή πιο αποδεκτός από την παρέα σου.
4. Η χρήση τους δεν αποτελεί επαναστατική πράξη, αλλά αυτοκαταστροφή.
5. Μπορούν -χωρίς να το καταλάβεις- να σε οδηγήσουν σε μία πολύ επικίνδυνη κατάσταση εθισμού.
6. Δεν υπάρχουν ακίνδυνες ναρκωτικές ουσίες.



**Όλοι οι εξαρτημένοι ξεκίνησαν από μία πρώτη αθώα φορά.**

**Μη δεχθείς να δοκιμάσεις ναρκωτικές ουσίες ούτε για ΜΙΑ ΦΟΡΑ ακόμη και η πρώτη φορά μπορεί να αποβεί ΜΟΙΡΑΙΑ.**

# Μην φοβηθείς να ζητήσεις βοήθεια!

Τηλεφωνικές γραμμές:

- Ανοιχτή Γραμμή (Μονάδα Απεξάρτησης 18 ΑΝΩ του ΨΝΑ) 210 3617089
- Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης ΚΕΘΕΑ ΙΘΑΚΗ 1145
- Ανοιχτή Τηλεφωνική Γραμμή SOS 1031 (ΟΚΑΝΑ) 1031

