

## SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE, CZYLI OZNAKI UŻYWANIA

### ŚRODKÓW ODURZAJĄCYCH, JAKIE MOŻNA ZAOBSERWOWAĆ U DZIECKA.

Każdy nastolatek próbuje ukryć przed dorosłymi to, że sięga po środki odurzające. Jednak nawet u tych, którzy zachowują dużą ostrożność, można zaobserwować pewne oznaki używania. Oczywiście w I fazie jest ich znacznie mniej niż w II fazie. W fazie III, można już mówić nie tylko o sygnałach ostrzegawczych, ale symptomach choroby.

1. Im wcześniej zauważysz zagrożenie i zaczniesz działać, tym skutecznie będzie Twoja pomoc
2. Każdy sygnał jaki dostrzeżesz może być wierzchołkiem „góry lodowej” – tylko specjalista jest w stanie postawić trafną diagnozę skali problemu.
3. Pamiętaj, że różne niepokojące zachowania mogą nie mieć związku z używaniem środków odurzających. Mogą być efektem innych problemów, takich jak kłopoty szkolne lub rodzinne, zranione uczucia, niepowodzenia miłosne i wiele innych, których również nie można bagatelizować.

#### **FAZA I – Pierwsze próby**

- Możesz zauważyć u dziecka **jakąś zmianę**, - która sprawi, że pomyślisz „Coś z nim (z nią) nie tak, chyba będzie chory (chora)” lub „On (ona) nigdy się tak nie zachowywał (zachowywała)”.
- Dziecko może **bagatelizować** zagrożenia związane z używaniem środków odurzających lub stawać w obronie tych, którzy je biorą.
- Poza tym zauważysz niewiele, chyba, że przyłapiesz dziecko na gorącym uczynku, a wtedy możesz:
  - ❖ Poczuć zapach papierosów, chemikaliów lub marihuany (słodkawy) przypominający palone zioła),
  - ❖ Zaobserwować oznaki upicia alkoholem.
  - ❖ Dostrzec ślady chemikaliów lub tytoniu na ubraniu lub skórze.
  - ❖ Stanąć przed koniecznością udzielenia dziecku pomocy w związku z wypadkiem lub urazem odniesionym w stanie odurzenia.

#### **FAZA II – Dążenie do przyjemności lub unikanie przykrości**

U nastolatków, którym środki uderzające pomagają unikać przykrości, np. zmniejszają stres związany z nauką, trudno jest zaobserwować oznaki używania. Ci młodzi ludzie przeważnie dobrze się uczą, nie buntują się, nie sprawiają kłopotów wychowawczych.

U nastolatków, którzy biorą środki odurzające ze względu na związane z tym przyjemności (np. towarzyskie), sygnały ostrzegawcze mogą być bardziej nasilone. Do wyżej opisanych sygnałów charakterystycznych dla I fazy, mogą dołączyć kolejne, które łatwiej jest uchwycić i określić. Mogą to być:

- **Utrata zainteresowań**, aspiracji, inicjatywy. W szkole może się to przejawiać pogorszeniem ocen, nie odrabianiem lekcji, spóźnieniami, wagarowaniem, konfliktami z nauczycielami, a poza szkołą – rezygnacją z dotychczasowego hobby, niechęcią do zajęć pozalekcyjnych i praktyk religijnych.

- **Izolowanie się** od reszty domowników (np. zamykanie się w pokoju), coraz częstsze nieobecności w domu, spóźnianie się, wychodzenie bez podania po co i z kim, unikanie rozmów z rodzicami, pokrętnie tłumaczenia i kłamstwa.
- **Zmiana przyjaciół**, gdy dotychczasowych kolegów zastępują nowi, często starsi, których dziecko nie przedstawia rodzicom.
- **Bunt**, który może przejawiać się nieposłuszeństwem, nieprzestrzeganiem ustalonych zasad, używaniem wulgarnych wyrazów, napadami złości, gwałtownością, coraz częstszymi konfliktami z rodziną, zainteresowaniem sektami lub subkulturą młodzieżową. Ważnym sygnałem może też być obiecywanie poprawy i niedotrzymywanie przyrzeczeń.

U wszystkich nastolatków w II fazie używania, wyraźnymi wskazówkami istnienia problemu mogą być:

- **Zmiany w zachowaniu** takie, jak „rozregulowanie” rytmu dnia i nocy, okresy wzmożonego ożywienia przeplatane zmęczeniem i ospałością (możliwe przysypianie na lekcjach), nadmierny apetyt lub brak apetytu, nowy styl ubierania się i fryzury, posługiwanie się slangiem, częste wietrzenie w pokoju, używanie kadzidełek i odświeżaczy powietrza.
- **Oznaki fizyczne** np. zaczerwienione, łzawiące oczy, nienaturalnie rozszerzone lub zwężone źrenice, pogorszenie stanu skóry (krosty, zaczerwienienie).
- **Narkotyki lub przybory do ich używania**, które mogą się znajdować wśród rzeczy lub w pokoju dziecka. Mogą to być np. kawałki opalanej folii aluminiowej, pudełeczko zawierające kawałki rurki, szkiełka lub lusterka, małe foliowe torebeczki z jakimś proszkiem, tabletkami lub suszem.

### **FAZA III – Uzależnienie**

Oznaki używania narkotyków są widoczne i trudne do ukrycia. Poza wymienionymi wyżej, występują:

- **Obniżenie nastroju** wynikające ze świadomości uwikłania w branie narkotyków i bycia pułapce: poczucie winy, bezradności, pokrzywdzenia, lęki, brak zaufania do ludzi (może mieć obsesyjny, paranoiczny charakter), możliwe myśli samobójcze.
- **Łamanie prawa:** wynoszenie rzeczy z domu, kradzieże, bójki, wandalizmu itp. Możliwy jest też handel narkotykami w celu zdobycia pieniędzy na własną „działkę”. W związku z czym dziecko może sprawiać wrażenie bardzo popularnego – być otoczone przez „kolegów” – nabywców lub może przynosić do domu rzeczy, które inni chcą wymienić na narkotyki. Zdobywaniu pieniędzy może też służyć prostytutka.
- **Pogorszenie stanu zdrowia:** częste przeziębienia, katar, kaszel, bóle (głowy, gardła, mięśni), krwawienie z nosa, spadek masy ciała, zawroty głowy, przypadki utraty przytomności, samookaleczenia. Zaburzenia pamięci oraz toku myślenia.
- **Zmiany wyglądu:** brak zainteresowania własnym wyglądem i higieną, skóra zimna, potliwa, opuchnięta, swędząca, zażółcona lub zaczerwieniona, widoczne ślady po ukłuciach, oczy rozbiegane, zaczerwienione, podpuchnięte, „szklane”.

W dalszym etapie rozwoju uzależnienia dominuje psychiczny „głód” narkotyku. Organizm jest wyniszczony a depresja trudna do zwalczania nawet po zażyciu środka odurzającego. Częste są przedawkowania.