

НЕ ПОЗВОЛЯВАЙ НА ДРОГАТА  
ДА КОНТРОЛИРА ТВОЯ ЖИВОТ!

# истината за наркотиците

*„Някои хора мислят, че вземат наркотици,  
а всъщност е точно обратното.  
Наркотикът ги взема“*  
(Ученик от Бор, Сърбия, 2003)

# Съдържание

---

НАРКОМАНИЯТА	5
ВИДОВЕ ПСИХОАКТИВНИ ВЕЩЕСТВА	8
ПРИСТРАСТЯВАНЕ КЪМ ХАПЧЕТА	9
ИНХАЛАНТИ	10
LSD	11
АЛКОХОЛ	13
ТЮТЮН	17
МАРИХУАНА	18
ЕКСТАЗИ	20
АМФЕТАМИНИ	22
КОКАИН	23
ХЕРОИН	25
СТЕРОИДИ	27
ИНФЕКЦИИ, ПРИЧИНЕНИ ОТ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА ПАВ	29
ТРОМБОФЛЕБИТ	29
АБСЦЕС	29
ХИВ, ИНФЕКЦИЯ, СПИН	30
ХЕПАТИТИ	34
ЗА МЛАДЕЖИТЕ	37

## РЕЧНИК

---

**ПАВ** (Психоактивно вещество) – всяко вещество, което попадайки в организма променя една или повече от неговите функции, а при редовна употреба предизвиква психическа и/или физическа зависимост

**ОСТРА ИНТОКСИКАЦИЯ** (натравяне) – промяна на състоянието на организма непосредствено след приема на психоактивното вещество

**ЗЛОУПОТРЕБА** – употреба на ПАВ, която води до пристрастяване и увреждане на здравето – физическото и/или психическо, социално

**ПСИХОЛОГИЧЕСКА ЗАВИСИМОСТ** – емоционална нужда да се „уповаваш“ на някакво вещество, за да се справиш с проблемите си, да избегнеш неприятни усещания, напрежение, тревожност, страх или просто, за да си създадеш „атмосфера“ ...

**ФИЗИЧЕСКА ЗАВИСИМОСТ** (непреодолима нужда от веществото) това е промяна в състоянието на организма, което проличава след прекратяване на вземането на веществото или при вземане на недостатъчно количество, абстинентни кризи

**АБСТИНЕНТЕН СИНДРОМ** – представлява групови симптоми (физически и психологически), които се появяват при прекъсването на употребата на дадено вещество и/или намаляване на неговото количество (нервност, треперене, студена пот с неприятна миризма, повръщане, диария, главоболие, мускулни и ставни болки, безсъние)

**ТОЛЕРАНТНОСТ** – появява се поносимост към вземаното вещество и нужда да се увеличи дозата, тъй като количеството, което е вземано вече няма същия ефект

**ПОЛИТОКСИКОМАНИЯ** – много често явление, което представлява едновременното приемане на различни ПАВ, комбинирани по различни начини, наркотици с алкохол за постигане на по-голям ефект

**FLASH BASK/ФЛАШ БЕК** – след определен период (няколко дни, месеци или години) е възможно да се появят усещания или халюцинации, като като под въздействието на някое вещество, но без да е прието в този момент

**FLASH/ФЛАШ** – прилив на топлина и задоволство, които настъпват веднага след приемането на хероин. Това продължава само в първите няколко месеца от употребата и след това изчезва

**STOND/СТУПОР** – спокойствие, релаксация, безразличие към всичко

**CRASH/КРАШ** – депресия и пристъп на паника, след като еуфорията премине

**СВРЪХДОЗА** – предозиране

A black and white photograph of several dried poppy seed pods (papaver) on a stem, positioned in the upper left and center of the page. The pods are cracked and textured, with some seeds visible. The background is a dark, solid color.

# наркоманията

Според разпространеното мнение, причините и последствията от злоупотребата с наркотици са предимно социален проблем (социопатологична поява), второстепенно медицински или психиатричен проблем. Към медицината, психиатрията се отнася тази част от наркоманията, която има характеристиките на болест – болестта на пристрастяването. Много често психичните разстройства: личностни разстройства, афективни разстройства, умствената изостаналост, и рядко дори по-малко тежки психични заболявания са в основата на пристрастяването към наркотици. Наркоманията има отношение към медицината и поради физическите и умствени увреждания, които са резултат от хроничните интоксикации с психоактивни вещества.

**Причините**, поради които младите хора опитват различни наркотични вещества са:

1. **Любопитство** – желание за самоутвърждаване, имитиране, самодоказване, несигурност и емоционална нестабилност. Групите за натиск и внушение са значителен фактор, който „отклонява“ от личните проблеми и конфликти: при неспособност за справяне с проблема и решаването му, се появява недоволство, което чувство „улеснява“ бягството към алкохола и други лесно достъпни вещества. **Любопитството в юношеска възраст е голямо и това е нещо нормално**, но ориентацията на младежите към здравословно социално поведение не зависи само от тях, а от семейството, учителите и възпитателите и най-вече от отношението на социалната среда към това, какво е желателно и приемливо поведение (днес е актуално да се идентифицират с отрицателните герои).
2. **Несигурност в семейството** (отхвърляне от страна на родителите, прекомерни очаквания, липсата на един от родителите, алкохолизъм в семейството и др.);
3. **Психопатологични нарушения** – при злоупотреба с наркотици се появява невроза или тежки психологични заболявания;
4. **Заучено поведение, навик**, (привикване) в началото, когато се приема наркотика се увеличава продуктивността и се подобрява настроението.

Терминът „наркоман“ е неподходящ, тъй като много от съвременните дроги нямат наркотични свойства (Наркос (гр.) – бог на съня). Зависимост към психоактивни субстанции означава периодичен или хроничен прием на естествени или синтетични вещества.

**Зависимостта се характеризира със:** силно желание и нужда за придобиване и употреба на наркотици и се наблюдава тенденция за увеличаване на приетата доза, физическа и психическа зависимост, неблагоприятни последици за здравето и смущения в социалното и професионалното функциониране на зависимите.

Привикването или **психическата зависимост** означава силно желание, неконтролируема нужда, страст към дрогата, без признаци за физическа зависимост и без големи последици за околните.

Пристрастяването **физическата зависимост** означава появата на абстинентни кризи, промяна на дозата, толеранс към съответната доза и нейното увеличаване, за да се постигне същия ефект. От значение е и **потенциала за пристрастяване** – това е способността на всеки един човек да се пристрасти след определено кратко-срочно или дългосрочно приемане.

Много често лаици в тази област пишат трагични истории, от които не може да се види никакъв изход от света на прирастените към наркотици. Поради тези истории се създава мнение у хората, че прирастените към наркотици са обречени и неизлечимо болни и че не може да им се помогне (подкрепа за анти-героите). Програмите за съвременна терапия оспорват това наложено се мнение и показват, че 10-30% от прирастените по време на първата година от лечението си преодоляват абстиненцията и променят начина си на живот.

СПОРЕД МКБ 10 ИМА ЧЕТИРИ ПАТОЛОГИЧНИ ТИПА НА УПОТРЕБА НА НАРКОТИЦИ (СПОРЕД ФЕНОМЕНОЛОГИЯТА):

1. остра интоксикация
2. проблемно (рисково) приемане на дрога (наркофили)
3. зловредна употреба на наркотици
4. зависимост към дрога – продължително

Продължителната употреба на наркотици води до погрешна представа за самия себе си и другите, до постоянен промени на настроението и емоционалното състояние, до изкривяване на импулсивните и волеви нужди. Повечето зависими нямат адекватна самооценка и представа за себе си и за ценностите си. Основно доминират негативни емоции и идеализирани чувства. Тази биполярност на емоциите и обръкване на мозъка обяснява хоризонталното и вертикалното разделяне на личността и различните видове на Аза. В действителност, по-голяма част от наркоманите не могат да дадат адекватна оценка на вътрешната и външната реалност, както и не могат да изразят ясна позиция. Липса на вникване в собственото си състояние е следствие на незрели защитни механизми, които не позволяват образуването и съзряването на личността. Разбираемо е, че тези хора не разполагат с адекватна мотивация за лечение и промяна в поведението си. Мотиви за лечение обикновено са манипулативни и идват от необходимостта от смекчаване на натиска от страна на семейството и заобикалящата ги среда.

Над 90% от зависимите имат депресивни настроения и тенденции и мисли за самоубийство. Много автори твърдят, че това самоубийство не е само страничен ефект от злоупотреба с опиати и наркотици, това е депресията и саморазрушителното поведение на първичното заболяване, а прирастяване е само симптом, но е много трудно да се докаже. Броят на опитите за самоубийства при наркомани е 20 пъти по-висок, отколкото в общата популация. Поради всички тези причини за вземането на наркотици се казва, че това е „отложено самоубийство.“

**Един от най-трудните проблеми за социализацията на наркозависимите** е да приемат социално полезен и здравословен начин на живот и в същото време да

чувстват удоволствие и радост от обикновения живот. Това не е ресоциализация, защото хората попадат в тази субкултура по време на юношеството при формиране на личността и социализацията. След 5 до 10 години при този начин на живот, а понякога и повече, когато са над 25 или 30 години, те трябва да се научат на основните неща за междуличностните отношения, за приятелството, любовта, толерантността, отговорността, постоянството и т.н.

Обикновено се прибегва до хоспитализиране при влошено здраве, свръхдоза (предозиране), симптоми на криза, натиск от заобикалящата среда, както и необходимостта да се скрият временно от заплахи от общността на наркоманите и от уплашено и агресивно семейство. Добро болнично лечение е необходимо не само за детоксикация (прочистване на тялото), фармакотерапия и диагностика, но също така и за създаването на мотивация за лечение и специфична, лична програма за терапия.

## СЕМЕЙСТВОТО НА ЗАВИСИМИТЕ

Множество социални фактори имат забележителен принос за развитието на зависимост. От особено значение са семейните отношения. Почти всички социални изследвания показват унищожени семейни взаимоотношения с девиантно поведение или психопатология на членовете му. В такива семейства, наркотиците се явяват като убежище от амбициозни, прекалено строги, невротични, или още по-тежко психически болни родители. В семействата на наркоманите обикновено има емоционален дефицит. Много често има липса на един от родителите.

За сметка на жизнения стандарт и материалните блага, семейните взаимоотношения се дехуманизират и обедняват. Родителите са все повече материална и все по-малко емоционална и морална опора на своите деца. Поради емоционалния недостиг, младежите чувстват празнота в духовния си живот, в стремежа за намиране на смисъла на съществуването и идентичността си, и вместо към родителите си, те се обръщат към улицата (отрицателните герои).

**Семейното лечение на зависимости разкрива дисфункция на семейната система и налага изисквания за промяна на поведението на отделните членове.**

Изисквания обикновено не са приятни, защото лишават хората от конформизма и безотговорно поведение и **изискват усилия за здравословен начин на живот на семейството**. Изисква се придържане към основни функционални принципи: споразумяване, планиране, равенство в домакинската работа, спиране на агресивно поведение, ясна комуникация, изразяване на положителни емоции и т.н.



# ВИДОВЕ ПСИХОАКТИВНИ ВЕЩЕСТВА

**Психоактивно вещество (ПАВ)** е всяко едно вещество, при чиито прием се променя психичното състояние. Психически състояния са: мислене, памет, възприятие, учене, емоция...

**ПАВ се разделят по няколко признака:** по *произход*, по *тяхното действие*, по *химически и фармакологични характеристики*, и др.

**По произхода си** веществата се делят на такива които са природни, такива, които са направени от хората изцяло и такива, при които има само частична обработка:

- **естествени** (марихуана, хашиш, алкохол, тютюн);
- **синтетични** (екстази, амфетамини, ЛСД, инхаланти) и
- **полусинтетични**, които са преработени естествени вещества (кокаин, хероин, стероиди, лекарства).

**По действие**, се класифицират по това как влияят на централната нервна система (ЦНС) – на функциите на ума, които са продукт на ЦНС:

1. **Депресанти на ЦНС:** алкохол, опиум неговите естествени и синтетични производни (морфин, кодеин, хероин, Trodon, Valoron, метадон, Neptanon...), транквиланти и приспивателни и аналгетици (Novalgetol, Kafetin ...);
2. **Стимуланти на ЦНС:** амфетамини, метаамфетамини, екстази, кокаин, крек, кофеин, ефедрин;
3. **Халюциногени:** ЛСД, ангелски прах, лекарства за болестта на Паркинсон, Akineton, Artane, блян, гъби, мескалин, най-често в групата, класифицирани като органични разтворители, лепила, керосин, бензин, бои, ... и
4. **Канабис: Canabis satva** – ефектът на марихуаната зависи от концентрацията на тетраhydroканабинол ТНС, вида марихуана, начина на прием, от опита, очакванията, общото състояние на тялото, настроението, компанията и заобикалящата среда, в която се взема. Канабисът може да се класифицира като халюциноген, но не винаги причинява халюцинации, но може да причини пространствена и времева илюзия.



## ПРИСТРАСТЯВАНЕ КЪМ ХАПЧЕТА (злоупотреба с лекарства)

---

Злоупотребата с лекарства е отделен проблем, заради по-широкото разпространение и достъпни цени на хапчетата в сравнение с незаконните вещества. Проблемът е в голямото разнообразие от хапчета, с които може да се злоупотребява: бензодиазепини, барбитурати, ...

Таблетките се поглъщат през устата, по никакъв друг начин.

**Обезболяващи лекарства** – Trodon, Valoron, Heptanon (Metadon), Dolantin

**Успокоителни и приспивателни лекарства** – Bensedin, Bromazepan, Loram, Flormidal, Nitram, Leksilijum, Demetrin

**Лекарства за лечение на болестта на Паркинсон** – Artan, Akineton

### КАК ДЕЙСТВАТ?

#### Физически ефекти:

- скелетно-мускулна разпуснатост
- понижаване на кръвното налягане
- респираторна депресия
- промяна на метаболизма на други вещества в организма

#### Психически ефекти:

- умора
- разстройство на психо-моторните функции
- объркване
- седация

### КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ ПРЕКАЛЯВА С ПРИЕМА НА ЛЕКАРСТВА?

Ефектите са специфични за всеки един от медикаментите. Общото за тях е, че те причиняват тежка физическа и психическа зависимост. Развива се силна толерантност към тях. Често се смесват с алкохол, което допълнително засилва отрицателните ефекти и може лесно да доведе до смърт.

### КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

- припадане поради спадане на кръвното налягане
- смърт в резултат от предозиране в комбинация с алкохол (поради спиране на дишането)
- смърт поради седацията, която води до постоянен сън, обща анестезия и кома
- предозиране поради бавната и непредвидима скорост на елиминиране от организма
- влошаване на предишни заболявания

*Голям брой самоубийства са извършени в следствие от предозиране с лекарства.*

## ИНХАЛАНТИ

---

**Инхалантите са химични изпарения, които причиняват психоактивни ефекти.** Те могат да се разделят на:

### **Разтвори:**

- промишлени или битови разтворители като разреждатели, обезмаслителни, бензин, лепила
- канцеларски разтворители: коректор, течни маркери, различни почистващи препарати.

### **Газове:**

- газове, използвани в домакинството или промишлеността, например: течност за запалка, газ за хладилници
- аерозоли в домакинството като: спрейове и бои, лак за коса, дезодоранти
- медицински анестетици: етер, хлороформ, халотан, азотен оксид.

### **Нитрити:**

алифатични нитрити: циклофосил нитрит, амил нитрит, бутил нитрит.

## КАК ДЕЙСТВАТ?

Почти всички инхаланти могат да предизвикат ефекти, подобни на анестетиците, т.е. забавени физически и умствени функции. Някои могат да доведат до ефекти, подобни на алкохолна интоксикация, както и да предизвикат халюцинации.

## КАК СЕ ПРИЕМАТ?

Вдишват се директно през контейнер или торбичка.

## КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ Е ПРИЕЛ ИНХАЛАНТИ?

Интоксикацията може да отнеме няколко минути до няколко часа, според приема на инхаланта. Ефектът обикновено трае 20-30 минути. Първоначално може да доведе до стимулация и след известно време в резултат на намаляване на действието му води до потискане и загуба на контрол, както при алкохолно опиянение. Поради по-нататъшно увеличение на концентрацията може да доведе до загуба на съзнание и други нарушения. Вдишването на високи концентрации на химични вещества, може да доведе до спиране на сърцето и смърт. Това е особено често срещано при злоупотреба с флуор карбонатен бутан газ. Високите концентрации на инхаланти също могат да причинят смърт от задушаване, потискане на приема на кислород от белите дробове, а това причинява дихателна недостатъчност.

Други необратими ефекти:

- загуба на слуха – толуол (боя спрейове, лепила), трихлоретилен (почистващи препарати и коректори)
- увреждане на периферната нервна система и спазми – хексан (лепила, бензин, азотен оксид)
- увреждане на мозъчната тъкан – толуол (боя спрейове, лепила)

- увреждане на костния мозък – бензен (бензин, лепило)

Потенциално обратими ефекти:

- щети на черния дроб и бъбреците – толуол, хлорирани въглеводороди (коректор, течности за химическо чистене)
- намаляване на притока на кислорода в кръвта – органични нитрити («ropers»), метилен хлорид (разредители, препарати за премахване на петна, лакове)

КАКВИ ЗАВИСИМОСТИ ПРИЧИНЯВА?

Причинява психическа зависимост, и толеранс/привикване.

КАК ИЗГЛЕЖДА НЯКОЙ, КОЙТО ВДИШВА ИНХАЛАНТИ?

Изглежда объркан, тромав, като пиян. По облеклото му може да има петна от съставки, и има силна миризма на веществото (както, когато сме в близост до боядисани или лакирани стени).

## LSD

---

ЛСД е немско съкращение на диетиламид на лизергиновата киселина. То е синтетично вещество, дериват на алкалоиди на вид паразитна гъба. За пръв път е изолирано през 1938 г. При нас е най-често под формата на хартийка, напоена с киселина и перфорирана, така че те могат да се отделят парчета с размер 5x5 mm, това представлява една доза (на жаргон едно пътуване). Всяка доза съдържа приблизително 120 микрограма ЛСД. По-често се среща на хапчета, таблетки (микроточки), много пъстри гел таблетки и флакони с киселина, която се усвоява от лигавицата или на бучки захар.

КАК ДЕЙСТВА?

ЛСД е най-силният известен халюциноген. Това означава, че той предизвиква сетивни заблуди (налудничавост и халюцинации).

КАК СЕ ПРИЕМА В ОРГАНИЗМА?

ЛСД се усвоява добре през лигавиците, така че може да се смуче, директно се поглъща като хапчета, слага се течност под езика или като бучки захар.

КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ ВЗЕМЕ ЛСД?

Ефектът започва 30-90 минути след поглъщане. Ефектите са почти винаги различни, защото те зависят от очакванията, околната среда, настроението и грамажа на ЛСД. Появяват се халюцинации. Може да се развие чувство на единение с пространството и хората, засилват се сетивните възприятия и дори може да се стигне до тяхното смесване (синестезия): звукът може да се види, чуе и помирише. Когато се появят такива неприятни халюцинации, това се нарича „bad trip” или „лошо пътуване“.

Ефектът от ЛСД продължава около 8-12 ч.

## КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

Може да предизвика увреждане на умствените функции, а при хора, които имат вродено предразположение може да доведе до психоза (лудост).

Flash back (минали спомени) – същото явление като когато е приемана дрога, само че този път не е. Това се случва, след неопределен период от време (ден или месец), а може и да не се случи.

## КАКВИ ЗАВИСИМОСТИ ПРИЧИНЯВА?

Употребата на ЛСД не води до физическо или психическо пристрастяване, но развива *толеранс/привикване*.

## КАКВО СЕ СЛУЧВА, АКО СЕ ПРЕДОЗИРАТЕ С ЛСД?

Практически е невъзможно да се предозирате, защото смъртоносната доза е повече от 100 пъти по-голяма от единична доза или „едно пътуване“. Смърт от LSD се появява в резултат на неговите въздействия. Хората загубват представа за реалността и могат да направят неща, които обикновено никога не биха направили, поставят се в потенциално животозастрашаваща ситуация (скачане от прозореца, пътнотранспортни произшествия и др.).

## КАК ИЗГЛЕЖДА НЯКОЙ, КОИТО Е ПРИЕЛ ЛСД?

Разширени зеници, сухота в устата, безсъние, обърканост, поведение, което често не е в съответствие със ситуацията и заобикалящата го среда.

## НАМАЛЯВАНЕ НА ВРЕДИТЕ

Най-сигурният начин е да не се взема ЛСД.

Който взема, трябва да знае следното:

- ако е за първи път, трябва да се приеме  $\frac{1}{2}$  или  $\frac{1}{4}$  от хартийката
- преживени тежки физически или психически травми преди приемането на ЛСД може да се превърнат в сериозна травма след това
- бременните жени и хората с психични разстройства (дори в разширеното семейство) би трябвало да избягват приемането му
- да има поне един човек от групата, който няма да вземе ЛСД

## АЛКОХОЛ

---

### КАКВО Е АЛКОХОЛЪТ?

Алкохол или етанол е химически просто органично съединение от въглерод, водород и кислород. Етанолът е бистра и безцветна течност, запалим и с характерен мирис и вкус. Той се произвежда чрез ферментация и дестилация на захар (в грозде, зърнени храни, плодове, хмел и др.).

### КАКВО Е АЛКОХОЛИЗЪМ?

Алкохолът е психоактивно вещество. Подобно на други психоактивни вещества (ПАВ), засяга умствените функции на организма и води до психологическа и физическа зависимост. Днес, алкохолизъм се счита за трето заболяване на съвременния свят, точно след сърдечно-съдовите заболявания и рак. Според Световната здравна организация (СЗО) до 3% от населението на света страда от това заболяване.

Алкохолизмът преминава през няколко характерни етапа:

- **експериментална фаза** – младите хора се запознават с алкохола и неписаните социални правила за пиене проучвайки собствените си граници. Приемат социалните норми на средата и преминават в следващата фаза.
- **етап на интегриране на пиенето** – представлява одобрено и приемливо пиене по време на празнуване. Най-много хора остават на този етап.
- **фаза на прекаленото, проблемно пиене** – тази фаза се характеризира с пиянство с физически, психологически и социални последици за индивида. Първите симптоми на зависимост се изразяват чрез човешките отношения и професионални дейности. Малко хора намаляват количеството на алкохол и успяват да се върнат към предишния етап. Много повече остават повече или по-малко време на този етап, а след това продължават към следващия.
- **етап на пристрастяване** – алкохолната зависимост се характеризира с постоянна и редовна консумация на алкохол, други знаци са нарушения на здравето и социални проблеми (промени в личността и поведението на алкохолика). В края на тази фаза настъпва толеранс/привикване с алкохола. По-малкото количество алкохол не е достатъчно, за да доведе до опиянение/напиване.

Алкохолик е човек, който пие толкова много алкохол, че има зависимост към него и това се проявява в психически, физически и социални разстройства (определение на Световната здравна организация).

Алкохолизмът е заболяване, което настъпва постепенно и почти никога не е само заради една единствена причина. Причините са много и комплексни и си взаимодействат 3 фактора: тялото, заобикалящата среда и алкохола. Колкото повече тези фактори се припокриват, толкова е по-голям шансът човек да се пристрасти към алкохола. Пиенето, като всяко друго ПАВ има потенциал за пристрастяване, т.е. способност да причини зависимост на всеки жив организъм, след определен брой вземания.

## ПРИЧИНИТЕ, ПОРАДИ КОИТО НЯКОЙ УПОТРЕБЯВА АЛКОХОЛ

### Организъм

Що се отнася до организма, той сам определя умствените си и физически характеристики. Психически причини, поради които някои прибегват до алкохола могат да бъдат: някои личностни черти, като например липсата на самочувствие, емоционална нестабилност, социална незрялост, но също така и сериозни психологически проблеми и психични разстройства. А ситуацияите, които водят към алкохола са: нужда от «помощ» в стресови ситуации, начина, по който «да решим» проблемите, напрежение, дисонанс между желанието и способността (безсилие), като начин да се «фиксира» настроението или облекчаване на страданието, и също така смущения в междуличностните отношения, развод, смърт на любим човек, самота, загуба на работа или продължително време без работа.

Наравно с въздействието на физическите характеристики, влияние оказват и: генетични характеристики (генетичният фактор), полът (женското тяло е много по-податливо на ефектите на алкохола – трябва малко количество, за да се опияни и отнема по-малко време, за да се пристрасти), етнос (някои хора имат вродени слабометаболитни процеси на разлагане на алкохола и алкохолната зависимост възниква бързо – например индианците).

### Средата

Когато погледнем към заобикалящата ни среда като фактор в развитието на алкохолизма, ние виждаме три елемента: семейство, училище или месторабота и по-широка социална среда. Фактори на семейната среда: децата се учат от поведението на родителите, семейни проблеми и липса на комуникация. Според проучване, при 80% от всички пациенти, които страдат от алкохолизъм, причините идват от семейство, в което някой е бил пристрастен към алкохола.

В училище връстниците имат значително влияние. Голямо значение има при подрастващите, когато попаднат в група от връстници, която налага употребата на алкохол като начин за показване на зрялост, смелост и издръжливост. Също така младите хора във времето на растежа си експериментират с различни ПАВ, включително алкохол, а за това допринасят и неясните възпитателни послания за вредата от алкохола и не достатъчно ясните правила за пиенето.

Работна среда има голям ефект за ежедневния контакт с алкохол (сервитьори, управители, полски работници, търговци и др.). В по-широката социална среда: социалните обичаи, либералните нагласи към пиене на алкохол, общоприетите норми на поведение, наличието на алкохолни напитки и агресивната алкохолна индустрия (музика, спорт и социални дейности, свързани с промотиране на производители на алкохолни напитки, и пиенето на алкохол).

### ЗАЩО МЛАДИТЕ ХОРА ПИЯТ?

Особено рискови ситуации за младежите: тържества, рождени дни и празници, абитуриентски балове и екскурзии по повод дипломиране, завършване на учебната година, музикални, спортни и социални събития, излизания, особено в почивните дни.

## КАК ДЕЙСТВА АЛКОХОЛЪТ?

Алкохолът преминава от храносмилателния тракт в кръвта по целия път от устата към стомаха. Преминаването на алкохол в кръвта се нарича резорбация и отнема около един час. Усвояването е по-бързо, ако стомахът е празен, ако заедно с алкохол се пие допълнителна течност или питието е разрежено, ако се пие горещо, и ако вашата напитка има въглероден диоксид (сода). Няколко минути след консумация, алкохолът влиза в кръвообращението на различни органи и тъкани. Най-вече мозъка, черния дроб, бъбреците и мускулите. Черният дроб разгражда 90% от алкохола, а 10% се елиминира чрез издишания въздух, потта и урината. В мозъка, черния дроб и бъбреците за дълго време остават токсични вещества от разграждането на алкохола (ацеталдехид и оцетна киселина радикали), който се натрупват и могат да доведат до психологически и физически последици от употребата на алкохол. Отнема около 60 минути, за да се разгради една чаша спиртна напитка, една чаша вино или бутилка бира (0,5 л). Силно черно кафе, студени душове или солена вода не влияе на метаболизма на алкохола, както и не намалява нивото на алкохол в кръвта.

## КАКВИ СА ПОСЛЕДИЦИТЕ ОТ ПИЕНЕТО НА АЛКОХОЛ?

### Психологични последици:

- Увреждане на нервната система – умиране на нервните клетки в кората на главния мозък и нервните структури дълбоко в мозъка. Щети, причинени от промени в личността, загуба на контрол, забравя и накрая напълно умствено и нравствено влошаване.
- Психичните разстройства – първо в семейството, по-късно в училище или на работа. Те отчитат нарушаване на междуличностните отношения с характерната променливост на настроеността на алкохолиците. Следващата фаза се характеризира с неразположение, когато няма алкохол или разкаяние след употреба на алкохол. Това може да завърши и със самоубийство. Последният етап е алкохолна лудост (*delirium tremens alcoholicum* – лат.). Тя се характеризира със слабост, втрисане, тежко безпокойство, пълна загуба на ориентация за времето и пространството, сетивни заблуди – халюцинации (особено визуални – паяжини или проводници по цялата стая или по дрехите, докосване – като че ли буболечки пълзят по кожата). В това състояние човек може да бъде агресивен и опасен за себе си или другите, особено ако има чувство за преследване. *Delirium tremens* може да доведе до смърт, особено ако не е за първи път.

### Физически последици:

- дълбоко състояние на безсъзнание – при концентрация на алкохол над 3,50 промила. Налице е загуба на съзнание и кома, и ако не се реагира може да се стигне и до смърт
- органи за храносмилане – увреждане на храносмилателната дейност, поради увеличената стомашната киселинна секреция. Киселинната секреция намалява по-късно и следва гадене и повръщане. Алкохолът уврежда освен стомаха, и лигавицата на устата, фаринкса, хранопровода, а в по-късните етапи се характеризира с честа поява на злокачествени тумори. Алкохолът може да причини увреждане на панкреаса, което може да бъде животозастрашаващо и може да остави трайни последици (напр. диабет).
- черният дроб – органът, който разгражда почти цялото количество алкохол. Алкохолът води до увреждане на чернодробните клетки. Преди всичко – до мастна

инфилтрация на черния дроб. Цирозата възниква като последен етап след години на пиене. Това е тежка и неизлечима болест, от нея умират много алкохолици. Дългосрочната цироза може да доведе до рак на черния дроб.

- нервната система – дори малки количества алкохол могат да доведат до възпаление на нервите. В леките форми се срещат прояви на дискомфорт, треперене на ръцете и краката, изтръпване, мравучкане, бърза умора, загуба на сила, забавяне на рефлексите, конвулсии и мускулни болки. В напреднал стадий може да се стигне до частична или пълна парализа на мускулите.
- сърдечно-съдовата система – големите количества алкохол водят до бързо стесняване на кръвоносните съдове, което може да доведе до инфаркт и инсулт.
- репродуктивната система – честата употреба на алкохол при мъжете може да доведе до импотентност и намалено количество на спермопроизводство, което може да доведе до безплодие. При жените, пиенето на алкохол (включително бира!) по време на бременност може да доведе до вродени дефекти на плода и възможни трайни последици.
- кожата – алкохолът причинява характерните лицеви дефекти, особено сред момичетата. Кожата става по-груба, под очите се появяват тъмни кръгове и кожата там увисва, около носа се появяват спукани капилляри. Често се появяват и други кожни промени.

### Рисково поведение

Под действието на алкохола се умъртвяват механизмите за контрол, които действат в кората на главния мозък, така не се задейства психичният механизъм – „спирачките на ума“. Тогава човек губи способността си да се контролира, както и отговорността за своите постъпки:

- Рисково сексуално поведение – изследванията показват, че младите хора под влияние на алкохол в 80% от случаите не практикуват безопасен секс, т.е. не използват презерватив, за да се предпазват от инфекции и нежелана бременност, или някакъв друг метод на контрацепция за предпазване от бременност. Поради това се повишава рискът от полово предавани инфекции: СПИН, хепатит, сифилис, гонорея, херпес, гъбични инфекции и др.
- Сексуално насилие – алкохолът увеличава риска от изнасилване. Най-голям брой изнасилвания се появяват, когато едното или и двете лица са под влиянието на алкохол
- Шофиране в нетрезво състояние – злоупотребата на алкохол притъпява зрението, слуха, концентрацията, забавя рефлексите. От друга страна има хора, които придобиват чувство за всемогъщество зад волана. Най-честата причина за инвалидност и смърт при млади хора до 20 години е инцидент с кола под влияние на алкохол.

### КАКВИ ЗАВИСИМОСТИ ПРИЧИНЯВА АЛКОХОЛА?

Алкохолът причинява както физическа, така и психическа зависимост. Физическа зависимост се проявява като абстинентна криза, когато алкохоликът/чката не е употребила алкохол. После идва втрисане, изпотяване, безсъние, нервност, раздразнителност, гадене, повръщане, главоболие и обща слабост. Това състояние често е придружено от делириум и гърчове. Психологическата зависимост се отразява в непреодолимото желание за алкохол. Докато се употребява алкохол се развива и толеранс/поносимост. Това се отнася за последния етап на алкохолизма, когато организмът е изтощен до краен предел и поносимостта му към алкохол намалява, така тялото се нуждае от по-малко напитки, за да се напие.



## ТЮТЮН

---

Тютюнът е донесен от Америка в Европа в края на 15-ти век от испанските моряци и войници. Жан Нико подарява на френските кралица Катерина Медичи тютюневи листа и семена като средство за зарастване на рани и против главоболие. По-късно употребата на тютюн се наказвала с изгаряне на клада (Инквизицията), набиване на кол (Мурад IV), побои (руския император Михаил), а френският държавник Ришельо въвежда данък върху тютюна.

Тютюнът, от който се прави истинска цигара е тревисто растение (*Nicotiana tabacum*). Той е мощна клетъчна отрова. Съдържа повече от 60 000 вредни съставки, най-вече никотин, катран и въглероден оксид. По-малко известни са: полоний, радиоактивен калий, циановодородна киселина, амоняк, арсен, хром, азотни окиси и др. Най-малко седем от съставките му са канцерогенни, а 43 от тях могат да действат канцерогенно в концентрат.

### КАК ДЕЙСТВА?

Действа благодарение на невротрансмитера допамин в мозъка и създава чувство на удовлетворение.

### КАК СЕ ПРИЕМА В ОРГАНИЗМА?

Чрез пушене, смъркане и дъвчане. Пушенето е предпочитаният начин на активно вдишване на дим, който действа върху нервната система. Това е доброволно хронично отравяне.

### КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ УПОТРЕБЯВА ТЮТЮН?

При тютюнопушене никотинът преминава от белите дробове в кръвта и мозъка за 7-8 секунди. Под влияние на никотина сърцето бие по-бързо, кръвното налягане се повишава, периферните кръвоносни съдове се свиват, нарушава се метаболизма, води до хормонален дисбаланс и кратковременно отпускане. Въглеродният оксид, който се освобождава от изгарянето на тютюна, намалява притока на кислород в тялото, нарушава обмяната на веществата, намалява хемоглобина в кръвта и причинява промени в кръвоносните съдове. Катранът, който също е съставка на тютюна, се отлага в белите дробове на пушачите, а това действа неблагоприятно на горния епител на белите дробове, който защитава от инфекции. Тютюнопушенето причинява характерния жълт цвят на пръстите на ръцете, зъбите и носа на пушачите.

### КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

Може да доведе до отслабване на имунната система, високо кръвно налягане, атеросклероза, инфаркт и рак и заболявания на дихателната система. Пушачите са със симптоми на общи инфекции на дихателните пътища, кашлица, астма. Бръчките са силно изразени, когато става дума за външния вид. При подрастващите е възможно прекратяване или забавяне на растежа, а при бременни жени и кърмачки е възможно увреждане в развитието на плода, калцификация на плацентата и дори аборт.

### КАКВИ ВИДОВЕ ЗАВИСИМОСТИ ПРИЧИНЯВА?

Физически и психически зависимости, а също се развива поносимост.

## МАРИХУАНА

---

Марихуаната е най-широко използваното ПАВ, с което най-много се злоупотребява в света, особено сред подрастващите млади хора.

Появяването на марихуаната има културни и исторически корени. Влиянието на растението е известно в Китай преди повече от 4000 г. пр. Хр. В ислямския свят през десети век е било прието като средство за релаксация и като лек за различни заболявания. Бавно се мести в Европа сред артистичните среди на Париж, създадени са фенклубове на марихуаната, в които участвали Гьоте, Бодлер, Юго, Балзак, Дюма и др.

Употребата на марихуана е във възход през 1960 г., когато е създадено хипи движението, чиято философия и поведение е марихуаната да стане широко употребявана дрога. Тези млади хора се застъпват за свободен секс и свободно да се употребява дрога. Това движение е помогнало да се обединят хора с различни гледни точки, но е разрушено от индивидуализма.

**Марихуана (*Canabis sativa*)** се наричат изсушените женски съцветия на някои видове индийски коноп. Добрата марихуана е направена от клонки, женски цветове, техби околоцветни и незрели семена. В общи линии, марихуаната е всяка част от конопеното растение, която е нарязана, изсушена и смляна.

**Хашишът** е смолист продукт от растението марихуана. Един от производните продукти, който може да бъде извлечен от това растение е **хашишово масло**, което е с много по-силно действие от марихуаната и хашиша.

Веществата, отговорни за действието на индийския коноп и неговите продукти върху психиката, се наричат канабиноиди. Те са няколко вида, но най-силно влияние има **делта-9-тетрахидроканабинолът** ТНС (*TetraHidroCannabiol*), с най-висока концентрация на смола. От количеството на ТНС в марихуаната зависи нейното действие. Марихуаната съдържа приблизително 0,5 до 5% от това вещество. Хашишът съдържа около 10-15%, а процентът на активните съставки в хашишово масло може да стигне до 50%. Днес са известни хибриди на марихуаната, които са с около 5-6 пъти по-висока концентрация на ТНС, които са естествени видове като *Sinsemilla*, съдържащи 7-14% от ТНС.

### КАК СЕ УПОТРЕБЯВА?

Марихуаната, изсушена и нарязана, изглежда като риган, най-често се използва под формата на цигара (наречена „джойнт“), която може да се смесва с тютюн. Чрез пушенето (нарича се „павкане“ или „напушване“) се внася в организма, а също това може да стане и с помощта на тръба или специално устройство за пушене – наргиле. Димът от марихуаната има силна, остра миризма, много прилича на миризмата на суха трева и въже, когато горят.

Марихуаната може да се дъвче, поглъща или смърка, а в някои азиатски страни, особено в Индия, се приготвя като чай или под формата на кекс, или като подправка в храната.

Хашишът има вид на парче шоколад, който може да се настърже на ситно, да се смеси с тютюна и да се увие в цигара. Хашишът има много характерна силна миризма. Напоследък се употребява хашишово масло.

## КАК ДЕЙСТВА?

Въздействието на марихуаната зависи от концентрацията на ТНС, вида марихуана, от начина на приемане, от очакванията, от общото състояние на тялото, настроението, как и от обкръжението на вземащия от веществото. Това, от което най-много зависи въздействието на марихуаната е психическото състояние на вземащия. Някой, който е тъжен след като пуши марихуана ще бъде още по-тъжен, неразположен. Човек, който е весел, щастлив, в добро настроение ще стане още по-весел и общителен.

Ефектът трае от 1 до 5 часа.

## КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ УПОТРЕБЯВА МАРИХУАНА?

### Психологически ефекти:

- еуфория
- по-голяма словоохотливост, бърбривост – често се нарича глупава еуфория, а марихуаната семето на смеха, защото предизвиква абсурден смях в компанията, без повод
- усещане за безгрижност
- променя се усещането за времето, то тече или много бързо или много бавно
- засилване на възприятията
- раздразнителност
- забавяне на реакциите и се нарушава координацията на движенията (понякога напушеният е тромав и губи баланс)
- забравяне на последните събития/увреждане на кратковременната памет
- нарушение на вниманието, концентрацията, бързината на мисълта, процеса на приемане на информация
- способността за безопасно шофиране значително намалява
- понякога се появяват халюцинации.

### Физически ефекти:

- очите стават червени, заради разширените кръвоносни съдове
- разширени зеници
- сухота в устата
- повишен апетит (особено за сладки неща)
- ускорена сърдечна дейност
- повишаване на кръвното налягане.

## КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ СЛЕД ПРОДЪЛЖИТЕЛНА УПОТРЕБА?

### Психологически последствия:

- **ДЕМОТИВАЦИОНЕН СИНДРОМ**, който се появява като: загуба на жизнената енергия, загуба на интерес, невъзможност да бъдеш весел, потиснато настроение, чувство на празнота, скука, безсмислие, болки в гръдната кухина и главата
- нарушеност на възприятията и способността за мислене
- влошаване на паметта (особено в краткосрочната такава), увреждане на логическото мислене
- психоза, придружена от халюцинации, панически страх

- *психическа зависимост*, физическата зависимост е много малка и дори не се споменава.

#### **Физически последици:**

- увреждане на дихателните пътища (бронхит, астма, емфизема)
- увреждане на имунната система
- хормонални промени
- проблеми с репродуктивната система (нарушения в менструалния цикъл при момичетата, нарушения в подвижността на сперматозоидите при мъжете)
- малигнен потенциал (по-разпространените тумори на дихателните пътища и храносмилателния тракт)
- увреждане на плода, както и преждевременно раждане и намалено тегло при раждане.

#### **ИЗРАЗИ И ЖАРГОН:**

трева, коз, ганджа, джойнт, гага, киф, бханг, грас, гърне, джанка, масур, жожоба, Марийка, масур, хаш, чарас, Мери Джейн ...

## ЕКСТАЗИ

---

### КАКВО Е ТОВА?

Това е синтетичено психоактивно вещество. Химически е 3-4 метилен диокси мета амфетамин (MDMA). Тя се продава във вид на таблетки, капсули или прах. Таблетките са с различен цвят (при нас обикновено синьо или бяло) и върху тях са щамповани различни символи (например пеперуда, знак за Mercedes, Mitsubishi и др.), които показват различните производители и имат само значение за маркетинга. Имат горчив вкус. Тъй като продуктът най-често се прави в домашни лаборатории на пазара често се срещат смесени с екстази MDA, MDEA, DXM, ефедрин, амфетамини, кофеин, талк, а често дори няма MDMA (активното вещество). Една таблетка обикновено съдържа 60-120 мг MDMA.

РМА (параметоксиамфетамин) е вещество, продавано като екстази. То има подобен, но по-мек ефект от MDMA и отнема повече време (около половин час), за да се проявят първите ефекти. Ето защо мнозина мислят, че е екстази с по-ниско качество и вземат още едно хапче. Така се увеличава вероятността от предозиране.

### КАК ДЕЙСТВА?

Екстази спада към групата на стимулантите, това означава, че ускорява някои от функциите на организма, а при по-големи количества може да предизвика халюцинации.

### КАК СЕ ПРИЕМА В ОРГАНИЗМА?

Най-често се изпива с течности, а може и да се смърка.

## КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ УПОТРЕБЯВА ЕКСТАЗИ?

Екстази повишава метаболизма на невротрансмитера серотонин в мозъка, който регулира настроението, апетита, агресията, сексуалната активност, сънят и чувствителността към болка.

Ефектът започва 20-90 минути след поглъщане, и 15 минути трае достигането до своя връх. Ефектът спира след 4-6 часа.

Психически ефекти: еуфория, умствено и емоционално прояснение, с чувство за близост с другите (hug-drug), объркване, безсъние, тревожност, параноя (страх без причина), агресия, халюцинации, чувство за лекота и плаване, намалява чувството на глад и жажда.

Физически ефекти: учестено сърцебиене, повишено кръвно налягане, висока температура, замъглено зрение, втрисане, изпотяване, гадене, повръщане, напрежение в мускулите (особено на челюстта), неволеви движения, тремор.

## КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

Може да доведе до дехидратиране на тялото, заради изпотяването, при което се губи сол и вода, до мозъчен оток, инсулт и инфаркт, поради високо кръвно налягане, епилепсия, прегряване на тялото и бъбречна недостатъчност.

Crash – е състояние, до което може да се стигне след като престане действието. То представлява чувство на тъга и страх. Това всъщност е пристъп на паника, не се случва всеки път. Заради страх от Crash се взема още едно хапче, веднага след като спре действието на вече взетото екстази.

Day after – поради увеличаване на освобождаването на серотонин като един от ефектите на екстази доставките на невротрансмитери се изчерпват, и това отнема до две седмици да бъде напълно възстановено. Поради липса на серотонин се изпада в депресия, безсъние, чувство на умора и загуба на апетит.

Flash back (флашбек) – появява се същото усещане като при вземане на веществото, само че този път без да е взето. Това се случва, след неопределен период от време (ден или месец), а може и да не се появи.

След продължителна употреба може да възникне обърканост, депресия, проблеми със съня, тревожност, параноя, трудности при запомняне.

Екстази причинява *психическа зависимост*.

Също така се развива и *толерантност*. При продължителен прием на екстази става необходимо да се вземат по-високи дози, за да се постигнат същите ефекти.

## А КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ ВЗЕМА ЕКСТАЗИ ПРОДЪЛЖИТЕЛНО ВРЕМЕ?

Може да възникне обърканост, депресия, проблеми със съня, тревожност, параноя, трудности при запомняне.

## КАК ИЗГЛЕЖДА НЯКОЙ, КОИТО ВЗЕМА ЕКСТАЗИ?

Може да изглежда игриво и с желание за общуване (в Америка това е известно като

hug-drug т.е. прегръдката на дрогата). Зениците са разширени, напрежение в мускулите (често скърцане със зъби), ускорен пулс, повишено кръвно налягане, често изпотяване, треперещи ръце. Едно лице, вземащо екстази може да изглежда объркано, некоординирано, уплашено или с агресивно поведение.

## НАМАЛЯВАНЕ ВРЕДНИТЕ ВЪЗДЕЙСТВИЯ

Най-сигурният начин е да не се вземат екстази.

Ако някой го взема, трябва да запомни следното:

- в случаите на наличие на: високо кръвно налягане, сърдечни и бъбречни заболявания, епилепсия и бременност да се избягва употребата.
- преди да вземе екстази: трябва да запомни цвета и дизайна (може да потрѳбва), да попита за ефекта (дали е с тройно действие или е спийди), ако е възможно да се взема само от един и същи тип, и да не се приема висококалорична и с високо съдържание на протеини храна поне 2 часа преди да взема екстази, да не е изморен, да носи презервативи със себе си.
- докато трае действието: да бъде с хора, които познава, с които се чувства комфортно и които имат желание да му помогнат, да пие ½ литър минерална вода на всеки час, да прави паузи – да ходи до тоалетната или навън за глътка свеж въздух.
- след като спре действието: да направи пауза до следващия прием на екстази, да се нахрани добре, да си почине, да пие минерална вода.

## АМФЕТАМИНИ

---

**Жаргонни имена** – Спийд, Лед, Кристал, Стъкло, Чисто... Speed, Met, Ice, Chalk, Brzina, Kristal, Crank, Kristal meth, Glass, Go pills, Uppers, Poor man's cocaine, Pure, Texas tea, Zip...

### КАК ИЗГЛЕЖДА

*Amfetamin sulfat (speed)* – бял прах, *Metamfetamin (crank)* – обикновено бял, жълт или розов прах, без мирис, горчив вкус, но може също така да бъде под формата на таблетки, капсули или кристали (лед)

### ПРОИЗХОД И ДЕЙСТВИЕ

В началото синтетичното вещество се произвеждало като средство против умора и сънливост. Първо най-често се е използвало сред пилотите във Втората световна война, а по-късно и сред шофьори, спортисти, студенти и преподаватели. Според вида на действието си е мощен стимулант, който влияе на психомоторни способности.

### НАЧИН НА ПРИЕМАНЕ

Най-често се смърка, а също така може да се гълта, инжектира или пуши.

## ЕФЕКТИ ВЪРХУ ТЯЛОТО

Основните ефекти на амфетамините са фокусирани върху централната нервна система, сърцето и кръвоносните съдове! Те зависят от дозата, режима на прием и толерантността, както и други обстоятелства, при които се приемат амфетамините. Ефектите се делят на физически и психологически. Психологически са: хиперактивност, еуфория, невъзможност за трезво мислене, делириум, параноични реакции, халюцинации, самоубийствено поведение, конвулсии. Физически: гадене, повръщане, повишена температура, повишено кръвно налягане, нарушение на сърдечния ритъм, мозъчен кръвоизлив, шок.

## КОЛКО ТРАЕ ДЕЙСТВИЕТО

Действието започва от няколко минути до един час след поглъщане, в зависимост от метода на въвеждане в тялото и продължава 4-6 часа, но може да бъде и до 24 часа. „Лед“ ефекта продължава до 30 часа.

## ВИДОВЕ ЗАВИСИМОСТ

Амфетамините предизвикват силна психологическа и по-слабо изразена физическа зависимост.

## ПОСЛЕДСТВИЯ ОТ УПОТРЕБА

Последствията при дълговременна употреба на амфетамини са: безсъние, депресия, затруднено говорене, загуба на съзнание, прегряване на тялото, инсулт или инфаркт, фатални нарушения в бъбреците, белите дробове и черния дроб, увреден имунитет, анорексия, загуба на тегло, кожни промени ...

## КОКАИН

---

Това е горчив бял прах, без мирис, получен от листата на растението кока в Южна Америка. От листата на коката се добива паста, която се смесва със солна киселина и се загарява, така се получава кокаинов хидрохлорид (най-често във водоразтворима форма на кокаина).

„Свободна база кокаин“ е кокаин, който е обработен по химичен път и се втечнява при загаряване. Тази обработка е процес на извличане на „базата“. При този процес има изпарения, които могат да се вдишват. Това се нарича „пушене“, въпреки, че няма горене, само изпарения.

Крек е нов тип на свободна база кокаин, който се загарява със сода за хляб или амоняк във водата. Това включва и премахването на хидрохлоридната база на кокаин и може да се „пуши“.

## КАК ДЕЙСТВА?

Кокаинът е вещество от типа на стимулантите, което означава, че ускорява функциите в организми, включително и в мозъка. Той стимулира клетките на централната нервна система, сърдечно-съдовата система и нервната система. Той също така се

използва като местна упойка, когато се прилага върху лигавиците.

#### ПО КАКЪВ НАЧИН СЕ УПОТРЕБЯВА?

Най-често се смърка, може да се втрива върху венците, но може да се инжектира във вените или да се пуши (крек).

#### КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ ВЗЕМА КОКАИН?

Действието започва в рамките на секунди до минути (в зависимост от начина на прием).

Психологични ефекти включват изостреност на сетивата, еуфория (прилив на добро настроение), повишена бдителност, намаляване на умората, повишена концентрация, повишена умствена и физическа енергия, нервност, необуздан поведение, агресия, безсъние.

Физиологичните ефекти включват учестен пулс и дишане, високо кръвно налягане, висока температура, изпотяване, разширени зеници на очите, намален апетит.

Ефектите са за кратък период от време: еуфорията спада след половин час, както и цялостните ефекти са в продължение на 1-2 часа.

#### КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

Може да се появи необузданост, повишена раздразнителност, тревожност, параноя (налудничав страх), депресия, безсъние, загуба на телло, сърдечно-съдово заболяване, поради високо кръвно налягане, увреждане на хрущяла и лигавицата на носа. При вдишване може да причини хронични заболявания на дихателните пътища (bronхити и др.).

При бременни жени може да доведе до преждевременни контракции на матката.

Появява се и зависимост.

#### КАКВИ ВИДОВЕ ЗАВИСИМОСТИ ПРЕДИЗВИКВА?

Кокаинът причинява силна *психологическа зависимост* и по-специално към неговото производно *крек*. Също така предизвиква и *толерантност*.

Физиологическата зависимост е много слаб или липсва такава.

#### КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО СЕ ПРЕДОЗИРА С КОКАИН?

Стига се до физическо безпокойство, агресивност, повишена телесна температура (хипертермия), халюцинации, гърчове, инсулти, инфаркти и смърт.

#### КАК ИЗГЛЕЖДА НЯКОЙ, КОЙТО Е ВЗЕЛ КОКАИН?

Някой, който е взел кокаин може да бъде приказлив, директен, не спазва дистанция, смел, агресивен, напрегнат, активен, може да има „кокаинови бръмбари“, т.е. сърбеж по кожата. Физиологичните показатели са: разширени зеници, учестено дишане и пулс, повишено кръвно налягане и телесната температура.



**Жаргонни изрази:**

Кока, кокс, бяло, сняг, космос, лейди, небесен прах, рай ...

**НАМАЛЯВАНЕ НА ВРЕДИТЕ**

Най-сигурният начин е да не се приема кокаин.

Що се отнася до тези, които вземат, трябва да знаят следното:

- в случаи на епилепсия, бременност и сърдечно-съдови заболявания да избягват да приемат кокаин
- не смесвайте кокаин с други вещества, особено депресанти (хероин, таблетки, ...), защото често това има фатален край
- не смесвайте кокаин с алкохол, тъй като организмът създава кокаетилен, чиито ефекти продължават по-дълго и е по-токсичен от която и да е от тези две вещества самостоятелно
- избягвайте да управлявате моторно превозно средство и машини под влияние на кокаин
- трябва да имате свои лични аксесоари за смъркане и не ги споделяйте с други

**ХЕРОИН**

Знания за ефекта от опиума, мака и спиртните напитки са известни на хората още от древни времена – сведенията датират от преди повече от 2500 години. Морфинът е изолиран от опиума през 1803г. Морфинът е средство за лечение на някои медицински състояния (шок, тежка болка, рак). В края на XIX век е получено полусинтетично производно на морфина. При ацетилирането на морфина се получава *diacetylmorfin* т.е. хероин. Напълно пречистения хероин е бял прах, но този който можете да си купите почти винаги е кафяв на цвят или охра.

**КАК ДЕЙСТВА?**

Това е вещество от типа на депресантите, което означава, че забавя функциите на тялото, включително мозъка, от които най-важни са центровете на дишането и сърдечната честота, чиято употреба в екстремни случаи може да причини смърт (в жаргон: предозирание).

**КАК СЕ ПРИЕМА В ОРГАНИЗМА?**

Най-често се приема чрез смъркане, пушене, като тютюн или марихуана, вдишване на изпарения от фолио (*folijanje*, улавяне на дракон) или интравенозно (инжектура се във вена). Понякога, но много рядко се инжектира в артерия, мускулите или в рамките на кожата поради липса на здрави вени. Може да се смесва с кокаин (*Speedball*), което е много опасно, поради възможна смърт.

**КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО НЯКОЙ ПРИЕМА ХЕРОИН?**

В зависимост от начина на прием, ефектите започват в рамките на секунди или ми-

нути (в зависимост от начина на прием): настъпва прилив на еуфория (флаш) с усещане за топлина, сухота в устата, аналгезия (загуба на болка), релаксация и чувство за тежест в крайниците. След еуфорията се стига до състояние на полусън (stond), т.е. психичните функции се замъгляват и се губи интерес към околните.

Ефектите продължават 3-6 часа.

### КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

При продължителен прием може да доведе до загуба на концентрация и мотивация (демотивационен синдром), намалена физическа активност, намален апетит, който може да причини загуба на тегло.

Използването на нечисти спринцовки може да доведе до инфекция на вените, околните тъкани, сърдечните клапи и най-лошият вариант заразяване с хепатит В или С или HIV.

Появява се и зависимост.

### КАКВИ ВИДОВЕ ЗАВИСИМОСТИ СЕ РАЗВИВАТ?

Хероина предизвиква най-силната *физическа зависимост* (появява се силна абстинентна криза, ако се прекъсне приемането) и *силна психическа зависимост* (желание, жажда за хероин).

Също така се развива толерантност. Увеличава се дозата хероин, необходима за постигане на същия ефект в сравнение с дозата, която е била необходима в началото.

### КАКВО СЕ СЛУЧВА, КОГАТО СЕ ПРИЕМА МНОГО ГОЛЯМА ДОЗА ХЕРОИН?

Появява се усещане за сърбеж, хрема, повръщане, изпотяване, забавяне на дишането и пулса, кома и дори смърт (на жаргон overdose). Предозирането се случва често, когато се вземе хероин в съчетание с кокаин (или други стимулиращи вещества) депресанти, защото това увеличава ефектите от хероина.

### КАК ИЗГЛЕЖДА НЯКОЙ, КОЙТО Е ВЗЕЛ ХЕРОИН?

Стеснени зеници, сълзене на очите, сухота в устата, наличие на кожен обрив, хрема и липсата на интерес към всичко и всички наоколо (stond).

### Жаргонни изрази:

десетка, жълто, материал, стаф, стръв, хари, херца, „Н“-ейч ...

### НАМАЛЯВАНЕ НА ВРЕДИТЕ

Най-сигурният начин е да не се употребява хероин.

Ако някой взема, трябва да знае следното:

- да си има собствени прибори и да не ги споделя с други
- за предпочитане е винаги да са стерилизирани в преварена вода
- пушенето на хероин от фолио работи също толкова силно и бързо, както инжектирането във вена, но при първото се избягва възможността от заразяване

(флебит, абсцеси, ендокардит, хепатит В и С и ХИВ)

- за разтваряне да се ползва лимонтузу или витамин С, лимон или оцет ще навредят на вената.

## СТЕРОИДИ

---

### АНАБОЛНИ СТЕРОИДИ, СИНТЕТИЧНИ ПРОИЗВОДНИ НА МЪЖКИЯ ХОРМОН ТЕСТОСТЕРОН

Това са продукти, които се използват за уголемяване или подобряване на процеса на изграждане на мускулите, силата и издръжливостта им. Те позволяват тялото да използва ефективно протеина (белтък, който е съществен елемент от тъканите на тялото). Изгражда се мускул с анаболен ефект.

Андрогенни ефекти на стероиди са свързани с изграждането на мъжки характеристики като мутирането на гласа и окосмяването на тялото. Всички стероиди имат анаболно и андрогенно действие.

#### КАК СЕ ПРИЕМАТ В ОРГАНИЗМА?

Стероидите са в различни форми и могат да бъдат въведени перорално или чрез инжектиране, а също и под формата на: кремове, импланти или супозитории (свещички). Никога не се инжектират венозно, а само мускулно заради бавно освобождаване в организма). Пероралните анаболни стероиди са под формата на капсули и таблетки с различни форми.

#### КАК РАБОТЯТ?

След продължителна употреба предизвикват психическа зависимост.

Техният основен ефект е да се ускоряват възстановяването на мускулите, въпреки че се смята, че основният им ефект е увеличаване на мускулната маса. Стероидите помагат на организма да използва протеина, с чиято помощ да възстанови увредените мускули в тялото. Анаболните стероиди са често използвани в цирковете.

Орални стероиди се обработват в стомаха и червата и разграждат в черния дроб в рамките на 24-48 часа. Те имат токсичен ефект върху черния дроб поради бързото им разграждане. Инжекционните стероиди са по-малко токсични, тъй като не преминават директно през черния дроб.

#### КАКВО МОЖЕ ДА СЕ СЛУЧИ?

Спортистите са известни с това, че си набавят стероиди от черния пазар. Има случаи на употреба на животински или човешки стероиди.

#### ПОСЛЕДСТВИЯТА ОТ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА СТЕРОИДИ СА:

- физически последствия: жълтеница, акне по лицето и гърба, постоянно увреждане на черния дроб, тумори на черния дроб, диабет, проблеми със сърцето, висок холестерол, отравяне на кръвта ...

■ психически последствия: агресия, умора, депресия, безсъния, параноя...

Поради продължителна употреба на стероиди се стига до хормонален дисбаланс при мъжете. При жените също води до някои последствия:

При мъжете: развитието на гръдната тъкан (гинекомастия), загуба на коса, висок глас, повишено либидо (сексуално желание), намаляване на размера на тестисите, намален фертилитет ...

При жените: намаляване на гръдната тъкан, повишена окосменост по лицето и гърба, мутиране на гласа, намалено либидо, уголемяване на клитора, менструални проблеми и намаляване на плодовитостта ...



# инфекции, причинени от използването на ПАВ

Редовната употреба на ПАВ причинява негативни метаболитни промени на организма, промени в начина на хранене и начина на живот като цяло, при зависимите се появява обща слабост на тялото, изтощение (кахексия), и понижен имунитет, с усложнения, включително инфекции (местни и общи). Поради отслабването на имунната система, заболяванията на организма стават все по-продължителни, по-трудни за лечение и оставят сериозни последиствия и усложнения.

При интравенозно приложение на ПАВ има повишен риск от гнойно възпаление на подкожната тъкан (абсцес) и възпаление на вените с образуване на кръвни съсиреци (тромбофлебит).

Основните причини и условия за възникването им са:

- мръсна вода, която се употребява за приготвянето на ПАВ-о
- нестерилни инструменти за прием на ПАВ-о
- липсата на хигиена и неадекватни условия, при които се употребява ПАВ-о

## ТРОМБОФЛЕБИТ

---

е възпаление на венозните стени, придружено с образуване на тромби. Основният механизъм е локално увреждане на ендотела (вътрешния слой на венозната стена), предизвикано от инжектирането на ПАВ във вените.

Признаци на тромбофлебит са: зачервяване, болки и усещане за топлина при възпалената вена, която на пипане е подута и оточна.

Лечение: локално приложение на кремове и гелове, съдържащи хепарин.

## АБСЦЕС

---

е локализирано остро гнойно възпаление, което може да се развие в подкожната тъкан, но и дълбоко в тъканите и вътрешните органи. При инжекционно употребяваните ПАВ се появява абсцес в подкожната тъкан, който се проявява чрез признаци на локално възпаление: зачервяване, подуване, топлина, болка.

Лечение: инцизия и дренаж на абсцесната кухина (рязане и почистване на абсцесната кухина от натрупалата се гной).

Възможно е по-нататъшното проникване на микроорганизми в тялото, тези инфек-

ции могат да прогресират до по-опасни инфекции на дълбоките тъкани и органи. В клиничната практика са известни случаи на остър миокардит (възпаление на средната стена на сърдечния мускул) с белодробен оток, остър ендокардит (възпаление на вътрешната стена на сърдечния мускул), увреждане на сърдечните клапи, бъбречна недостатъчност, тетанус и др. Най-сериозните и често смъртоносно усложнение е сепсис (отравяне на кръвта), който се появява като резултат от предишна прогресия на инфекцията.

## ХИВ, ИНФЕКЦИЯ, СПИН

---

В следните телесни течности има достатъчно количество от вируса, за да се зарази човек:

- заражена кръв (включително и менструална)
- заражена сперма
- заразени вагинални секрети
- заразено майчино мляко

Инфектирането чрез друга телесна течност е само теоретично.

ХИВ СЕ ПРЕДАВА:

- **незашитен полов акт** (най-честия начин за предаване):
  - хетеросексуални, хомосексуални и бисексуални контакти
  - *анален, вагинален и орален секс*

За съжаление, дори само един незашитен сексуален контакт е достатъчен, за да се предаде HIV инфекцията. Мъжът е този, който е най-вероятно да зарази партньора си, защото вирусът преминава от спермата във вагиналната течност. Освен това сперматозоидите много по-дълго се задържат във вагината отколкото в пениса. Еякулацията не е условие, за да се стигне до заразяване с ХИВ, то може да стане по време на полов акт, достатъчно е само пениса да е бил във вагината. Поради това сред младите хора често се практикува прекратяване на сношението, точно преди еякулация (с цел предотвратяване на нежелана бременност), но не е надеждна защита срещу ХИВ инфекцията, както и срещу всички други болести, които са полови предавани (сифилис, *Trichomonas*, гонорея, генитален херпес и др.).

Аналният секс – защото лигавицата на крайната част на дебелото черво е по-малко еластична и лесно се разранява, ето защо аналният секс е по-рисков в сравнение с вагиналният секс.

Оралният секс – ако има някакви отворени рани в устата може да доведе до инфекция, въпреки че възможността за заразяване с този вид полов акт е много по-малка в сравнение с предходната.

- **кръвен път чрез заражена кръв (кръв, кръвни продукти, интравенозен прием на психоактивни вещества – ПАВ)**

Интравенозни наркомани, които използват едни и същи инструменти (спринцовки и игли), при тях има огромна вероятност да се заразят с ХИВ. От 1977 г. с появата на медицинските консумативи за еднократна употреба, до известна степен намалява възможността за прехвърляне на вирусната инфекция по този начин. ХИВ се

предава най-често чрез интравенозно приемане на хероин и при пристрастени към кокаин в редки случаи (само ако кокаинът влиза през вена). Употребата на ПАВ – като марихуана, кокаин, крек, екстази, LSD и смъркане на кокаин само по себе си, не носи риск от предаване на ХИВ инфекцията. Опасност от заразяване при наркоманите има, но то е по друга причина, и това в промяната на поведението им, особено сексуалното поведение, което се влияе от ПАВ. В нашата страна около 50% от ХИВ-позитивните лица са тези, които принадлежат към групата на интравенозните наркомани. Това е най-разпространеният начин за заразяване с инфекцията.

Кръвен път и кръвни продукти – от 1985 г. насам на започва редовно изследване за ХИВ на кръв, кръвни продукти, както и при медицински интервенции (трансплантация, кръвопреливане, изкуствено осеменяване) заразяването е сведено до минимум и на практика елиминира възможността от предаване на ХИВ. Всяка даване на кръв, тъкани, органи за трансплантация или сперматозоиди – задължително се изследват за ХИВ

#### ■ **вертикален път – заразяване от майка на дете:**

- *по време на бременност* – чрез директно проникване на вируса през плацентата в плода, поради възпаление или увреждане на плацентата
- *по време на раждането* – по време на раждане поради контакт със заразени кръв и секрети от майката
- *при кърмене* – бебета нямат устойчиви лигавици на храносмилателната система и дори само при леки наранявания да има е достатъчно заразена кърма с вируса, да доведе до инфекция.

#### ХИВ НЕ СЕ ПРЕДАВА:

- при ръкуване
- целувка
- прегръдка
- използване на едни и същи помещения (апартаменти, офиси, училища, обществени тоалетни)
- спане в едно легло
- използване на едни и същи кърпи за баня
- използване на общи прибори и съдове за готвене
- ухапвания от насекоми
- плуване в басейна
- не е доказано, че се предава, но всеки човек трябва да има своя собствена четка за зъби, самобръсначка

#### **ЧУВСТВИТЕЛНОСТТА КЪМ ХИВ Е ОБЩА, РАСАТА, ПОЛЪТ, ВЪЗРАСТТА НЯМАТ ОТНОШЕНИЕ КЪМ ЧУВСТВИТЕЛНОСТТА КЪМ ИНФЕКЦИЯТА.**

Някога се смятало, че да се заразят с ХИВ могат само хора от рискови групи – проститутки, хомосексуалисти, наркомани, хемофилици и сега е известно, че ХИВ-позитивните хора са по-често хора с рисковано поведение, а с **рисково поведение** е всяко лице, което:

- не използва презервативи винаги и при всеки сексуален контакт
- имат множество сексуални партньори или често ги сменя
- има често отношения „за една нощ“
- използва общи инструменти при употребата на ПАВ

- има контакт с човешка кръв и секрети (всяка кръв се счита за заразена до доказване на противното).

## ХИВ ИНФЕКЦИЯ

Попадането на ХИВ вируса в организма обикновено не причинява никакви симптоми. Само при всяко трето лице, между 1-6 седмици след контакт с вируса, могат да се проявят симптоми, които приличат на грип, възпаление на мозъка (могат да имат оплаквания като висока температура, кашлица, кихане, понякога с главоболие, повръщане, или възпаление на лимфните възли в областта на шията).

След инфекция с ХИВ минава време преди заразения човек да прояви някакви симптоми – вируса влиза в кръвта и се свързва със специфични рецептори на един подтип на бели кръвни клетки (Т4 лимфоцити). Тези клетки са връзката между хуморалния и клетъчния имунитет и техните номера се променят с времето, въпреки че тялото развива имунитет. Заразеното лице с времето губи имунната си защита. Продължителността на този период е индивидуална и променлива и е от 1 до 10 и повече години.

## СПИН

- Когато общия брой на Т4 клетките стигне до критичната стойност от 500 единици на признаци на общо влошено здравословно състояние и загуба на тегло – синдром на отслабването
- пневмония, причинена от *Pneumocistis carinii*
- езофагеална кандидоза
- извънбелодробна туберкулоза – особено (черен дроб, бъбреци) при млади хора имат задоволителни социално-икономически условия и са били здрави до този момент
- увреждане и възпаление на мозъчните клетки – токсоплазмоза и хистоплазмоза
- други специфични вирусни, бактериални, паразитни, гъбични инфекции (криптококоза извън белите дробове, цитомегаловирус ретинит и др.)
- специфични тумори: сарком на Капоши, мозъчни лимфоми, но има и голям брой състояния и заболявания, които са свързани с появата на различни вирусни, бактериални, гъбични, паразитни и протозоални опортюнистични инфекции и тумори.

## ИЗСЛЕДВАНЕ

**Единственият начин да се определи дали някой е ХИВ позитивен е чрез кръвен тест.** Има редица тестове, които са силно чувствителни и специфични. В отговор на ХИВ-инфекцията в организма се произвеждат антитела, които за съжаление не са достатъчни, за да неутрализират вируса, но се използват за определяне на заболяването. Тези тестове има смисъл да се направят не по-рано от шест седмици след контакт с ХИВ и да се повтарят след 6 месеца. По време на изследването човек може да попадне в **прозорец от време или Window time**. Това е период с продължителност от 6 седмици до 6 месеца след заразяването (**средно 1,5 до 2 месеца**), когато антитела на ХИВ, когато се използват стандартните методи, не могат да бъдат открити в кръвта на заразените лица. Причината се крие



във факта, че антителата са прикрепени към вируса, така че те не са в излишък, за да бъде в състояние да се докаже чрез стандартните методи. Налице е също така на ХИВ РНК PCR тест, който може да идентифицира ХИВ след няколко седмици, но не е рутинен тест.

## ЛЕЧЕНИЕ И ПРЕВЕНЦИЯ

За съжаление, СПИН е смъртоносна болест. Има група от лекарства, които могат да направят живота по-лесен за пациентите, но не могат да доведат до пълно възстановяване. Това е група на **антиретровирусните лекарства**. Тези лекарства забавят репликацията на вируса. Тези лекарства са открити още от 1987 г., когато откриват zidovudin azidotimidin или AZT. Днес има повече от 15 различни антиретровирусни медикаменти, които са разделени в три групи, в зависимост от жизнения цикъл на вируса и неговото репликационно действие (или фаза на размножаване):

- **НУКЛЕОЗИДНИ ИНХИБИТОРИ НА ОБРАТНАТА ТРАНСКРИПТАЗА:** AZT (azidotimidin), ddC(dideoksicitidin), ddI (dideoksiinozin), d4T (stavudin), 3TC (lamivudin), abakavir
- **НУКЛЕОТИДНИ ИНХИБИТОРИ НА ОБРАТНАТА ТРАНСКРИПТАЗА:** delavirdin, nevirapin, efavirenz
- **ПРОТЕАЗНИ ИНХИБИТОРИ:** sakvinavir, indinavir, ritonavir, nelfinavir, amprenavir

Дълготрайно прекъсване на вирусната репликация може да се постигне само с **комбинирана антиретровирусна терапия – HAART** (Highly active antiretroviral therapy). Комбинациите могат да бъдат от една и съща група на лекарствата (конвергентна терапия) или от различни (разнопосочна терапия). Лечението е много скъпо (около 1500 долара на месец), то е сложно, изисква се идеално придържане към лечението, понякога не всички са на разположение, създава се резистентност към тях, имат редица странични ефекти и токсични свойства.

Друг начин на защита срещу ХИВ е борбата срещу различни опортюнистични инфекции и тумори (антибиотици, химио и радиоактивна терапия).

В нашата страна за лечение на пациенти със СПИН е само в Института за инфекциозни болести „Д-р Коста Тодорович“ в Белград (VI отделение). Той не съществува, защото превенцията е ключът решение. Ваксина срещу СПИН не съществува, **превенцията** е единственият ключ към разрешаването.

## ПРЕВЕНЦИЯ ПРИ ПРЕДАВАНЕТО ПО ПОЛОВ ПЪТ

- единственият напълно безопасен начин за защита е въздържанието от секс
- разумното поведение в избора на партньорите и използването на презерватив практически неутрализира риска

## ПРЕЗЕРВАТИВ

- купувайте презервативи само от аптеки
- проверявайте срока им на годност
- на добрите презервативи пише, че са тествани електронно
- пазете го от източници на топлина
- не го дръжете повече от 24 часа в джоба или чантата си (топлината може да го повреди)

## ВАЖНО!!!

- не използвайте лубриканти на маслена основа като вазелин или кремове върху презерватива – може да повредят целостта му
- не правете това и върху пениса си докато слагате кондома, може да се случи да изпадне
- не използвайте един и същ презерватив два пъти
- използвайте специални презервативи за анален секс
- не поставяйте два презерватива един върху друг – сигурността няма да се увеличи, но ще се увеличи шанса презервативите да се спукат.

## ПРЕВЕНЦИЯ ПРИ ПРЕДАВАНЕТО ПО КРЪВЕН ПЪТ

В страната тези, които инжекционно употребяват наркотици, са сред най-големия брой на ХИВ-позитивните, това е най-важният начин за превенция на СПИН. Разработват се специални програми, предназначени да ги обучават да използват стерилни инструменти за инжектиране при подготовка и прием на ПАВ, за да не се стига до увеличаване на броя на пристрастените. Трябва да:

- се знае, че никога не бива да се споделя с друг инструментите за инжектиране, да се използват игли и спринцовки за еднократна употреба
- да се знае как да се дезинфектира кожата в областта на интравенозното приложение на ПАВ-во
- да бъдат посъветвани да минат към Метадонова програма или някоя друга програма за отказване.

## ПРЕВЕНЦИЯ ПРИ ПРЕДАВАНЕТО НА ИНФЕКЦИЯТА ОТ МАЙКА НА ДЕТЕ

Единственият сигурен начин да се предотврати предаването на ХИВ от майка на дете е ХИВ-позитивните майки не трябва да раждат деца. Трябва да им се представи нивото на риска, детето не само ще се роди заразено, но и с различни нарушения.

Също така има успех в предотвратяването на този вид предаване чрез лечение с комбинирана антиретровирусна терапия, така предаването може да бъде намалена до 2%. Препоръчва се раждане с цезарово сечение, защото намалява възможност за вертикално предаване на инфекцията.

Майките, които са ХИВ-позитивни, не трябва да кърмят децата си.

## ХЕПАТИТИ

---

Хепатитът е възпаление на черния дроб, което може да бъде причинено от вируси, психоактивни вещества (ПАВ), токсични химикали, наркотици, алкохол и др. Най-честите причини са вируси: вируса на хепатит А (HAV), вируса на хепатит В (HBV), хепатит С вирус (HCV), хепатит D (делта) вирус (HDV) и вируса на хепатит Е (HEV). Хепатит В и хепатит С, са най-често срещани при инжекционно употребяващите наркотици и ПАВ.

Вирусът на хепатит В и хепатит С може да се намери в **кръвта, семенната течност, вагинални секрети, кърмата и слюнката.**

Вирусът на хепатит В и хепатит С не се предава: **при ръкостискане, използване**

**на общи съдове за хранене, целувка по бузата, прегръдка, нормален социален контакт ...**

**Лека форма на хепатит** се проявява със следните симптоми: умора, леко повишена температура, загуба на апетит, гадене, повръщане, болка под дясната част на гръдния кош, диария, треска, болки в мускулите и ставите.

**Тежка форма на хепатит** включва потъмняване на цвета на урината и изпражненята и пожълтяване на кожата и лигавиците.

### **ХЕПАТИТ В:**

**... възпаление на черния дроб, причинено от вируса на хепатит В.** Често се случва заразяването с вируса на хепатит В да е последвано от заразяване с вируса на хепатит D. Вирусът на хепатит В се предава:

- полов път (вагинален, анален или орален секс без предпазни средства със заразен партньор) – основният начин за предаване на инфекцията
- употреба на общи игли и заразна вода, която се използва за подготовка на хероин. Инфекцията може също така да бъде прехвърлена чрез използване на общи инструменти за употреба на наркотици (лъжици, филтри, памук ...), и по-малко вероятно от комплект за смъркане (сламки, тръбички ...).
- заразна майка може да предаде инфекцията на плода по време на раждането му и по време на кърменето
- много рядко може да се зарази някой с хепатит В при ежедневни контакти на семейството и използване на общи средства за лична хигиена (четка за зъби, ножици за нокти, бръснач ...)

Инфекцията Хепатит В може да бъде остра (краткосрочна и интензивна) или хронична (дългосрочна). Хроничен хепатит В може да причини сериозно увреждане на черния дроб, включително цироза, рак на черния дроб на хепатоцелуларен и смърт поради чернодробна недостатъчност. Води до преждевременна смърт в 15-25% от случаите.

Вирусът на хепатит В е много по-заразен от ХИВ, което означава, че вирусът продължава да живее в околната среда и след напускане на тялото (устойчив е на висока температура, формалдехид и друг дезинфектанти).

След инфекция с хепатит В тялото си създава антитела, така че реинфекция е невъзможна. **Съществува ваксина за хепатит В, която е безопасна и ефективна.**

### **ХЕПАТИТ С:**

**... е възпаление на черния дроб, което се причинява от вируса на хепатит С.** Вирусът на хепатит С се предава:

- най-често чрез заразна кръв, т.е.. използване на общи инструменти и прибори за интравенозно инжектиране на ПАВ (памук и съдове за приготвяне), както и аксесоари за прием на ПАВ и смъркане. Предава се също и чрез нестерилно оборудване за татуиране и пиърсинг
- по време на секс без предпазни средства със заразен човек (вагинален, орален, анален секс) – по-рядко
- от заразна майка на дете – рядко

Инфекцията хепатит С може да бъде **хронично – асимптоматична** (без симптоми, което означава, че дори заразеният може да не забележи, че е болен) или **хронично-активна** инфекция, което означава, че болестта се развива в продължение на дълъг период от време – няколко години или няколко десетилетия.

Хората с активен хепатит С може да имат повишени чернодробни ензими в кръвта, отпадналост и жълтеница, също така активността на заболяването може да доведе до цироза, рак на черния дроб, чернодробна недостатъчност, всяко едно от изброените може да доведе до фатален край.

Ваксина за хепатит С все още не съществува.

Лечение също няма!

### **ХЕПАТИТ А – „болест на мръсните ръце“**

**... възпаление на черния дроб, причинено от вируса на хепатит А.** Вирусът на хепатит А се предава по фекално-орален контакт (фекалии-ръце-уста), и се екскретира в изпражненията. Хепатит А **може да се разпространява чрез заразена храна, вода или чрез заразени ръце и прибори.**

**Не се предава** по кръвен път, по време на интравенозно приложение на ПАВ, полов път, с изключение на орално-анален контакт.

**Симптоми:** Хепатит А е прилича на грип. Може да отнеме 4-6 седмици. Причинява остра инфекция (текуща), и никога не се превръща в хронична, както е в случая с HVB и HVC. След изкарване на хепатит А се създават антитела, така че вероятността от повторно заразяване е много малка.

**Диагноза** се поставя след изследване на кръвта.

**Лечение на хепатит:** днес за лечението на хроничен вирусен хепатит е използването на алфа-2-интерферон. Хепатологичното лечение е много дълго и е много скъпо от 15 до 30 хиляди евро/годишно.

Основното решение за намаляване на вредите е адекватната превенция.



# за младежите

ПОНЯКОГА Е МНОГО ТРУДНО ДА КАЖЕМ НЕ НА ДРОГАТА, ОСОБЕНО В НЯКОЙ СЛУЧАИ:

- **КОГАТО ЖИВЕЕМ С НЯКОЙ ЗАВИСИМ** – Някои растат с убеждението, че употребата на дрога и пиенето са нещо нормално.
- **КОГАТО НЕ ОБИЧАШ СЕБЕ СИ** – Дрогата не повишава самочувствието! Напротив.
- **КОГАТО ТЕ НАСИЛВАТ ФИЗИЧЕСКИ** – Дрогата удвоява болката, не я намалява!
- **КОГАТО МРАЗИШ УЧИЛИЩЕ** – Дрогата не поправя двойки, само носи нови!
- **КОГАТО НЕ ЗНАЕШ КАК ДА СИ ИЗБЕРЕШ ПРИЯТЕЛИ** – Приятелите трябва да се подбират. Тези, които вземат наркотици не са добра компания. Приятелството с тях е рисковано!

**РАЗВИВАЙ САМОУВАЖЕНИЕ (Какво значи това)?**

- **Обичай себе си** – защото знаеш, че си ОК
- **Вярвай в себе си** – защото с малко помощ от приятели можеш всичко

**ГРАДИ САМ САМОЧУВСТВИЕТО СИ!**

- **Мисли позитивно** – Няма нерешими проблеми!
- **Постоянство** – Не позволявай на първия неуспех да те сломи!
- **Приемайте собствените си слабости** – Никой не е свършен!
- **Отговорност** – Животът ти е в твоите ръце!

## НАМЕРИ СИ ДОБРИ ПРИЯТЕЛИ!

Бъди верен приятел!                      Приемай и уважавай другите!                      Разговарай!

Другите трябва да знаят, че могат да разчитат на теб.

Не искай от другите да се променят.

Споделяй твоите радости и тревоги! Покажи им колко означават за теб!

Затвърди отговора си НЕ НА ДРОГАТА:

- **Предвиди проблема** – предварително да се подготви за определени ситуации, в които ще бъдеш принуден да вземеш важни житейски решения.
- **Информирай се** – събери достатъчно факти, преди да вземеш решение, то не може да се вземе на сляпо.
- **Пресметни предимствата и недостатъците** и ще видиш, че недостатъците са повече.
- **ВЗЕМИ ТВЪРДО РЕШЕНИЕ – И НЕ ОТСТЪПВАЙ ОТ ТОВА РЕШЕНИЕ!**

## НАМЕРИ СВОЕТО ”НЕ”

**Всеки има свой собствен начин на изразяване. Ако някой ти казва, „опитай, иначе си страхливец?“, ти трябва да избереш СВОЙ отговор!**

МОЖЕШ:

**Да промениш темата; Шегувай се; Демонстрирай знания – НЕ**, аз знам какво може да се случи; **Предложи нещо друго; Тръгни си** – Понякога е по-добре да се завъртиш и да си тръгнеш; **Бъди любезен – Дрога**, не благодаря!; **Объркай респондентите** – Мисля, че си прекалено умен, за да вземаш наркотици; **Изкорени идеята** – НЕ, само страхливците вземат наркотици; **Извини се** – Съжалявам, но имам уговорен мач; **Не обръщай внимание** – Днес е твоят ден за разходка.

ИЗБЕРИ САМ, РЕШЕНИЕТО Е ТВОЕ!

ОСТАНИ СВОБОДЕН!

ВМЕСТО ДА ДРОГИРАШ ЖИВОТА СИ,  
МОЖЕШ ДА ГО ЗАПЪЛНИШ С ХИЛЯДИ ДРУГИ НАЧИНИ.

ЕТО НЯКОЛКО ИДЕИ:

**Участвай в семейството; Спортувай; Научи се да правиш нещо практично; Занимавай се с изкуство – открий и развий своя дарба или талант; Прочети една хубава книга; Направи стенвестник – за училище; Излизай с тези, които не вземат дрога – Заедно сте по-силни и може да устоите на натиска.**

НЯКОИ ТИПИЧНИ ВЪПРОСИ

Аз ли съм единственият, който не се дрогира? Пуши? Пие?

Не си! Ако не вярваш преброй своите връстници, Има. Колко?

Мога ли да помогна на приятел, който взема дрога?

Сам не можеш да му помогнеш.

Посъветвайте се с Вашия педагогически съветник, лекар,  
учител, социален работник.

**Обърни се към родител, учител, обучител на връстници,  
експерт по зависимости**

Хората казват, че е по-добре да се учиш от чуждите, а не от своите грешки.

И въпреки това всеки го прави понякога. Но в някои области грешките може да струват твърде скъпо.

Всеки експеримент носи рискове.

**Решението е пак твое. Желаем ти да вземеш правилното.**

Някои започват да злоупотребяват с различни вещества, защото са чули, че било хубаво, че ще подобри настроението им, за да бъдат по-смели, по-интелигентни, по-красиви ... Някои знаят, че има риск да се „привикне“, риск да си развалят отношенията с родители, приятел, приятелка.

Единици знаят, че с времето се променя здравето, поведението, външния вид. Може би най-много са тези, които казват, „Не съм знаел! Мислех, че ще мога да се контролирам...“ Дори и тогава, смятат, че може да се контролират, а контролът е изчезнал отдавна!

Никой не познава тялото си достатъчно и не може да бъде сигурен как ще реагира на дадено вещество. Има случаи, при които още с първия опит губиш правото си на живот и тогава всички приказки за „приятното“ усещане отиват на кино.

**Бъди наясно с рисковете, мисли с главата си!**

**АКО ИМАШ НЯКАКЪВ ПРОБЛЕМ, ДИЛЕМА, НЕ ГО ОТРИЧАЙ,  
ПОТЪРСИ ПОМОЩ!**