Rozpoczął się okres wakacyjny. Dla nastolatków to czas nie tylko odpoczynku, ale   
i beztroskiej zabawy. Jest to również okres zawierania nowych znajomości oraz sytuacji   
sprzyjających podejmowaniu ryzykownych zachowań.

Młodzi ludzie podczas wyjazdów, przy ograniczonym kontakcie z rodzicami, czując dużo większą swobodę częściej podejmują ryzykowne zachowania i próbują rzeczy, których nigdy wcześniej nie robili. Pod presją rówieśników rozpoczynają sięganie po używki. Ciekawość kieruje młodych ludzi w stronę nowych, często zakazanych doświadczeń, z czym wiąże się eksperymentowanie ze środkami zastępczymi czyli tzw. „dopalaczami”. Zawierają one w swoim składzie nieznane związki chemiczne o niezbadanym działaniu na organizm, powodujące zaburzenia wielu funkcji ośrodkowego układu nerwowego oraz stanowiące zagrożenie dla zdrowia fizycznego. Oddziałując na układ nerwowy człowieka powodują zmiany postrzegania, nastroju, świadomości i zachowania. Zakłócony zostaje sposób odczuwania i odbierania wrażeń docierających ze świata zewnętrznego. Może to skutkować powstaniem paranoidalnych uczuć, urojeń a także odczucia, że słyszy się głosy nieobecnych osób. Będąc pod ich wpływem można stracić świadomość i w tym czasie zaatakować inne osoby a także targnąć się na własne życie.

Rolą rodziców i opiekunów jest zaangażowanie się w wprowadzenie dziecka w temat uzależnień. Dobrze jest zachęcić młodego człowieka do rozmowy na temat zagrożeń związanych z zażywaniem substancji psychoaktywnych oraz przestrzec przed nowymi sytuacjami, w których może się znaleźć. Szczera rozmowa, nie unikanie trudnych tematów, słuchanie i nie bagatelizowanie problemów dziecka pomoże skłonić je do refleksji nad konsekwencjami podjętych decyzji dotyczących własnego zdrowia i przyszłego życia. Zniekształcenie prawdziwych informacji dotyczących środków zastępczych często skutkuje, że młodzi ludzie minimalizują niebezpieczeństwa i straty związane z zażywaniem substancji psychoaktywnych. Należy być bardzo wyczulonym na sygnały świadczące o przyjmowaniu środków odurzających. Do najważniejszych należą nieoczekiwane i powtarzające się zmiany nastroju, niespotykana dotąd agresja, utrata lub wzrost apetytu, senność, stopniowy zanik zainteresowania hobby, przyjaciółmi, nowe znajomości, dziwne telefony, udowodnione kłamstwa czy znikanie pieniędzy i rzeczy wartościowych z domu.

Więcej informacji dotyczących „dopalaczy” oraz pomoc w przypadku gdy zauważymy, że z naszym dzieckiem dzieje się coś złego można uzyskać dzwoniąc na bezpłatną infolinię Państwowej Inspekcji Sanitarnej: 800 060 800 lub udając się do Punktu Konsultacyjno-Informacyjnego dla Osób z Problemem Używania Dopalaczy i Członków Ich Rodzin w Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Olsztynie, gdzie porad udziela specjalista terapii uzależnień w każdy wtorek od 7:30 do 12:30 w pokoju 222.

Opracowała:

Justyna Kowalkowska

PSSE w Bartoszycach