

Zagrożenia związane z substancjami psychoaktywnymi

Co rodzic powinien wiedzieć
o narkotykach?

Co to znaczy substancja psychoaktywna?

- to każda substancja, która działa na funkcje układu nerwowego powodując zmiany świadomości.
- Możemy je podzielić ze względu na pochodzenie (naturalne albo syntetyczne) oraz drogę ich przyjmowania (wziewne, doustne, dożylnie), ale także, według niektórych potocznych podziałów, ze względu na działanie (pobudzające lub odprężające).

Mity i fakty

MIT: Narkotyki są bardzo groźne, a nikotyna i alkohol dużo mniej

FAKT: wszystkie te substancje mogą działać bardziej lub mniej szkodliwie w zależności od tego, kto i jak ich używa.

MIT: Każdy kto spróbował narkotyków to narkoman

FAKT: Osoba używająca narkotyków to nie to samo, co osoba uzależniona. Ryzyko uzależnienia oczywiście istnieje, a samo uzależnienie jest traktowane jako bardzo poważna i ciężka choroba.

MIT: Narkotyki dzielą się na miękkie i twarde

FAKT: Bardziej zasadne jest mówienie o podziale na narkotyki naturalne (oparte na substancjach obecnych w przyrodzie) i syntetyczne (wyprodukowane przez człowieka), bądź też o podziale substancji ze względu na drogi ich przyjmowania (wziewne, doustne, dożylnie)

Konsekwencje kontaktu z substancjami psychoaktywnymi

Uzależnienie

- ⦿ **zależność psychiczna** polega na regularnej chęci przeżywania różnych sytuacji pod wpływem narkotyku.

wszystkie narkotyki mogą ją wywołać
(zależy od rodzaju narkotyku, cech osobowościowych i sytuacji osoby eksperymentującej z narkotykiem)

ZALEŻNOŚĆ PSYCHICZNA

- ◉ Polega na silnej potrzebie i niekontrolowanym pragnieniu ponownego przyjęcia danej substancji.
- ◉ Bardzo dużą rolę odgrywa wiek osób sięgających po środki odurzające. Uzależnieni dorośli, pierwsze eksperymenty zaczynali w wieku kilkunastu lat, kiedy emocjonalnie dopiero dojrzewali.

Zależność fizyczna

- ◉ Wywoływana przez niektóre narkotyki.
- ◉ To wynik adaptacji układu nerwowego do obecności danej substancji psychoaktywnej. Fizjologiczne mechanizmy powstawania zależności fizycznej przebiegają rozmaicie w przypadku różnych grup narkotyków
- ◉ **Zespół abstynencyjny**
pojawia się po zaprzestaniu zażywania substancji
- ◉ wielkość dawek narkotyku wywołującego zależność fizyczną musi ulegać podwyższeniu, gdyż każda kolejna porcja narkotyku powoduje słabszą reakcję organizmu. Zjawisko to nazywane jest **tolerancją**.

Konsekwencje

- **Problemy zdrowotne:**

- śmiertelne zatrucia (przedawkowania);
 - ostre i przewlekłe zaburzenia psychiczne;
 - zaburzenia funkcjonowania poszczególnych narządów lub całego organizmu.

- **obniżenia jakości życia i jego skrócenie**

- **szkody społeczne** (na poziomie funkcjonowania rodziny zażywanie narkotyków prowadzi do poważnych problemów natury emocjonalnej i ekonomicznej.

- Na poziomie społeczeństw prowadzi do rosnących kosztów opieki medycznej, powiększania się grupy osób chorych i niepełnosprawnych.

- Około 50% wszystkich **samobójstw** popełnianych jest pod wpływem substancji psychoaktywnych,

Wpływ narkotyków

- ⦿ typ pobudzający
- ⦿ typ uspokajający
- ⦿ typ halucynogeny

Narkotyki psychostymulujące

- amfetamina, kokaina, crack - osoba będzie pobudzona motorycznie, nienaturalnie pewna siebie, może być nerwowa, a nawet agresywna.
- kiedy ustaje działanie narkotyku – stan ten może zmienić się w ospałość, uczucie zmęczenia, przygnębienie i niechęć do czegokolwiek. Środki te zaburzają dobowy rytm snu, a więc stany pobudzenia i ospałości mogą przeplatać się dając różnorodny obraz zachowań.

Środki halucynogenne

- LSD, grzyby halucynogenne będą powodować silne zaburzenia zachowania, nieracjonalne i dziwaczne wypowiedzi. Niekiedy, przy większych dawkach tych narkotyków, może dochodzić do zaburzeń koordynacji motorycznej.

Narkotyki częściowo „uspokajające”

- ◉ Środki z **grupy opiatów** (heroina, morfina) powodują nadmierne uspokojenie, senność (opadające powieki), przerwy w dłuższych wypowiedziach. Jednak gdy zaczynają się pojawiać objawy abstynencyjne – osoba będzie niespokojna i nerwowa.
- ◉ Podobnie, gdy osoba będzie pod wpływem **środków uspokajających** (benzodiazepiny) czy **nasennych** (barbiturany). Po krótkim okresie euforycznego pobudzenia wyraźnie „przygaśnie” i nastąpi okres nienaturalnego uspokojenia lub w wyniku niemożności powstrzymania się od snu – osoba zaśnie. Pojawiają się wyraźnie dostrzeżalne problemy z artykułowaniem słów (bełkotliwa mowa).

Wpływ preparatów konopii

- Pod wpływem **preparatów konopi** (marihuana, haszysz) osoba może być nieco pobudzona, często nad wyraz gadatliwa i wesołkowata. Wypowiedzi mogą być chaotyczne i coraz bardziej oderwane od kontekstu rozmowy.

Po czym poznamy, że człowiek jest pod wpływem substancji psychoaktywnych?

- ◎ **zmiany zachowania**- zależą od rodzaju substancji psychoaktywnej. Natężenie zmian w zachowaniu jest ściśle związane z ilością przyjętego narkotyku i nie zawsze musi być wyraźnie widoczne. Najlepiej rozpoznać takie stany wtedy, gdy osoba jest nam znana i wiemy jak na ogół zachowuje się i jak reaguje.

Wskaźniki zażywania narkotyków

oczy

- ◉ rozszerzone źrenice, w nikłym stopniu reagujące na światło
sprawdź amfetaminę, ecstasy, kokainę, sprawdź LSD
- ◉ zwężone źrenice
sprawdź opiaty
- ◉ przekrwione oczy
sprawdź marihuanę
- ◉ zapalenie spojówek
sprawdź środki wziewne
- ◉ nadwrażliwość na światło
sprawdź środki wziewne

nos, twarz

- ⊙ czerwony nos z krostkami i objawami egzemy (zaczerwieniona, łuszcząca się skóra, swędzenie)

sprawdź kokainę

- ⊙ katar lub krwawienie z nosa

sprawdź środki wziewne

- ⊙ krosty i wrzody w okolicach nosa i ust

sprawdź środki wziewne

- ⊙ pęknięcia na wargach

sprawdź środki wziewne

- ⊙ obrzęk twarzy, przerost żuchwy

sprawdź sterydy

inne

- ◉ zmiany skórne (plamy, zaczerwienienia)
sprawdź sterydy
- ◉ wygląd jak po spożyciu alkoholu
sprawdź barbiturany, benzodiazepiny
- ◉ blade palce
sprawdź marihuanę
- ◉ ślady wkłuć na ciele
sprawdź opiaty
- ◉ krople krwi na rękawach
sprawdź opiaty
- ◉ znaczne ubytki wagi ciała
sprawdź amfetaminę

Wskaźniki zażywania - zachowanie

mowa

- bełkotliwa mowa
sprawdź barbiturany, benzodiazepiny
- bełkotliwa mowa i wesołkowatość
sprawdź LSD, grzyby halucynogenne
- zaburzenia mowy (mowa zamazana, bełkotliwa)
sprawdź środki wziewne
- gadatliwość
sprawdź kokainę, środki wziewne
- gadatliwość i wesołkowatość, stany euforyczne
sprawdź marihuanę
- dziwne, nieracjonalne wypowiedzi
sprawdź LSD
- prowadzenie rozmów z wyimaginowanymi osobami
sprawdź grzyby halucynogenne

Wskaźniki - zachowanie

poprawa nastroju, przyptyw energii

- ⊙ sprawdź sterydy

pobudzenie, ożywienie, podniecenie

- ⊙ sprawdź ecstasy i środki wziewne

nadpobudliwość i wzmożona aktywność

- ⊙ sprawdź kokainę

nerwowość, drażliwość

- ⊙ sprawdź amfetaminę

ogólne podniecenie i nadczynność psychoruchowa, wzmożony apetyt

- ⊙ sprawdź marihuanę

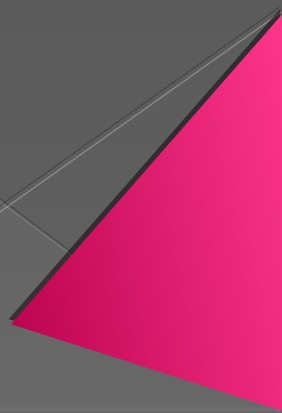
nerwowość, impulsywność, agresywność

- ⊙ sprawdź sterydy

niepokój psychoruchowy

- ⊙ sprawdź kokainę

Charakterystyka narkotyków narkotyki „stare”



Kokaina

- ◉ W Ameryce Południowej Indianie żuli liście krzewu *Erythroxylon coca* w celu zwiększenia wydolności fizycznej, zmniejszenia głodu i podniesienia nastroju. W 1860 r. wyizolowano z liści tej rośliny **alkaloid i nazwano kokainą**. W 1884 r. użyto po raz pierwszy kokainy jako środka znieczulającego miejscowo. Przełom XIX i XX wieku przyniósł rozwój narkomanii kokainowej.
- ◉ Kokaina ma działanie pobudzające – wprowadzającym układ nerwowy w stan nadaktywności.
- ◉ Podana miejscowo wykazuje właściwości znieczulające. I tu kiedyś znalazła zastosowanie w opiece medycznej.

Działanie fizjologiczne kokainy

- ◉ opóźnia objawy zmęczenia,
- ◉ zmniejsza potrzebę odżywiania się i snu
- ◉ zaburza pracę serca (na początku następuje zwolnienie, a następnie przyspieszenie akcji serca)
- ◉ silnie rozszerza źrenice
- ◉ doprowadza do pobudzenia psychoruchowego
- ◉ powoduje wzrost ciśnienia krwi i przyspieszenie oddechu
- ◉ większe dawki mogą spowodować drżenie mięśniowe i wzrost temperatury ciała
- ◉ po jednorazowo przyjętej dawce euforia trwa do 30 minut, rzadko dłużej

Pozornie „pozytywne” efekty działania

- ⦿ silna euforia
- ⦿ intensywne poczucie mocy wewnętrznej (siły fizycznej i umysłowej)
- ⦿ pobudzenie ruchowe i podniecenie seksualne
- ⦿ poczucie wyższości, odsunięcie poczucia lęku
- ⦿ czas reakcji psychicznej ulega skróceniu – przyspieszeniu ulegają procesy myślowe
- ⦿ zanik zdolności odczuwania przykrych wrażeń

Negatywne efekty działania

- ⦿ brak krytycyzmu co do własnych możliwości i zachowań
- ⦿ niepokój i napięcie
- ⦿ bezsenność
- ⦿ załamanie nerwowe
- ⦿ urojenia o nieprzyjemnej treści

Formy występowania i sposoby przyjmowania

- ◉ Kokaina występuje zasadniczo jako krystaliczny biały proszek.
- ◉ Przyjmowana jest zazwyczaj wziewnie do nosa, gdzie jest wchłaniana przez śluzówkę i niemal natychmiast wywołuje wpływ na ośrodki przyjemności w mózgu (po pewnym czasie dochodzi do uszkodzenia przegrody nosa i martwicy).
- ◉ Bywa też wcierana w dziąsła lub w środek małżowiny usznej.
- ◉ Podawana doustnie działa znacznie słabiej, jednocześnie znieczulając błonę śluzową żołądka i znosząc w ten sposób uczucie głodu.
- ◉ Stosowana na błonę śluzową języka powoduje porażenie zakończeń smakowych.

Uzależnienie od kokainy

- ◉ Uzależnienie psychiczne

Zależność taka powstaje bardzo szybko z uwagi na atrakcyjne przeżycia towarzyszące działaniu kokainy na psychikę człowieka i złe samopoczucie po tym, gdy narkotyk przestaje działać.

- ◉ Uzależnienie fizyczne

Brak dowodów na powstawanie takiej zależności wprost. Jednak objawy abstynencyjne związane z wyczerpaniem i depresją sprzyjają wytworzeniu się cyklu nałogowego.

Nie zauważono powstawania i rozwoju zjawiska tolerancji w wyniku używania kokainy. Wielu jej użytkowników zwiększa dawki i częstotliwość ich zażywania aby nasilić doznania euforyczne i przedłużyć czas ich trwania.

Nazwy slangowe

- ◉ kokaina: koka, koks, gram, porcja, śnieg, charlie, biała dama, witamina

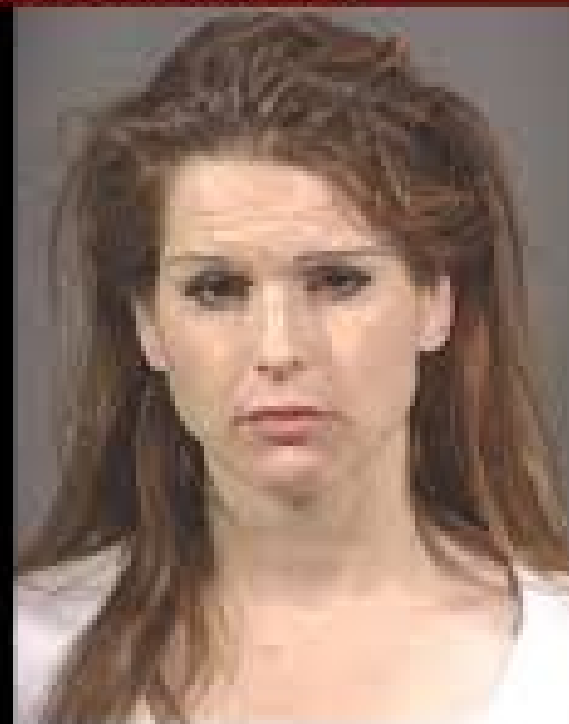
Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

- ◉ Silne wyniszczenie organizmu – spowodowane brakiem łaknienia, snu.
- ◉ Psychoza pokokainowa – postępowanie może stać się z czasem irracjonalne i dziwaczne; poczucie prześladowania i inwigilowania będzie wykazywać bardzo wiele cech charakterystycznych dla psychozy.
- ◉ Zaburzenia i zmiany w osobowości, w tym zanik uczuć wyższych, przygnębienie z możliwością prób samobójczych.
- ◉ Przedawkowanie – objawy ostrego zatrucia występują w ciągu kilkunastu minut od przyjęcia zbyt dużej dawki kokainy. Charakteryzują się one silnym lękiem połączonym z urojeniami i zaburzeniami świadomości oraz wybitnie nasilonym pobudzeniem ruchowym (od miotania się do konwulsji).

Amfetaminy

- ◉ To cała grupa środków psychostymulujących pochodnych fenylopropylanu.
- ◉ powodują długotrwałe pobudzenie (kokaina-krótkotrwałe)
- ◉ W ciągu ostatnich stu lat były one wykorzystywane w różnorodny sposób: od zastosowań leczniczych w medycynie, poprzez stosowanie ich jako środki odchudzające przez osoby otyłe; były również powszechne wśród sportowców jako tzw. koks
- ◉ **Metamfetamina** pod względem chemicznym jest podobna do amfetaminy; różni się od niej tylko obecnością grupy N-metylowej. Jej pobudzające działanie na ośrodkowy układ nerwowy jest słabsze niż amfetaminy, a efekty euforyzujące są podobne do kokainy, ale utrzymują się dłużej.

Wiek – 20 lat –
twarz po 6 miesiącach zażywania amfetaminy



Zmiany: wyraźna utrata wagi ciała, pierwsze zmiany skórne,
napięcie skórne czoła, niechlujny wygląd

Amfetamina – działanie fizjologiczne

- ◉ silne pobudzenie psychomotoryczne
- ◉ brak łaknienia
- ◉ rozszerzenie źrenic
- ◉ przyspieszona akcja serca i szybki oddech
- ◉ podwyższone ciśnienie krwi i zwiększone wydalenie moczu
- ◉ jadłowstręt
- ◉ suchość w ustach
- ◉ uszkodzenia szkliwa zębów (siarczan amfetaminy może zamieniać obecny w szkliwie zębów fosforan wapnia w siarczan wapnia, który jest lepiej rozpuszczalny w wodzie – powstałych w ten sposób mikroubytków nie zauważa większość dentystów)

Amfetamina – długość działania

- ⦿ W zależności od spożytej dawki pobudzenie trwa 2–3 godziny, a nawet dłużej

Amfetamina –pozornie pozytywne efekty

- ⦿ zwiększenie wydolności psychomotorycznej
- ⦿ polepszona koncentracja i możliwość maksymalnego skupienia uwagi (np. w czasie nauki)
- ⦿ przyptyw energii i gotowości do działania
- ⦿ poczucie pewności i intensywne (subiektywne) poczucie mocy,
- ⦿ euforia
- ⦿ odsunięcie poczucia lęku

Amfetamina -negatywne efekty działania

- ⦿ drażliwość i agresywność
- ⦿ formikacje (wrażenie obecności insektów na skórze)
- ⦿ przymglona świadomość

Formy występowania i sposoby przyjmowania

- Amfetamina i metamfetamina przyjmowane są drogą pokarmową, dożylnie, palone, wdychane przez nos. Zależnie od drogi przyjęcia ich działanie wykazuje pewne różnice.
- występuje w sprzedaży „ulicznej” w postaci bezwonnego proszku o gorzko-cierpkim smaku, w kolorze od białego do ceglastego (w zależności od zanieczyszczeń oraz użytych w produkcji składników).

uzależnienie

- ◉ Uzależnienie psychiczne

Podobne do kokainowego. Wywołuje ją euforyczny przebieg działania specyfiku, wzmacniany przez przykre dolegliwości związane z jego odstawieniem (złe samopoczucie, spowolnienie psychiczne, uczucie zmęczenia i apatii), które obserwuje się już po 12 godzinach od ostatniego zażycia amfetaminy.

- ◉ Uzależnienie fizyczne

Symptomy znikome. Jedynie przedłużony czas snu po tzw. ciągu amfetaminowym, nawet do kilku dni, jest przez niektórych specjalistów klasyfikowany jako objaw uzależnienia fizycznego. Objawy abstynencyjne to uczucie przygnębienia, zmęczenia i apatii, wewnętrzny niepokój, senność, bóle głowy, obniżenie napięcia mięśniowego, wzmożone łaknienie i myśli samobójcze (!).

Zewnętrzne oznaki używania amfetamin:

- ◉ nerwowość, drażliwość;
- ◉ rozszerzone źrenice, w nikłym stopniu reagujące na światło;
- ◉ kłopoty ze snem;
- ◉ wahania nastroju od euforii do depresji;
- ◉ nadmierne poczucie pewności lub nieuzasadniony strach;
- ◉ znaczne ubytki wagi ciała (przy długotrwałym używaniu).

Nazwy slangowe

- amfa, proszek, spid (speed), proch, feta, setka, witamina A, ścierwo, paździoch, węgorz, persil, siupa, szmata, pronto, zeżryś, białe, białe szaleństwo, wacław biały

Barbiturany – środki nasenne

- Substancja aktywna: pochodne kwasu barbiturowego (1863). Od tego czasu przeprowadzono z kwasu barbiturowego syntezę około 2.500 barbituranów, z których prawie 50 było wykorzystywanych w celach klinicznych i produkowanych przez zakłady farmaceutyczne na bardzo dużą skalę. Niektóre środki z tej grupy: Cyclobarbitol, **Luminal**.
- Zastosowanie w medycynie - Barbiturany to leki stosowane przy bezsenności i padaczce. Medycyna sięga jednak po nie coraz rzadziej, właśnie ze względu na niebezpieczeństwo uzależnienia.
- Środki te wykazują bardzo silne działanie depresyjne – tłumienie aktywności ośrodkowego układu nerwowego.

działanie

- Małe dawki - przyjemne stany relaksacji, podobne do sennego marzenia
- Większe dawki
 - przyćmienie świadomości
 - pogorszenia zdolności dokonywania oceny
 - silna senność
 - zlewanie się mowy
 - utrąty koordynacji ruchów
 - czasami mogą spowodować reakcje paradoksalne i prowadzić do krótkotrwałego pobudzenia
- Szczególnie silne działanie w połączeniu z alkoholem i w ten sposób są bardzo często nadużywane. Z uwagi na depresyjny wpływ na ośrodek oddechowy i długi czas wydalania z organizmu – barbiturany są szczególnie groźne w przypadku ich przedawkowania

Właściwości uzależniające

- ⦿ Używanie barbituranów prowadzi do powstania zależności psychicznej i bardzo **silnej zależności fizycznej**.
- ⦿ Powodują wzrost tolerancji organizmu.

Zewnętrzne oznaki używania

- ◉ zmniejszenie aktywności życiowej
- ◉ senność
- ◉ bełkotliwa mowa
- ◉ wygląd jak po spożyciu alkoholu
- ◉ wymioty

Nazwy slangowe

- ◉ dorota, dorotka, efka, erki, pestki, piguły, rolki, ziomki

Benzodiazepiny

- Syntezę benzodiazepin przeprowadzono po raz pierwszy w roku 1950, następnie zsyntetyzowano całą grupę tego typu leków uspokajających.
- Obecnie dla celów medycznych wykorzystuje się na świecie około kilkunastu rodzajów benzodiazepin, których podstawową właściwością jest działanie **przeciwłękowe** i **uspokajające**, co doprowadza do stanu zubożenia na przykre doznania. Niektóre środki z tej grupy: Relanium, Oxazepam, Nitrazepam. Leki zawierające benzodiazepiny są prawdopodobnie najczęściej zapisywanymi środkami psychoaktywnymi przez lekarzy na całym świecie

Działanie fizjologiczne

- Benzodiazepiny (np. Relanium) charakteryzuje działanie uspokajające, przeciwlękowe, nasenne i przeciwdrgawkowe.
- Efekty wywoływane przez środki z grupy benzodiazepin są podobne do tych, które wywołują barbiturany, mimo że mechanizm ich działania jest zupełnie inny – bardziej przypominający ten, w jaki sposób działają na system nerwowy opiaty – wiążą się ze specyficznymi receptorami w układzie nerwowym człowieka

Właściwości uzależniające

- Generalnie uważa się, że środki z grupy benzodiazepin są o wiele bezpieczniejsze niż barbiturany. A jednak i one wywołują, oprócz uzależnienia psychicznego, powstanie zależności fizycznej i rozwój tolerancji.
- Zespół abstynencyjny, wywołany odstawieniem benzodiazepin ma zdecydowanie łagodniejszy przebieg niż w przypadku barbituranów

Zewnętrzne oznaki używania

- ◉ zmniejszenie aktywności życiowej
- ◉ senność
- ◉ bełkotliwa mowa

Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

- ◉ Śmierć z powodu przypadkowego przedawkowania benzodiazepin należy do rzadkości (do zatrzymania oddechu i akcji serca może dojść po szybkim przyjęciu środka – na przykład drogą dożylną iniekcji).
- ◉ Również tutaj ryzyko przedawkowania zwiększa się, jeżeli benzodiazepiny przyjmowane są z innymi środkami

Ecstasy (MDMA)

- ◉ Syntetyczny analog amfetaminy i meskaliny – z jednej strony stymuluje układ nerwowy (podobnie jak amfetamina), z drugiej posiada właściwości psychodeliczne (podobnie jak meskalina).
- ◉ Zastosowanie w medycynie - Pierwsze legalne zastosowanie MDMA miało polegać na farmakologicznym hamowaniu apetytu – nigdy jednak w tym znaczeniu nie znalazło się na rynku. W latach 70-tych wykorzystywane w leczeniu zaburzeń psychicznych i emocjonalnych. Dość szybko wycofane.

Działanie fizjologiczne

- ⦿ pobudzenie i brak łaknienia
- ⦿ wzrost temperatury ciała
- ⦿ wzmożenie odruchów
- ⦿ rozszerzenie źrenic
- ⦿ kołatanie serca
- ⦿ nagłe wzrosty ciśnienia i uderzenia krwi do głowy
- ⦿ szczękościsk
- ⦿ nudności i wymioty
- ⦿ odwodnienie

Pozornie „pozytywne” efekty działania

- ⦿ euforia
- ⦿ uczucie przyływu energii
- ⦿ pobudzenie seksualne
- ⦿ uczucie silnej więzi z otoczeniem
- ⦿ uczucie empatii w stosunku do innych
- ⦿ intensyfikacja przeżyć emocjonalnych
- ⦿ zaostrenie percepcji otoczenia

Negatywne efekty działania

- ⦿ napięcie emocjonalne
- ⦿ depersonalizacja
- ⦿ niepokój mogący przerodzić się w panikę
- ⦿ nadwrażliwość na bodźce z zewnątrz
- ⦿ poczucie utraty kontroli
- ⦿ nieprzyjemne halucynacje i depresja

Formy występowania i sposoby przyjmowania

- ◉ Dawka ekstazy, wynosząca zazwyczaj od 75 do 200 mg i zażywana doustnie – zaczyna działać **po ok. 40 minutach**. Po następnych 30 minutach następuje nasilenie działania. Działanie ustępuje po kilku godzinach (4-6) od momentu zażycia.
- ◉ Najczęściej spotykanymi postaciami nielegalnej sprzedaży ekstazy są tabletki i kapsułki. Różnych kolorów i kształtów tabletki wyróżniają się wytłoczonymi wizerunkami i znakami (np. ptak, kot, sierp i młot, itp.) lub napisami. Mogą one zawierać również pewne ilości innych narkotyków, najczęściej amfetaminy.

ekstasy



Nazwy slangowe

- ◉ eska, bleśta, piguła, drops
- ◉ nazwy własne tabletek, np. UFO, Adam, Eva, Love, Superman, Batman, Aligator, Mitsubishi, Vogel, Snowball, Drops, Herz, Sonne, VW

Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

- Na skutek przedawkowania środka lub szczególnej nadwrażliwości na jego działanie może pojawić się tzw. złośliwy zespół neuroleptyczny (spadek ciśnienia krwi, gwałtowny wzrost temperatury ciała, drgawki i śpiączka) **prowadzący do śmierci**.
- Szczególnie niebezpieczne jest przyjmowanie MDMA przez osoby cierpiące na choroby układu krążenia. Środek ten powoduje migotanie komór serca nawet u osób zdrowych.
- Szczękościsk i zgrzytanie zębami może powodować kruszenie zębów.
- Podobnie jak w przypadku stosowania innych środków z grupy amfetamin może dochodzić ciężkich stanów depresyjnych, urojeń i psychoz, które środek ten może ujawnić i wzmocnić, lub będą one bezpośrednim następstwem jego stosowania.
- Podniecenie seksualne połączone jednocześnie z odrzuceniem zahamowań w sferze seksualnej może prowadzić do negatywnych konsekwencji.
- Istnieją przesłanki co do tego, że może powodować zmiany degeneracyjne niektórych neuronów w mózgu.

LSD

- LSD to środek z grupy halucynogenów, związek kwasu lizergowego, powszechnie znany jako „kwas”, powodujący omamy wzrokowe, słuchowe i dotykowe. LSD jest jednym z najtańszych i najszerzej dostępnych narkotyków. Praktycznie całkowicie wyparło ono inne psychodeliki. Od ponad dwudziestu lat jest to najpopularniejszy środek halucynogeny. Substancją aktywną w LSD jest dietyloamid kwasu lizergowego (LSD-25).

LSD – jak znaczki



Długość działania

- Efekty zależą od ilości użytego LSD i osiągają szczyt od jednej do trzech godzin po zażyciu środka. Halucynacje mogą trwać od 8 do 12 godzin.

Odczucia subiektywne

- Osoba pod wpływem LSD jest bardzo podatna na każdy rodzaj sugestii. Zarówno rodzaj halucynacji, jak i ich treść są uzależnione od nastawienia osoby zażywającej środek i od atmosfery, w której dochodzi do jego użycia.

Formy występowania i sposoby przyjmowania

- ⊙ Najczęstszą formą tego psychodeliku są będące w nielegalnej dystrybucji **kolorowe papierowe znaczki przedstawiające różne symbole graficzne – nasączone roztworem LSD.**
- ⊙ Stosowane są one doustnie (ssanie lub włożenie pod język).
- ⊙ LSD ma niezwykle niską dawkę efektywną: każdy znaczek zawiera ok. 300 mikrogramów LSD (w Polsce czasem 100 mikrogramów z dodatkiem amfetaminy dla wzmocnienia efektu).
- ⊙ Prędkość działania LSD jest zależna od sposobu przyjęcia środka. I tak, brany doustnie (droga pokarmowa) przynosi efekty dopiero po ponad 40 minutach, u osób szczególnie wrażliwych – wcześniej, nawet po 15.

Właściwości uzależniające

- ◉ Uzależnienie psychiczne - występuje raczej rzadko – tylko wyjątkowo prowadzi do nieodpartej chęci ponownego przyjęcia.
- ◉ Uzależnienie fizyczne - brak możliwości fizycznego uzależnienia – niezależnie od częstotliwości przyjmowania, organizm nie włącza LSD do metabolizmu. Nie zaobserwowano, oprócz uczucia ospałości i czasem przygnębienia, żadnych objawów abstynencji po odstawieniu LSD.

Zewnętrzne oznaki używania

- ⊙ rozszerzone źrenice i słaba ich reakcja na światło
- ⊙ dziwne, nieracjonalne wypowiedzi
- ⊙ wesołkowatość i bełkotliwa mowa
- ⊙ brak koordynacji ruchowej i widoczne zaburzenie orientacji przestrzennej

Nazwy slangowe

- ◉ Nazwy slangowe
- ◉ kwas, kwach, kwasik, papierek, kryształek, kamyczek, trip, ejśid, tejbs, listek
- ◉ nazwy własne bibułek z kolorowym nadrukiem, np. Asterix

Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

- ◉ Mimo, że zazwyczaj osoba odurzona LSD zdaje sobie sprawę z tego, że jest pod wpływem halucynacji – niebezpieczeństwo dla życia i zdrowia może wynikać z nieracjonalnego zachowania się: błędnej oceny odległości, czasu i własnych możliwości.
- ◉ Ciągłe zażywanie LSD powoduje uszkodzenia mózgu oraz zmiany chromosomalne.
- ◉ W przypadku używania LSD, u niektórych osób może dojść do wyzwalania się stanów psychiatrycznych (indukcja schorzeń psychiatrycznych) i pojawienia się tendencji samobójczych.
- ◉ Flashback – możliwość ponownego, chwilowego wystąpienia wrażeń i halucynacji doznanych podczas odurzenia mająca miejsce w pewnym odstępie czasowym od momentu odurzenia (nawet po kilku tygodniach czy miesiącach).

Marihuana i haszysz

- ◉ wyrabiane są z konopi indyjskich (*Cannabis sativa* L.), rosnących w południowo-wschodniej Azji, w rejonie Morza Śródziemnego, w Ameryce Środkowej i Południowej. Można je również hodować w klimacie umiarkowanym. Zawierają kilkadziesiąt aktywnych biologicznie substancji, z których najważniejszymi są tetrahydrokanabiole (THC).
- ◉ Są to najbardziej rozpowszechnione, a tym samym najczęściej używane narkotyki w Polsce i na świecie. W niektórych krajach preparaty konopi są legalizowane i dopuszczane do oficjalnego obrotu. Przykładem jest ustawodawstwo holenderskie. Powodem łagodnego podejścia do tych środków jest przekonanie o relatywnie niskich szkodach zdrowotnych i społecznych związanych z ich używaniem.

Marihuana



Susz spreparowany do palenia



Grudki haszyszu



Akcesoria: lufka i foliowa
torebka nazywana samarą



Skreć z marihuany



Zastosowanie w medycynie

- Współcześnie potwierdzono przede wszystkim działanie THC powodujące obniżenie ciśnienia śródgałkowego, działanie przeciwwymiotne i przeciwdrgawkowe. W niektórych krajach marihuana jest przepisywana osobom terminalnie chorym.

Działanie fizjologiczne

- ⦿ W zależności od warunków konopie mogą działać jako środek pobudzający, uspokajający, znieczulający lub lekko halucynogeny.

Wpływ na organizm

- ◉ wzrost ciśnienia krwi i przyśpieszone tętno
- ◉ wysuszenie śluzówek jamy ustnej, czasami ataki kaszlu
- ◉ przekrwienie gałek ocznych, spojówek, niekiedy obrzęk powiek
- ◉ pocenie się
- ◉ zwiększenie apetytu
- ◉ bóle i zawroty głowy
- ◉ zaburzenia koordynacji ruchowej, uwagi i możliwości uczenia się
- ◉ zaburzenia pamięci
- ◉ ogólnie gorszą sprawność psychofizyczna (wzrost urazowości)

Długość działania 1–3 godzin

Odczucia subiektywne

- Odczucia subiektywne - Doznania wynikłe z przyjęcia THC zależą od cech osobowości danego człowieka, wielkości dawki, drogi przyjęcia, stanu emocjonalnego w momencie przyjęcia, obecności innych ludzi oraz od współdziałania tej substancji z innymi (np. z alkoholem). Przetwory konopi indyjskich używa się najczęściej w celu intensyfikowania przyjemności. Wywołują uczucie euforii.

Formy występowania

- ◉ Marihuana – susz z kwiatostanu i liści konopi (0,5–5% THC)
- ◉ Haszysz – żywica krzewu konopi (2–19% THC)
- ◉ Olej haszyszowy – żywica konopi rozpuszczana np. eterem (10–30% THC)
- ◉ W wyniku prowadzenia genetycznych modyfikacji opracowano nowe odmiany konopi. Preparowana z nich marihuana (tzw. skun) może zawierać nawet do 15% THC.
- ◉ Najczęściej stosowaną formą przyjmowania preparatów konopi jest ich palenie („skręty”, fifki, fajki itp.).

Właściwości uzależniające

Uzależnienie psychiczne - może występować po pewnym czasie używania.

Uzależnienie fizyczne - nie występuje.

Nazwy slangowe

- marihuana: dżoint, skręt, blant, ziele, zielsko, zioło, grass, marycha, trawa, huana, hasz, marycha, maryśka, skun, gandzia, samosieja, afgan, kolumbijka
- haszysz: hasz, grudka, gruda, czekoladka, afgan, kloc, plastelina, kostka

Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

- Zespół **amotywacyjny** – stan związany z regularnym i długotrwałym przyjmowaniem konopi charakteryzujący się zmniejszoną energią, zmniejszoną dążnością do osiągnięć, apatią, skróconym czasem skupienia uwagi, nieadekwatną oceną sytuacji, a przede wszystkim z upośledzoną zdolnością do komunikowania się z innymi.

Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

- Eskalacja używania innych (nielegalnych) środków odurzających, co może mieć także związek z otwarciem dostępu do innych, bardziej wyniszczających narkotyków (np. w ramach „oferty” dealera sprzedającego marihuanę).
- U niektórych osób może dojść po dłuższym czasie systematycznego używania THC **do indukcji schorzeń psychiatrycznych**.
- Podczas palenia preparatów konopii jego aktywne składniki docierają łatwo i szybko przez drogi ddechowe do krwiobiegu, a następnie z krwią do mózgu.
- Dym działa szkodliwie na cały układ oddechowy.
- W wyniku nadużywania konopi może dojść do osłabienia zdolności przyswajania nowych informacji, osłabienia pamięci
- Śmiertelne przedawkowanie THC jest praktycznie niemożliwe.

Sterydy anaboliczne

- Główny powód zażywania sterydów - chęć zwiększenia siły, kondycji i poprawienia wyglądu poprzez przyrost masy mięśniowej.

Sposoby przyjmowania

- Sterydy anaboliczne przyjmowane są doustnie w postaci tabletek, kapsułek, koktajli lub w postaci iniekcji (zastrzyków).

Zewnętrzne oznaki używania

- ◉ poprawa nastroju
- ◉ przyptyw energii
- ◉ poczucie siły i kondycji
- ◉ nerwowość, impulsywność, agresywność
- ◉ zmiany skórne (plamy, zaczerwienienia)
- ◉ obrzęk twarzy, przerost żuchwy
- ◉ zaburzenia równowagi hormonalnej

Na co należy zwrócić uwagę?

- ◉ szybki przyrost masy mięśniowej, nieproporcjonalny do czasu poświęcanego ćwiczeniom na siłowni

Nazwy slangowe

- ◉ koks, deka, wino, metka, mietek, omka, omen, prima, teściu

Szczególne zagrożenia i niebezpieczeństwa

Długotrwałe przyjmowanie sterydów anabolicznych może prowadzić do:

- ⊙ ciężkich uszkodzeń narządów wewnętrznych (wątroby, nerek, serca)
- ⊙ osłabienia popędu płciowego
- ⊙ uszkodzenia chromosomów
- ⊙ zaburzeń psychicznych o różnym nasileniu: rozdrażnienie, nerwowość, agresję, lęk, panikę, urojenia prześladowcze, depresję z myślami samobójczymi.

Środki wziewne

- Zwyczaj wdychania rozpuszczalników organicznych stosowanych do rozpuszczania kauczuku, farb, lakierów, klejów, tworzyw sztucznych, itp. rozpowszechnił się pod koniec lat sześćdziesiątych w Stanach Zjednoczonych, głównie wśród dzieci i młodzieży z biednych środowisk miejskich. W Polsce, tak jak i w innych krajach, po ten rodzaj narkotyków najczęściej sięgają dzieci i młodzież.

Łatwa dostępność

Wynika z:

- ◉ legalności
- ◉ cena ich jest relatywnie niska w stosunku do innych substancji odurzających
- ◉ Wiele produktów, w które zaopatrzone jest każde gospodarstwo domowe zawiera rozpuszczalniki mogące służyć jako środki odurzające.

Substancje aktywne

Wachlarz stosowanych substancji jest bardzo szeroki – od benzyny i gazu turystycznego, poprzez kleje i rozpuszczalniki, farby i lakiery, do dezodorantów i środków piorących. W produktach tych występują związki chemiczne takie, jak octany alifatyczne, toluen, benzen, ksylen, aceton, cykloheksan, tetrachlorek węgla, trichloroetylen, acetan amylu, chlorek metylenu i wiele innych.

Działanie fizjologiczne

- ◉ Substancje chemiczne już po kilku głębokich wdechach (w ciągu kilkunastu sekund) przedostają się do układu krwionośnego, a następnie powodują **gwałtowne uczucie euforii**.
- ◉ Większość ze stosowanych w ten sposób środków powoduje zaburzenia świadomości, które charakteryzują się:
 - euforią z tendencją do fantazjowania
 - omami i halucynacjami
 - zamglonym widzeniem
 - dzwonieniem w uszach i nadwrażliwością na światło
- ◉ Oprócz wyżej wymienionych nieco później występują takie objawy, jak:
 - bóle głowy
 - niezborność ruchowa i spowolnienie
 - zamazanie mowy

Formy występowania i sposoby przyjmowania

- Substancje te przeważnie są w postaci płynnej, a stosowanie ich przyjmuje najróżnorodniejsze formy. Często są one wylewane na szmatkę, chusteczkę i przykładane do nosa, a następnie wdychane. Mogą być również wdychane przez usta, co ponoć jest „wydajniejsze”. Najpopularniejszym sposobem przyjmowania wziewnych substancji odurzających jest wdychanie oparów z worka foliowego, tak aby obejmował on nos i usta lub po założeniu go na głowę.

Właściwości uzależniające

- ◉ Wysokie ryzyko uzależnienia psychicznego
- ◉ Możliwe uzależnienie fizyczne, którego wyrazem są objawy zespołu abstynencyjnego - pobudzenie, drażliwość, zaburzenia snu i utarta łaknienia – to. Objawy te szczególnie dotyczą długotrwałego nadużywania toluenu.

Zewnętrzne oznaki używania

- ◉ wyraźny zapach rozpuszczalników
- ◉ mowa bełkotliwa
- ◉ zapalenie spojówek
- ◉ nieporadność ruchowa
- ◉ gadatliwość
- ◉ nadwrażliwość na światło
- ◉ katar lub krwawienie z nosa
- ◉ kichanie i kaszel
- ◉ ożywienie i podniecenie
- ◉ U osób, które inhalują środki wziewne regularnie i przez dłuższy czas mogą w okolicach nosa i ust występować krosty i wrzody, na wargach – pęknięcia.

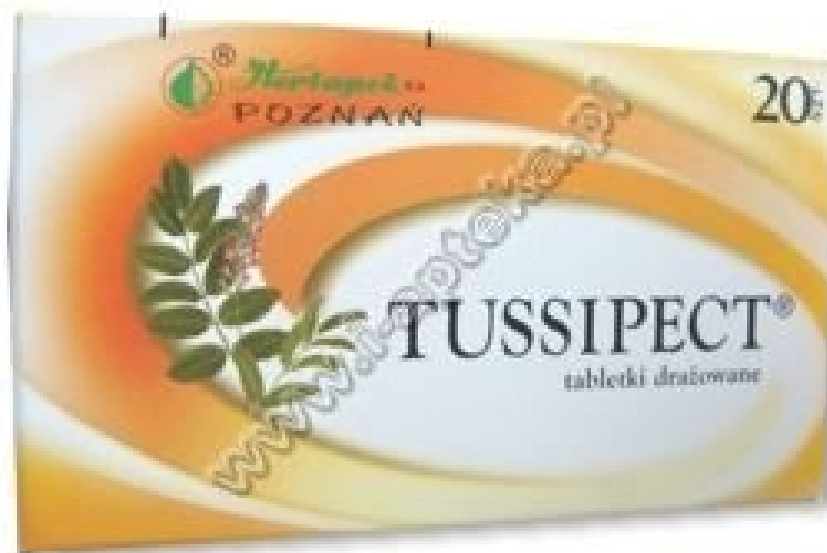
Konsekwencje zdrowotne

- Przewlekłe stosowanie wziewnych substancji odurzających, w zależności od rodzaju związku chemicznego, intensywności wdechania, częstości i czasu inhalacji doprowadzić może do wielu **schorzeń i poważnych uszkodzeń wątroby i nerek**.
- Niektóre z tych środków uszkadzając szpik kostny zaburzają wytwarzanie komórek krwi co prowadzi **do anemii**, nierzadko nieodwracalnej.
- Szczególnie narażonym, przy długotrwałym używaniu substancji lotnych, narządem jest mózg. **Często w takich przypadkach dochodzi do tzw. zespołu organicznego**, charakteryzującego się zaburzeniami pamięci i intelektu. Nierzadko osoby stale używające tych środków mają zaburzenia koordynacji ruchowej

- ◉ Stosowanie wielu lotnych substancji odurzających bez wątpienia może prowadzić do **zgonu**.
- ◉ Butan – gaz do zapalniczek – powodując silne opuchnięcie gardła niesie niebezpieczeństwo uduszenia. Tak dochodzi do ponad połowy zgonów wywołanych używaniem lotnych substancji odurzających.
- ◉ Zaburzenia rytmu pracy serca aż do całkowitego zatrzymania to ryzyko stosowania aerozoli
- ◉ Do śmierci może również dojść na skutek urazów będących następstwem niebezpiecznych zachowań. Znane są przypadki spalenia (w związku z równoczesnym paleniem papierosów), uduszenia (gdy dochodzi do utraty przytomności podczas wdychania z torebki nałożonej na twarz) czy wreszcie wypadków w ruchu ulicznym (w wyniku nie dających się przewidzieć zmian w zachowaniu).

Efedryna

- **Efedryna** to substancja zwiększająca zdolność do wysiłku fizycznego przez pobudzenie organizmu, **stosowana** przez sportowców. Wchodzi w skład preparatów na odchudzanie oraz leków stosowanych w chorobach układu oddechowego.



EPHEDRINUM HYDROCHLORICUM

Ephedriini hydrochloridum
roztwór do wstrzykiwań
podskórnych lub domięśniowych 25 mg/ml

10 ampulek 1 ml



Warszawskie Zakłady Farmaceutyczne Pofa
ul. Karłowicza 20/24
00-203 Warszawa

Polska



CZYM SĄ DOPALACZE?

- ◉ DOPALACZ – potoczne określenie dla grupy różnych substancji lub ich mieszanek, o działaniu psychoaktywnym, pochodzenia naturalnego lub syntetycznego, nie znajdujących się w wykazie substancji kontrolowanych przepisami Ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii.

Dopalacze jako substancje stymulujące, psychodeliczne i halucynogenne rozróżniono na:

- Tzw. LEGAL HIGHS, czyli produkty o działaniu stymulującym, reklamowane jako legalna alternatywa dla ecstasy. Produkty z tej grupy najczęściej zawierają BZP (benzylpiperazynę), która jest substancją o działaniu zbliżonym do amfetaminy, choć słabszym (posiada ok. 10% jej potencjału).

- Tzw. HERBAL HIGHS, stanowią substancje pochodzenia naturalnego, roślinnego. Oferowana jest tutaj cała gama substancji opartych na egzotycznych roślinach oraz mieszankach ziół o działaniu psychoaktywnym. Jak: szatwia wieszcza, kratom, czy powój hawajski.

- DOPALACZE są sprzedawane w kolorowych opakowaniach, a strony internetowe je oferujące są atrakcyjne szczególnie dla młodych odbiorców.

Internetowi sprzedawcy dopalaczy rozszerzyli swą działalność zakładając sklepy stacjonarne, pierwszy w Łodzi. Oferowane w nich produkty były sprzedawane jako wyroby kolekcjonerskie i nie istniały żadne prawne przesłanki ku ich zamknięciu.

Do końca 2008 r. w Polsce było już 40 sklepów z dopalaczami w największych miastach kraju.

Wyglądają niegroźnie,
atrakcyjnie...



DOPALACZ - „najnowszy trend”

Używanie narkotyków jest zjawiskiem złożonym i dynamicznym. Co jakiś czas mamy do czynienia z pojawianiem się nowych trendów na scenie narkotykowej i jednoczesnym zanikaniem innych wzorów zachowań. Mniej młodych ludzi eksperymentuje z substancjami nielegalnymi, z narkotykami tzw. starej szkoły, jak: amfetamina, heroina czy ecstasy. Dane te nie świadczą o spadku zainteresowania substancjami psychoaktywnymi ale pokazują, że obecnie „na czasie” są legalne substancje psychoaktywne - czyli dopalacze, które są dostępne w sprzedaży internetowej i nie tylko.

- Sklepy z dopalaczami rosną jak grzyby po deszczu. Niestety przyciągają również młodzież szkolną – osoby nieletnie. Często zlokalizowane są blisko szkół i uczelni, a otwarte do późnych godzin nocnych. Sklepy te oferują dowóz towaru do domu niczym dostawcy jedzenia na wynos.

Tworzy się nowa moda: nieletni chętniej sięgają po dopalacze niż po papierosy czy alkohol.

Dopalacze wypierają z czarnego rynku narkotyki: zmniejsza się obrót marihuaną i amfetaminą. Ponieważ dopalacze mają działanie zbliżone do narkotyków, ale są legalne i o wiele tańsze.









MITY I FAKTY

dotyczące dopalaczy

MITY

1. Dopalacze są bezpieczną alternatywą dla narkotyków.
2. Dopalacze są wyrobami kolekcjonerskimi.
3. Dopalacze są legalne w całej Europie.

FAKTY

1. Dopalacze mogą uzależniać podobnie jak narkotyki.
2. Na opakowaniach dopalaczy widnieją wyraźne ostrzeżenia: „*nie do spożycia przez ludzi*” lub „*w przypadku spożycia niezwłocznie udać się do lekarza*”. Doświadczenie pokazuje, że kupujący wykorzystują je do bezpośredniej konsumpcji.
3. Wielka Brytania, Holandia są liberalne względem dopalaczy ale Szwecja, Belgia, Irlandia postępują restrykcyjnie, lista substancji zakazanych obejmuje większość składników dopalaczy.

Skutki stosowania dopalaczy:

- ◉ Według lekarzy i specjalistów od uzależnień, dopalacze to środki, które działają podobnie do narkotyków. Powodują nieodwracalne zmiany w Centralnym Układzie Nerwowym.

- **BZP** – stymuluje Ośrodkowy Układ Nerwowy, powoduje bóle brzucha, nudności, wymioty, bóle głowy, kołatanie serca, brak apetytu, stany lękowe, bezsenność, dziwne myśli, zmiany nastroju, dezorientację, rozdrażnienie, drgawki.

- **JWH-018** wywołuje wzrost ciśnienia krwi, przekrwienie gałek ocznych, zaburzenia koordynacji ruchowej, zaburzenia uwagi, wysuszenie śluzówek, przyspieszone tętno, zawroty głowy, apatię, dekoncentrację, niemożność skupienia uwagi, lęki i urojenia oraz uaktywnienie chorób psychicznych.

- **MEFEDRON** działa stymulująco i wyzwala empatię, podnosi nastrój, wywołuje euforię, podniecenie, pobudzenie, zwiększa chęć rozmowy i otwartości oraz zmniejsza łaknienie. Powoduje halucynacje, kołatanie serca, podwyższone ciśnienie tętnicze krwi, zgrzytanie zębami, szczękocisk, oczopląs, podrażnienie śluzówek nosa, zwiększone pocenie się, uczucie fali zimna, ból i zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, drżenie rąk, nudności, drgawki i konwulsje, rozszerzenie źrenic, problemy z oddychaniem, silnie uzależnia. Wpływa na zaburzenia pamięci krótkotrwałej, gonitwę myśli, spadek koncentracji, rozdrażnienie, bezsenność, niepokój, huśtawkę nastrojów, stany depresyjne, halucynacje i omamy.

- ◎ **Szałwia Wieszczka** powoduje halucynacje, całkowity brak kontroli swojego zachowania i poważne trudności w poruszaniu się, poza tym dokuczliwy i uciążliwy ból głowy.

- **AGRYREIA NERVOSA** wywołuje nadwrażliwość na światło, halucynacje wzrokowe i słuchowe, uspokojenie bądź pobudzenie i euforię, bezsenność, osoba odczuwa silną potrzebę rozciągania czy masowania mięśni, a także wiercenia się, ma trudności w usiedzeniu na miejscu oraz doznaje wyjątkowo głębokich refleksji i przemyśleń, mogą wystąpić ostre stany psychotyczne, uporczywe myśli i działania samobójcze, a także nudności, wymioty, biegunki, skurcze i bóle brzucha, trudności z oddychaniem. Jej działanie nasila się po 2 godzinach od zażycia i trwa 4-14 godzin.

Przykłady działania dopalaczy nieobjętych kontrolą prawną:

- **Syntetyk TFMPP** stymuluje, wywołuje migreny, bóle głowy, utratę apetytu, bezsenność, wymioty, powoduje odwodnienie organizmu i przyspiesza tętno.
- **Naturalne Mieszanki ziołowe** działa lekko psychodelicznie, powoduje bóle głowy, bóle w klatce piersiowej, bezpośrednio po paleniu chwilowe problemy z oddychaniem, zmęczenie psychiczne i fizyczne, brak chęci do działania, problemy z koncentracją, stany lękowe, może stymulować lub uspokajać.

Możemy zapobiegać:

1. Znając efekty zażywania dopalaczy zaobserwuj, czy z Twoim dzieckiem nie dzieje się coś niepokojącego.
2. Jeśli nocuje poza domem narażone na wpływy rówieśników, zawsze sprawdzaj czy na pewno jest w podanym miejscu i czy osoba z którą się koleguje jest godna zaufania.
3. Rozmawiaj szczerze o zagrożeniach wynikających z zażywania używek i przestrzegaj o konsekwencjach. z
4. Staraj się spędzać ze swoim dzieckiem trochę czasu każdego dnia, to pozwoli zbudować więź, która miejmy nadzieję uchroni „maleństwo” przed błędami.
5. A przede wszystkim jeśli mimo to nakryjesz dziecko na paleniu, czy zauważysz jakieś niepokojące objawy w zachowaniu, nie załamuj się i nie zniechęcaj!!!

ONO I TAK CIĘ KOCHA NAWET JEŚLI SIĘ BUNTUJE!!!

W opracowaniu prezentacji
skorzystano z materiałów ze stron:

- ⦿ www.dopalaczeinfo.pl
- ⦿ www.narkomania.org.pl