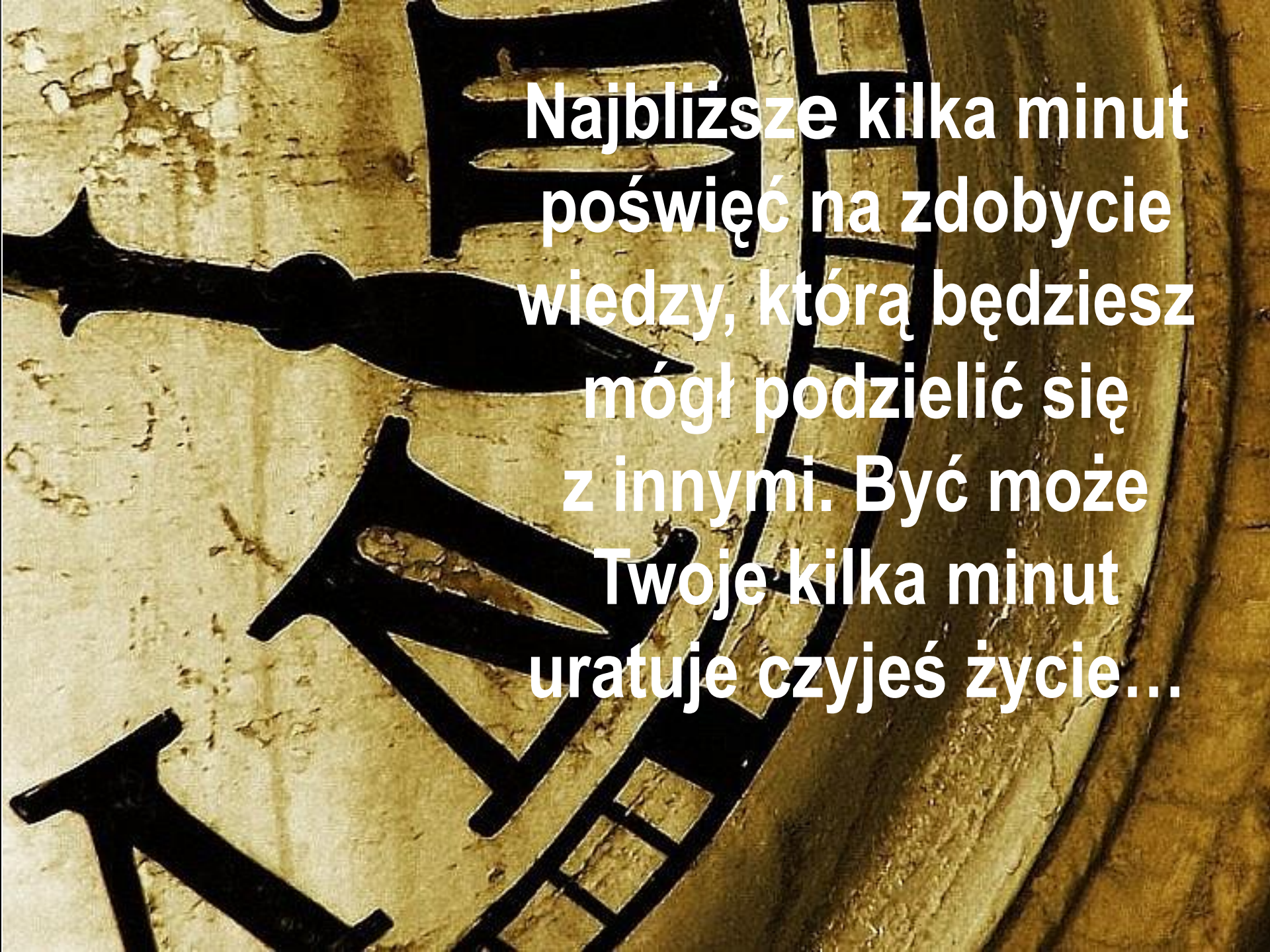


UZALEŻNIENIA W ŻYCIU CZŁOWIEKA



**Najbliższe kilka minut
poświęć na zdobycie
wiedzy, którą będziesz
mógł podzielić się
z innymi. Być może
Twoje kilka minut
urатуje czyjeś życie...**

„Uzależnienie jest chorobą, która polega na utracie kontroli nad własnym życiem, braniu narkotyków, dopalaczy, picciu, paleniu, mimo problemów, do jakich prowadzą te używki oraz na wzrastającej tolerancji organizmu. Oznacza to, że trzeba stosować coraz mocniejsze używki lub coraz większą ich dawkę. Uzależnienie zazwyczaj nie pojawia się wraz z pierwszą dawką, lecz rozwija się stopniowo.”



Uzależnienie:

- „kiedy ciągle chce się brać, pić lub palić i o niczym innym się nie myśli”
- „pojawia się, gdy mam w sobie taki przymus, nie chcę – ale muszę”
 - „kiedy pojawia się ból, bo nie wziąłem, nie piłem, nie paliłem”



STOP UZALEŻNIENIOM

Rodzaje uzależnień:

- fizjologiczne (fizyczne) jest to nic innego jak bardzo silna potrzeba zażywania substancji, która, w opinii chorego, pomaga mu uśmierzyć wszelkiego rodzaju bóle i jest niezbędna do jego prawidłowego funkcjonowania. Nie ma możliwości odstawienia takiej substancji bądź zmniejszenia dawki zażywanej.
- psychiczne (psychologiczne) ma swoje biologiczne, mózgowie podłoże i jest tak samo realne i szkodliwe jak uzależnienie fizjologiczne, z tą różnicą, że nie prowadzi do zatrucia organizmu.

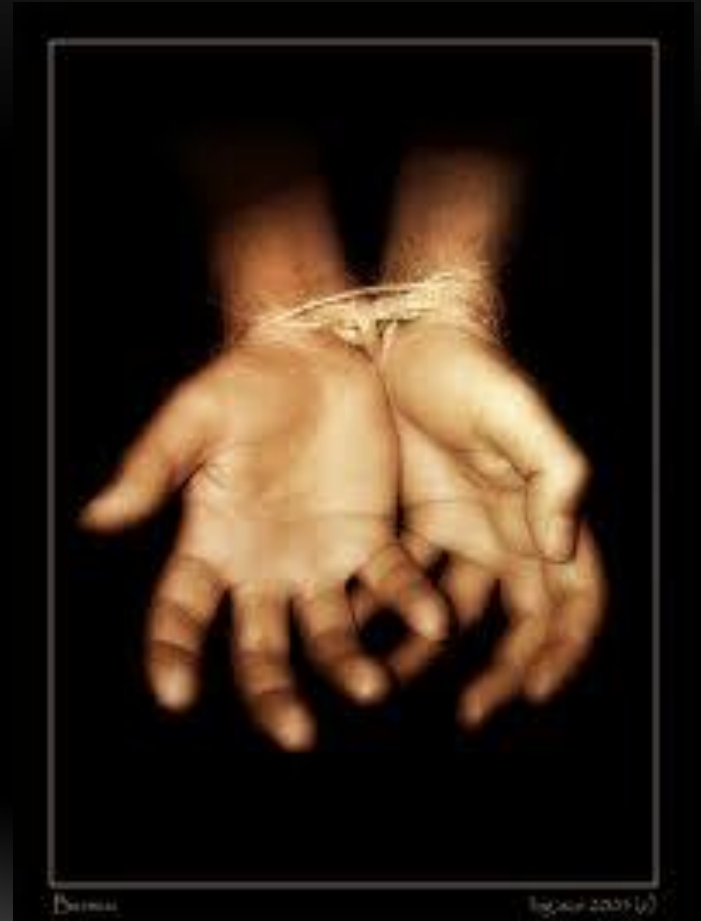
LISTA PODSTAWOWYCH SYGNAŁÓW OSTRZEGAWCZYCH

- zmiana przyjaciół
- pogorszenie wyników w nauce
- kłopoty z koncentracją
- ospałość lub pobudzenie
- wagary
- oszustwa
- kradzieże
- chroniczne zmęczenie
- nadmierne pobudzenie
- agresja
- zmiana nawyków żywieniowych
- zmiany w wyglądzie



UZALEŻNIONY NASTOLATEK

- unika bliskości i związków
- ma czarno – biały obraz świata
- jest nastawiony na szybką redukcję stresu
- łamie prawo
- ma problem z przestrzeganiem norm i zasad
- przeżywa skrajne emocje
- żyje w chaosie
- nie ma zainteresowań
- notorycznie kłamie



NARKOMANIA



Narkotykami nazywamy środki odurzające, substancje pochodzenia naturalnego lub syntetycznego działające na ośrodkowy układ nerwowy.



PODZIAŁ NARKOTYKÓW WEDŁUG ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI ZDROWIA

- **Opiaty, np. heroina, morfina**
 - **Psychosymulanty, np. amfetamina**
 - **Kokaina**
 - **Marihuana i haszysz**
 - **Halucynogeny np. DMT**
 - **Psychodeliki np. LSD-25**
 - **Środki lotne – kleje**
 - **Leki uspokajające i barbiturany**
-

Człowiek uzależnia się nie dlatego, że jest słaby lub silny, lecz w pierwszej kolejności, dlatego, że bierze narkotyki i podoba mu się ich działanie. Nie można też powiedzieć, że ludzie o silnej woli mogą brać środki odurzające i nic im się nie stanie. Każdy, kto zaczyna brać narkotyki powinien liczyć się z uzależnieniem.



Żaden z narkomanów nie zaczął brać, bo chciał się celowo i z premedytacją uzależnić. W mózgu osoby biorącej narkotyki po pewnym czasie następuje pewien „przeskok” (wzrasta tolerancja, organizm zaczyna się uodparniać), po którym nie da już się wrócić do poprzedniego stanu.



Marihuana, podobnie jak haszysz jest uzależniająca i chociaż uzależnia w nieco dłuższym czasie niż np. heroina, to jednak osobom, które ją palą trudno jest już po paru miesiącach zrezygnować z wypalenia skręta. Marihuana uzależnia psychicznie. Może powodować niepokój, rozkojarzenie, pogorszenie koncentracji, pamięci i obniżenie sprawności intelektualnej, a także zubożnienie i zniechęcenie do codziennych zajęć (syndrom motywacyjny).



Heroina to najbardziej niebezpieczny narkotyk.

Heroina z uwagi na ogromną siłę działania oraz powodowanie w szybkim czasie degradacji narządów wewnętrznych oraz ze względu na szybkie uzależnienie, rzeczywiście uważana jest za najbardziej niebezpieczny dla życia narkotyk. Może uzależnić już po pierwszym razie.



LECZENIE NARKOMANII

Leczenie narkomanii przebiega zazwyczaj w trzech etapach:

detoksykacja – polega na uwolnieniu chorego od dolegliwości będących następstwem zażywania narkotyków

terapia – stanowiąca podstawową formę leczenia, prowadzona na oddziałach i w ośrodkach stacjonarnych

readaptacja społeczna - prowadzona w warunkach otwartych, ma ona pomóc w powrocie do normalnych warunków życia.



ZAPAMIĘTAJ !!!



Narkotyki są niezwykle szkodliwe. Uzależnienie to nie jedyny efekt uboczny stosowania narkotyków. Przy długotrwałym nadużywaniu są trucizną, która powoli niszczy cały organizm. Wpływają nie tylko na funkcjonowanie poszczególnych narządów, lecz także mogą zmieniać psychikę człowieka.

LEGAR FUNGAS
74.99,-



DOPALACZE

Dopalacze to termin, którego używa się potocznie dla nazwania grupy różnych substancji lub ich mieszanek o rzekomym lub faktycznym działaniu psychoaktywnym, nie znajdujących się na liście substancji kontrolowanych przepisami ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii.



Dopalacze *nie są bezpieczną alternatywą dla substancji nielegalnych.* Produkty sprzedawane jako dopalacze oprócz środków psychoaktywnych zawierały wiele zanieczyszczeń, trucizny, leki, środki chemiczne, itp.



NIEPOŻĄDANE DZIAŁANIA DOPALACZY

- porażenie układu oddechowego i układu krążenia,
- poważne zaburzenia rytmu serca do zatrzymania jego akcji włącznie,
- gwałtowne skoki ciśnienia prowadzące do utraty przytomności, udarów mózgu lub zawałów serca,
- nieodwracalne zmiany w organizmie człowieka,
- śmierć



ALKOHOLIZM



Alkohol, wypijany w niewielkich ilościach i do tego sporadycznie, nie powoduje widocznych zmian w organizmie. Kiedy sięganie po alkohol powtarza się zbyt często lub kiedy organizm jest szczególnie wrażliwy na działanie alkoholu - nawet niewielkie jego ilości muszą, w jakimś momencie, zaszkodzić.



Dalsze sięganie po alkohol z myślą o zrelaksowaniu się grozi uruchomieniem mechanizmu "błędnego koła", który prowadzi do uzależnienia.



OBJAWY OSTRZEGAWCZE

- **Sięganie po alkohol przede wszystkim dlatego, że jego działanie odpręża i daje ulgę, redukuje napięcie i niepokój, osłabia poczucie winy, ośmiela, ułatwia zaśnięcie.**
- **Poszukiwanie, inicjowanie i organizowanie okazji do wypicia.**
- **Możliwość wypicia większej niż uprzednio ilości alkoholu, tzw. mocna głowa.**
- **Trudności z odtworzeniem wydarzeń, które miały miejsce podczas picia.**
- **Picie alkoholu w samotności.**
- **Powtarzające się przypadki prowadzenie samochodu po niewielkiej nawet ilości alkoholu.**
- **Reagowanie rozdrażnieniem w sytuacjach utrudniających dostęp do alkoholu.**

ALKOHOL UZALEŻNIA!



PAMIĘTAJ...

Alkohol działa negatywnie właściwie na cały organizm. Atakuje niemal wszystkie układy narządów wewnętrznych, siejąc spustoszenie w mózgu, żołądku, wątrobie, sercu, naczyniach krwionośnych i wszędzie, gdzie uda mu się dotrzeć. Powoduje wiele rozmaitych schorzeń. Można powiedzieć, że jest zabójcą o kompleksowym działaniu.



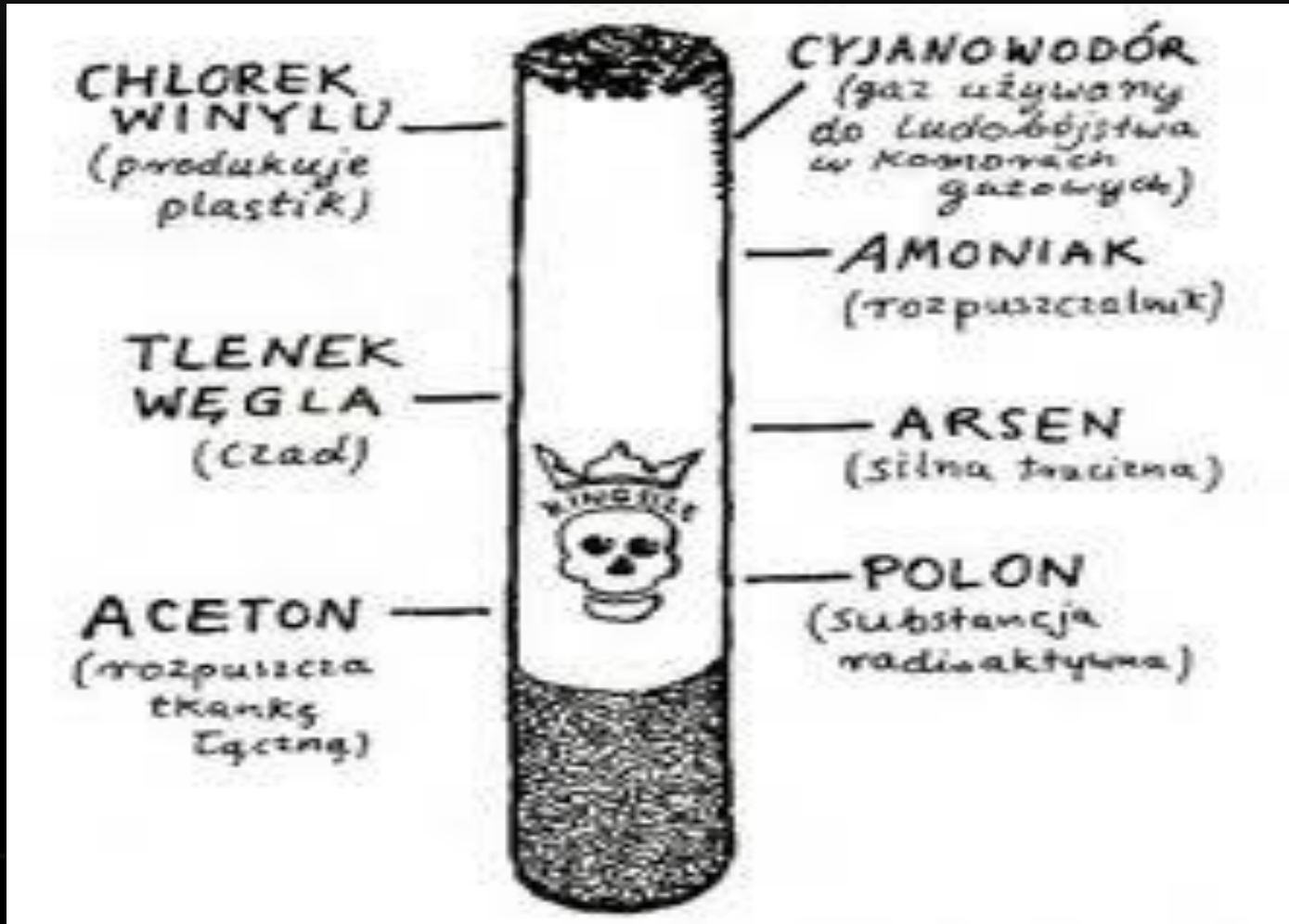


NIKOTYNIZM

Dym tytoniowy składa się z prawie 4000 związków chemicznych, z tego ponad 40 to substancje rakotwórcze. Ich działanie nie jest ograniczone jedynie do palaczy tytoniu, ale także dotyczy wszystkich tych osób (mężczyzn, kobiet i dzieci), które przebywają w pomieszczeniach, gdzie występuje dym tytoniowy (tzw. "palenie bierne"). Dym jest inhalowany do dróg oddechowych, skąd dostaje się do krwioobiegu i zostaje rozprowadzony po całym organizmie i do wszystkich narządów.



CZY WIESZ CO PALISZ?



Co grozi palaczowi?

