

Våga se DROGPROBLEM i din närhet!

SANNINGEN

är att alla barn, förr eller senare, kommer i kontakt med narkotika. På fester, hemma hos kompisar, på utlandsresan eller i skolan. Det behöver givetvis inte innebära att alla använder eller ens prövar narkotika. Men det betyder att du som förälder bör vara uppmärksam.

VARNINGSTECKEN

Vänta inte på bevis. Lita istället på din känsla att något är fel och lägg pussel av vad du vet och ser.

Det är svårt att skilja på vanlig och kanske dramatisk tonårsutveckling från tidiga tecken på ungdomsmissbruk. Ett varningstecken behöver inte betyda något, men blir det fler.....

Stämmer detta på din tonåring?

- Otillgänglig
- Nya och okända kompisar
- Alltid på väg ut
- Grinig och labil
- Kommer hem extremt sent
- Hör inte av sig
- Ljuger om situationer, tider och platser
- Föraktfull inställning till sånt som varit viktigt, gamla kompisar, intressen, familjen och skolan
- Skolk
- Skola, polis fritidsgård eller andra föräldrar hör av sig med misstankar.

Därtill finns en rad specifika symptom av olika narkotika som man lätt hittar i facklitteraturen.

ATT FÖREBYGGA

Många undrar hur man kan förebygga missbruk.

De åtgärder som finns är ingen garanti för att ditt barn inte kommer att använda droger. Men ett missbruk kommer tveklöst att försvåras och upptäckas tidigare.

Det är bra om ditt barn inte börjar röka.

Risken att ditt barn prövar hasch ökar om han/hon röker vanliga cigaretter.

Det är bra om ditt barn inte dricker alkohol.

Många som prövar narkotika gör det när de är alkoholpåverkade.

Din attityd till rökning och alkohol är viktig.

Man har upptäckt att föräldrar som tar ställning mot att deras barn använder tobak/alkohol, får barn som röker eller dricker mindre. Även om föräldrarna själva röker eller dricker. Din tonåring behöver ditt avståndstagande i ryggen.

Lär känna kompisarnas föräldrar.

När ett gäng fungerar bra tycker de flesta föräldrar att det inte finns anledning att lära känna kompisarnas föräldrar.

Det är lätt att bygga upp ett skyddsnät, om man redan innan eventuella problem uppstår, har skapat kontakter. Ett skyddsnät innebär vissa gemensamma regler, att man kollar upp och ringer varandra.

Ställ krav på dina barns skola.

Kräv att skolan har någon sorts handlingsplan mot skolk och missbruk. Vad görs vid misstanke? Kontakter man föräldrarna eller håller man det internt? Hur ser ANT-undervisningen (alkohol, narkotika och tobak) ut?

Ställ krav på dig själv.

Skaffa kunskap. Ring de andra föräldrarna, träffas. Gå ut och nattvandera istället för att ha en TV-kväll. Besök de ställen där ungdomar finns.

Att lägga sig i är att bry sig om!

KNARK

Det är lättare att tacka nej om man vet vad knark är.

Knark finns i tabletter med olika färger, flytande, pulver som också blandas i dryck, små lappar med olika figurer på, och bruna/svarta bitar.

CANNABIS Marijuana, Haschisch

Förekommer som harts, torkade blad, stjälkar och frön eller som koncentrerad olja (hascholja). Blandas med tobak och röks i pipa eller som cigarett, sväljes (t ex. inbakad i kakor). Har en sötaktig lukt som liknar rökelse. Den som röker hasch lever i sin egen värld, blir slö och utvecklas långsammare än sina kamrater. Hasch ger hjärnskador.

Ruset varar i ca 4 timmar, men stannar i kroppen upp till 6 veckor.

Kallas: Brass, gräs, hasch, pot, afghan, bazoka, turk.

Symptom (under ruset): Lyckokänsla, passivitet, försämrad koordination, försämrat omdöme, omotiverat fnittrande. Röda ögonvitor, ökad aptit, ökad puls.

Titta efter: Fimpar efter handrullade cigaretter (joints), speciella haschpipor, från sötaktig röklukt, stora cigarettpapper.

Risker: Försämrad koordination och reaktionstid gör det farligt att t ex. köra bil under påverkan, svåra ångesttillstånd eller "snedtändningar", ökad risk att utveckla psykos, ev. schizofreni; ökad risk för lungskador och cancer, passivitet, inåtvändhet.

ECSTASY

Amfetaminbesläktad drog. Finns som tabletter i olika färger eller i kapslar. Sväljs eller löses upp i vatten. Ger ett snabbt beroende. Det är mycket uppiggande.

Förekommer ofta på ravepartyn och teknokultur.

Ruset kan hålla i sig upp till 5 timmar.

Kallas: t ex: Ecstasy, XTC, Adam, Eve, Yuppiedrog, popps.

Symptom (under ruset): Man känner sig lycklig och självsäker, man kan också se syner. "Syntetisk förälskelse", förstärkta färgförnimmelser.

Titta efter: Tabletter, ofta figurpräglade i varierande färger, intensivt drickande (vatten eller "energidrycker")

Risker: Period med panikattacker, depression och självmordstankar. Ibland bestående hjärnskador som kan ge långvariga psykiska sjukdomar.

"Värmeslag" (svår störning av temperaturreglering och vätskebalans) och upphörd leverfunktion. Dödsfall i "värmeslag".

ANABOLA STEROIDER

Är hormonpreparat som bygger upp muskler. Finns som tabletter eller tas i sprutor. Under en pågående kur blir man irriterad och får ökad aggressivitet. Efteråt är ångest och självmordstankar vanliga.

Precis som av alla andra droger kan man dö av anabola steroider.

AMFETAMIN (Centralstimulerande medel)

Finns som pulver och tabletter. Sniffas, sväljes eller tas genom sprutor. Det är väldigt uppiggande. Man blir stirrig och kan inte sitta still.

Man blir ofta arg, svartsjuk och får förföljelseidéer.

Man får också en känsla av att vara störst, bäst och vackrast.

Ruset kan vara upp till 12 timmar.

Kallas: Speed, tjack, ante, blomster, bucktjack (hemgjort amfetamin), crystal eller ice (metamfetamin).

Symptom (under ruset): Förhöjd energi, stereotyp överaktivitet (pundning), oberäkneligt humör, aggressivt beteende. Torr mun, vidgade pupiller, ökad puls, förhöjt blodtryck, ryckiga rörelser, aptitlöshet, sömnlöshet; så småningom utmattnings.

Titta efter: Kanyler och sprutor, stas för injektion (bälte, slips eller snöre), små plastpåsar eller vikta pappersförpackningar med pulver (vitt eller pastellfärgat), tabletter.

Risker: Hallucinationer, förföljelsemani (paranoia), depression, förvirring. Utbredd karies, tandlossning, högt blodtryck, hjärtrytmrubbningar, hepatit/AIDS om man delar sprutor med andra, kvarstående stört rörelsemönster. Dödsfall genom hjärtstillestånd eller hjärnblödning.

LSD

Dropplas på frimärksliknande små papperslappar med olika motiv eller mycket små tabletter. Känsel, hörsel och syn förvrängs. Sväljs eller

löses upp i vatten. Ett exempel på detta är att man tror att man kan flyga. LSD förekommer också ofta på ravepartyn. Skapar svåra förvirringstillstånd.

Ruset varar från några timmar upp till ett dygn.

Kallas: Acid, syra, tripper.

Symptom (under ruset): Förändrade sinnesintryck, särskilt syn och hörsel, illusioner och hallucinationer, överklighetsupplevelser, ångest eller rädsla att förlora förståndet. Vidgade pupiller, ev. skakningar.

Risker: Återtrippar = drogliknande upplevelser utan drogintag s.k. flashbacks.

Försämrat omdöme under påverkan av drogen kan ge upphov till oförutsägbart beteende och olyckshändelser, intensivt obehagliga eller skrämmande s.k. "bad trips", förföljelseidéer (vanföreställningar), dödsfall i olyckshändelser eller självmord.

KOKAIN och crack (kristalliserad form av kokain)

Är ett vitt pulver. Vanligast är att man sniffar eller snusar kokain, crack rökes. Man känner sig uppspelt och självsäker, men pendlar väldigt i humöret. Ger skador på näsans slemhinnor som orsakar snuva och näsblod. Förföljelseidéer är vanliga.

Ruset varar i cirka 45 minuter.

Kallas: t ex: Coke, koks, Carola, Charlie, snow, snö, VIP-puder.

Symtom (under ruset): Förhöjd energi, upphetsning, förlust av självkontroll, aggressivt beteende. Vidgade pupiller, ökad puls, förhöjt blodtryck, aptitlöshet, sömnlöshet.

Titta efter: Små plastpåsar eller vikta pappersförpackningar med vitt pulver, spegel, rakblad och små rör för sniffning, brända skedar, kanyler och sprutor. Glaspipor (crack).

Risker: Hallucinationer, förföljelsemani (paranoia), depression, förvirring. Skadad nässlemhinna (kokainsniffning), högt blodtryck, hjärtrytmrubbning, kramper, hepatit/AIDS om man delar sprutor med andra. Dödsfall genom hjärtstillestånd eller hjärnblödning.

HEROIN (Opiater)

Är ett vitt- ljusbrunt pulver som påminner om farinsocker. Kan rökas, sniffas eller tas i sprutor. Heroin är en drog som dämpar aktiviteten i kroppen och ger en känsla av lugn och välbefinnande. Kan ge medvetslöshet och andningsbesvär.

Ruset varar i 4 - 6 timmar.

MORFIN: Förekommer som tabletter eller pulver. **Kallas:** White, M.

Kallas: t ex: Horse, smack, tajsmack, stuff, brown sugar (rökheroin)

Symptom (under ruset): Lyckokänsla, dåsighet, små pupiller, illamående, klåda. Nålstickmärken i armveck, på händer, ben eller fötter. Blodfläckade kläder eller sängkläder.

Titta efter: Bränd folie eller skedar, kanyler och sprutor, stas för injektion (bälte, slips eller snöre), avbrända tändstickor, pappersförpackningar, kapslar.

Risker: Oavsiktlig överdos (avtagande andning, koma, syrebrist, död). Hepatit/AIDS som man delar sprutor med andra, allmän blodförgiftning, andra infektioner (t ex i hjärtklaffar), varansamlingar, undernäring. Stor risk att dö i överdos.

LÖSNINGSMEDEL (Sniffning)

Man inandas t ex. kontaktlim, thinner, solution, cigarettändare (butangas), drivgaser, rengöringsvätskor mm.

Symptom (under ruset): Utslag runt näsa och mun ev. även röda ögonvitor. Ostadig gång, sluddrigt tal, aggressivt beteende (liknande alkoholberusning). Apati, förvirring, huvudvärk, illamående, magkramper.

Titta efter: Tomma tuber eller burkar, plastpåsar med rester av lim, trasor. Lukt av lösningsmedel, ev. även från andedräkten lim- eller färgrester på kläderna.

Muskelvärk efteråt.

Risker: Olycksfall, brännskador, lungpåverkan, njursvikt, leverskador, benmärgsskada, bestående skador på hjärnan och nervsystemet. Dödsfall genom kvävning, olycksfall efter hjärtrubbning.

LUGNANDE MEDEL OCH SÖMNMEDEL

Valium, Stesolid, Rohypnol, Temesta, Sobril som förekommer som tablett ibland som kapslar. Sväljes i regel men injektion kan förekomma liksom rökning.

Kallas: Benso, blå (=Valium), roppar (=Rohypnol).

Symptom (under ruset): Sluddrigt tal, ostadig gång, ohämat beteende (som vid alkoholberusning), minnesförlust, dåsighet, tung sömn.

Titta efter: Tablett och kapslar i olika färger och former, tablettburkar med avrivna etiketter. Bränd folie, gladpack, recept (förfalskade?)

Risker: Inläring- och minnessvårigheter. Fysiskt beroende, abstinens med epileptiska kramper (ev. dödsfall) om man plötsligt slutar. Dödsfall genom överdos tillsammans med alkohol eller andra droger.

Hur påverkas kroppen av alkohol?

Alkohol är ett kraftigt gift som påverkar så gott som alla kroppens system. De akuta effekterna uppstår hos alla som använder alkohol, medan de kroniska kan drabba i större eller mindre utsträckning och efter olika lång tid. Kroppens grundkonstitution spelar in, liksom kön och ärftliga faktorer och samverkan med andra förhållanden, t ex näringsbrist.

Lever-skadorna utvecklas i 25% av fallen till levercirrhos och har en rad följder för andra organs funktion. Åderbråck i matstrupen kan uppstå, och om de brister, riskerar patienten att kvävas av sitt eget blod, om inte snabb läkarhjälp ges. Bukspottkörteln får ofta allvarliga inflammationer, hjärtats funktion skadas, mag- och tarmkanalen får en rad skador som ger tydliga symptom.

Flera delar av hjärnan får skador som t ex yttrar sig i påtagliga minnesstörningar eller svårigheter att koordinera rörelserna.

De mentala funktioner som styr beteendet skadas både akut och kroniskt, och effekterna blir tydliga såväl i arbetslivet som i umgänget med vänner och familj. Eftersom alkohol är ett starkt depressivt medel utvecklas också plågsam depression, när man regelbundet konsumerar medlet. Den alkoholberoende drar felaktiga slutsatser av detta, och tror att han/hon måste fortsätta med alkoholen för att få bukt med depressionen.

Den akuta berusningen får särskilt ödesdigra konsekvenser i samband med olika fysiska aktiviteter, t ex benbrott, armbrott, skärskador och naturligtvis framför allt vid bilkörning.

Det bristande näringsintag som är typiskt för alkoholister medför en rad skador på olika kroppsorgan.

Kvinnor utvecklar snabbare än män svåra fysiska komplikationer av alkoholbruk, t ex leverskador.

En översiktlig och helt aktuell skildring av hur kroppens olika organ påverkas finns i ett inledande kapitel i Medicinska forskningsrådets skrift "Individuella skydds- och skadeeffekter av alkohol".

Från: [Svenska rådet för alkohol- och beroendefrågor](#)