

# Świat Substancji Psychoaktywnych: Pułapka Młodzieńczych Eksperymentów

Poznanie zagrożeń związanych z narkotykami, dopalaczami i produktami nikotynowymi w świecie młodzieży

opracowanie: Katarzyna Maja Derda



# Rozróżnienie: Narkotyki Miękkie vs. Twarde



## Narkotyki Miękkie

Zazwyczaj mniej uzależniające, często pochodzenia roślinnego (np. marihuana, haszysz). Skutki uboczne mogą obejmować zaburzenia pamięci, koncentracji, lęk, problemy z motoryką.

Często błędnie postrzegane jako "bezpieczne", mogą prowadzić do uzależnienia i pogłębiać schorzenia psychiczne.

## Narkotyki Twarde

Silnie uzależniające, często syntetyczne lub pochodne substancji roślinnych o silnym działaniu (np. heroina, kokaina, amfetamina). Powodują szybkie wyniszczenie organizmu, poważne problemy psychiczne i fizyczne, wysokie ryzyko przedawkowania.

Działanie jest natychmiastowe i intensywne, ale konsekwencje są katastrofalne.



# Narkotyki Twarde: Niszczycielska Siła



## Heroina

**Wygląd:** Biały lub brązowy proszek, czasem czarne grudki

**Sposób zażywania:** Wstrzykiwanie dożylnie, wdychanie, palenie

**Skutki:** Silne uzależnienie, depresja oddechowa, uszkodzenia żył, choroby zakaźne (HIV, WZW), przedawkowanie prowadzące do śmierci

**Wpływ na mózg:** Zaburza system nagrody, prowadzi do apatii, problemów z koncentracją

**Koszt:** Bardzo wysoki, prowadzi do przestępczości w celu zdobycia środków



## Kokaina

**Wygląd:** Biały, krystaliczny proszek

**Sposób zażywania:** Wciąganie przez nos, wstrzykiwanie, palenie (crack)

**Skutki:** Silne pobudzenie, euforia, paranoja, agresja, problemy z sercem (zawały, arytmie), udary, uzależnienie psychiczne

**Wpływ na mózg:** Blokuje wychwyt dopaminy, prowadząc do intensywnej euforii, a następnie depresji

**Koszt:** Bardzo wysoki



# Droga do Zniszczenia

Heroina i kokaina to najbardziej niebezpieczne substancje psychoaktywne, prowadzące do szybkiego wyniszczenia organizmu i śmierci

# Dopalacze: Nieznane Zagrożenie

## Czym są?

Syntetyczne substancje psychoaktywne, często imitujące działanie narkotyków, ale o nieprzewidywalnym składzie i działaniu. Reklamowane jako "legalne" lub "bezpieczniejsze", ale w rzeczywistości często bardziej niebezpieczne niż tradycyjne narkotyki.

## Wygląd i sposób zażywania

Proszki, kryształki, płyny, susze do palenia, pigułki. Sposób zażywania: doustnie, wziewnie (palenie, wapowanie), dożylnie.



### Skutki uboczne

Zaburzenia pracy serca i układu oddechowego, halucynacje, urojenia, psychozy, agresja, utrata kontroli, uszkodzenia narządów wewnętrznych, śmierć. Skład jest często nieznan, co utrudnia leczenie.

### Wpływ na mózg

Powodują chaos w neuroprzekaznictwie, prowadząc do trwałych uszkodzeń struktur mózgowych odpowiedzialnych za emocje i pamięć.

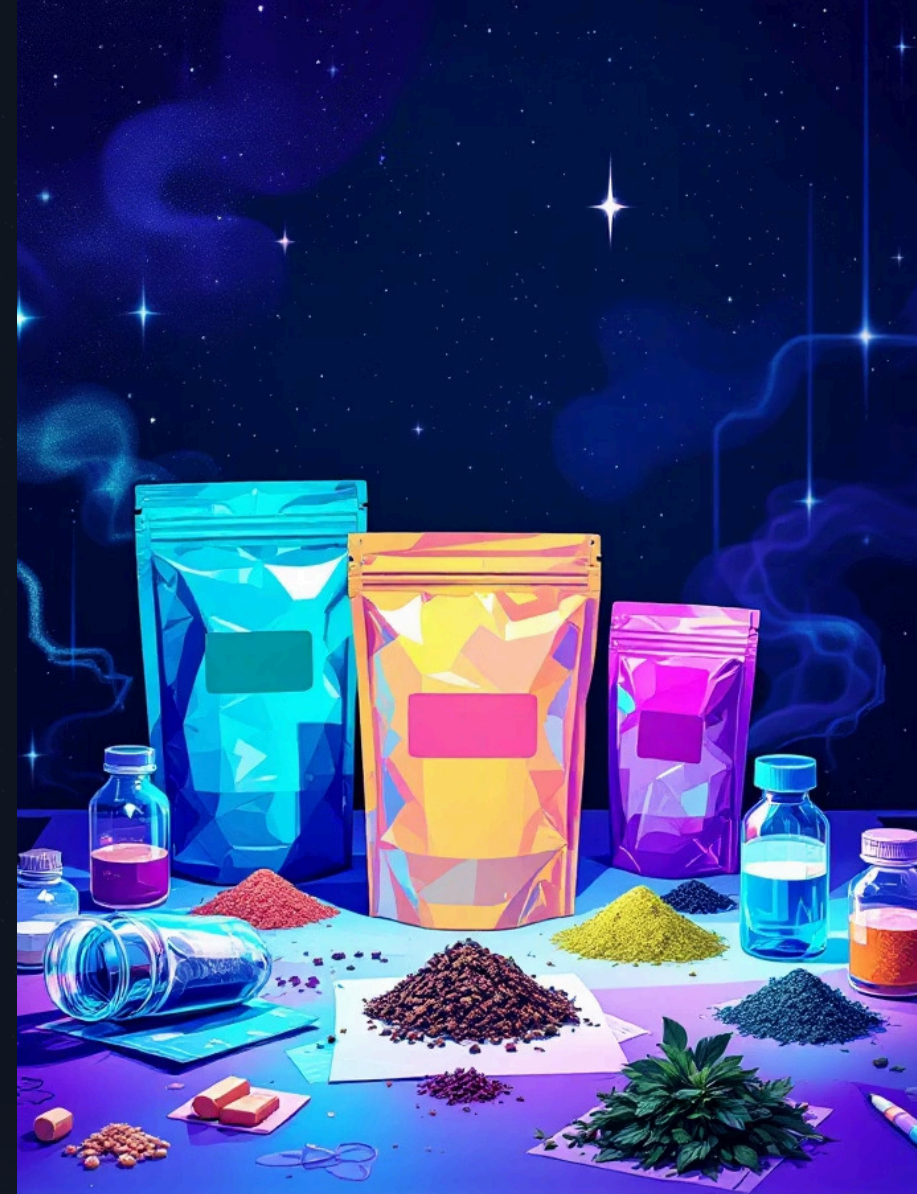
### Koszt

Zmienny, często niższy niż tradycyjnych narkotyków, co czyni je dostępnymi dla młodzieży i nieświadomych zagrożeń.

- ❏ **Ostrzeżenie dla młodzieży (14-19 lat):** Szczególnie narażona grupa ze względu na niedojrzały mózg, ciekawość i presję rówieśniczą. Dopalacze mogą prowadzić do szybkiego uzależnienia i nieodwracalnych zmian w rozwoju poznawczym i emocjonalnym oraz śmierci.

# Dopalacze - Nieznany Skład, Pewne Zagrożenie

Każdy "zestaw" może zawierać inne, nieprzewidywalne substancje o różnym działaniu i toksyczności



# E-papierosy: Pozorne Bezpieczeństwo

01

---

## Zbudowane z

Bateria, grzałka, zbiornik na liquid. Liquid zawiera glikol propylenowy (wykorzystywany również do kremów, balsamów, jako rozpuszczalnik, konserwant, jako płyn niezamarzający w instalacjach chłodniczych i grzewczych, do produkcji żywic, płynów hamulcowych), glicerynę roślinną, aromaty i nikotynę (często w wysokich stężeniach).

02

---

## Wapowanie

Proces podgrzewania liquidu i wdychania powstałej pary zamiast dymu tytoniowego.

03

---

## Skutki dla młodzieży

Narażenie na metale ciężkie (ołów, uran) obecne w aerozolach, uszkodzenia płuc (tzw. "płuco wapowicza") - stany zapalne płuc, zwłóknienia dróg oddechowych, uszkodzenia miąższu płuc, niewydolność oddechowa, Popcornowe płuca czyli zarostowe zapalenie oskrzelików, uzależnienie od nikotyny, problemy z koncentracją, zaburzenia rozwoju mózgu.

04

---

## Wpływ na mózg

Nikotyna zaburza rozwój kory przedczołowej, odpowiedzialnej za podejmowanie decyzji i kontrolę impulsów.





# Wapowanie: Więcej niż Para

E-papierosy nie są bezpieczną alternatywą - powodują uszkodzenia płuc i zaburzenia rozwoju mózgu u młodzieży

# Snusy i "Tapowanie": Nowe Formy Nikotyny



## Snus

Szwedzki produkt tytoniowy w formie wilgotnego proszku tytoniowego umieszczanego pod górną wargą. Zawiera wysokie stężenie nikotyny w formie łatwodostępnej i intensywnie działającej.

## "Tapowanie"

Potoczne określenie na używanie snusa lub podobnych produktów nikotynowych (np. woreczków z nikotyną). Słowo pochodzi od "tap" (stukanie) - ruchu umieszczania woreczka.

### Skutki uboczne dla młodzieży

Silne uzależnienie od nikotyny,  
problemy z koncentracją,  
zaburzenia snu,  
podrażnienia jamy ustnej,  
zwiększone ryzyko chorób serca i niektórych nowotworów w dłuższej perspektywie.

### Wpływ na mózg

Podobnie jak w e-papierosach, nikotyna negatywnie wpływa na rozwijający się mózg nastolatków, zaburzając rozwój struktur odpowiedzialnych za kontrolę emocji i podejmowanie decyzji.

# Dlaczego Młodzież Sięga po Substancje?



## Ciekawość i eksperymentowanie

Chęć przeżycia czegoś nowego, poczucie własnej niezwykłości i podjęcie "wyzwania".



## Presja rówieśnicza

Chęć akceptacji w grupie, udowodnienie "dojrzałości", niechęć do bycia "osobą wykluczoną".



## Ucieczka od problemów

Sposób na odreagowanie stresu, niepowodzeń, konfliktów w domu, trudności w nauce.



## Niska cena i dostępność

Szczególnie w przypadku dopalaczy i niektórych produktów nikotynowych dostępnych w sklepach internetowych.



## Brak świadomości zagrożeń

Młodzi ludzie często nie zdają sobie sprawy z długoterminowych konsekwencji i nieprzewidywalności działania substancji.

**Kluczowe:** Mózg nastolatka (14-19 lat) jest w fazie intensywnego rozwoju, co czyni go szczególnie podatnym na negatywne skutki działania substancji psychoaktywnych, prowadząc do trwałych zmian i uzależnień. Każdy kontakt ze substancją psychoaktywną w tym okresie może mieć nieodwracalne konsekwencje.