

Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗ

ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑ

Chronic
Herb

Herb

Smoke

Μαύρο

Παιγαρίλκι

Χόρτο

Dope

notodrugs.gr

ΓΙΑΤΙ ΦΤΙΑΧΤΗΚΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΙΒΛΙΑΡΑΚΙ

Πολύς λόγος γίνεται στον κόσμο για τα ναρκωτικά – στους δρόμους, στα σχολεία, στο Ίντερνετ και στην τηλεόραση. Κάποια λόγια είναι αληθινά, κάποια όχι.

Πολλά από αυτά που ακούς για τα ναρκωτικά προέρχονται, στην πραγματικότητα, από αυτούς που τα πουλάνε. Πρώην έμποροι ναρκωτικών εξομολογήθηκαν ότι θα έλεγαν τα πάντα για να κάνουν κι άλλους να αγοράσουν ναρκωτικά.

Μην επιτρέψεις να σε ξεγελάσουν. Χρειάζεσαι δεδομένα για να μη πιαστείς στην παγίδα των ναρκωτικών και για να βοηθήσεις και τους φίλους σου να μείνουν μακριά τους. Γι' αυτό φτιάξαμε αυτό το βιβλιαράκι – για 'σένα.

Η ανταπόκρισή σου είναι σημαντική για εμάς, κι έτσι, περιμένουμε νέα σου. Μπορείς να μας επισκεφτείς **drugfreeworld.org** και να μας στείλεις e-mail στο **info@drugfreeworld.org**.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑ;

Η λέξη «μαριχουάνα» χρησιμοποιείται για να περιγράψει ένα μείγμα από αποξηραμένα φύλλα, μίσχους, λουλούδια και σπόρους του φυτού της Ινδικής κάνναβης. Στην αργκό έχει και πολλά άλλα ονόματα, όπως: astro turf, bhang, dagga, dope, ganja, grass, hemp, home grown, J, Mary Jane, pot, reefer, roach, Texas tea and weed.

Το χασίς είναι μια συγγενική μορφή του ναρκωτικού που φτιάχνεται από τις ρητίνες του Ινδικού φυτού κάνναβη. Επίσης αποκαλείται και «chocolate», «hash» ή «shit» είναι κατά μέσο όρο έξι φορές πιο δυνατό από τη μαριχουάνα.

Ο όρος «κάνναβη» αναφέρεται σε όλα τα διάφορα ναρκωτικά τα οποία προέρχονται από την Ινδική κάνναβη, συμπεριλαμβανόμενης της μαριχουάνας και του χασίς.

Ανεξάρτητα από το όνομα, αυτό το ναρκωτικό είναι ένα παραισθησιογόνο – μία ουσία η οποία διαστρεβλώνει τον τρόπο που το μυαλό αντιλαμβάνεται τον κόσμο στον οποίο ζει το άτομο.

Η χημική ουσία στην κάνναβη που δημιουργεί αυτήν τη διαστρέβλωση είναι γνωστή ως THC. Η ποσότητα του

THC που βρίσκεται σε οποιαδήποτε «φουρνιά» μαριχουάνας μπορεί να ποικίλει ουσιαστικά, αλλά συνολικά, το ποσοστό του THC έχει αυξηθεί τα τελευταία χρόνια.



ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΧΡΗΣΗ;

Η Μαριχουάνα είναι το πιο διαδεδομένο παράνομο ναρκωτικό στον κόσμο. Μια έρευνα το 2006 στην Ελλάδα ανακάλυψε ότι το 19,3% του πληθυσμού είχε κάνει χρήση μαριχουάνας ή χασίς τουλάχιστον μια φορά στη ζωή τους.

Η μαριχουάνα συνήθως καπνίζεται όπως ένα τσιγάρο (τσιγαριλίκι), αλλά μπορεί επίσης να καπνιστεί σε πίπα. Λιγότερο συχνά, αναμειγνύεται με φαγητό και τρώγεται ή παρασκευάζεται σαν τσάι. Μερικές φορές, οι χρήστες ανοίγουν πούρα και αφαιρούν τον καπνό, αντικαθιστώντας τον με χόρτο – που λέγεται «blunt» . Τα τσιγαριλίκια και τα

πούρα κάποιες φορές αναμειγνύονται με άλλα, πιο ισχυρά ναρκωτικά, όπως το κρακ της κοκαΐνης ή το PCP [phencyclidine (φενσιλιντίν) , ένα ισχυρότατο παραισθησιογόνο].

Όταν ένα άτομο καπνίζει ένα τσιγαριλίκι, συνήθως αισθάνεται την επίδρασή του μέσα σε μερικά

Η Μαριχουάνα είναι ένα μείγμα από αποξηραμένα φύλλα, μίσχους, άνθη και σπόρους του φυτού της κάνναβης. Συνήθως έχει χρώμα πράσινο, καφέ ή κίτρινο.

Το χασίς είναι σκουρόχρωμη, καφετιά ή μαύρη ρητίνη που έχει αποξηραθεί και πιεστεί σε μορφή μπάρας, ράβδου ή σφαίρας. Όταν καπνίζονται, και η μαριχουάνα και το χασίς, αφήνουν μια διακριτή, γλυκιά μυρωδιά.

λεπτά. Οι άμεσες αισθήσεις –οι αυξημένοι καρδιακοί παλμοί, ο ελαττωμένος μυϊκός συντονισμός ή κίνηση, η ισορροπία και μια «ονειρική» πλασματική κατάσταση του μυαλού– κορυφώνονται μέσα στα πρώτα 30 λεπτά. Αυτά τα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα συνήθως εξαφανίζονται σταδιακά μέσα σε δύο με τρεις ώρες, αλλά μπορεί να διαρκέσουν περισσότερο, ανάλογα με την ποσότητα που παίρνει ο χρήστης, την ισχύ του THC και την παρουσία άλλων ναρκωτικών στο μείγμα.


Καθώς ο τυπικός χρήστης εισπνέει περισσότερο καπνό και τον κρατά περισσότερο απ' όσο θα κρατούσε τον καπνό του τσιγάρου, το τσιγαριλίκι έχει σοβαρό αντίκτυπο στους πνεύμονές του. Εκτός από την ταλαιπωρία που επέρχεται με τους πονόλαιμους και τα κρυολογήματα του στήθους, έχει βρεθεί ότι κάνοντας ένα τσιγαριλίκι έχει κανείς τόση έκθεση σε χημικές ουσίες που προκαλούν καρκίνο όση θα είχε καπνίζοντας πέντε τσιγάρα.

Οι διανοητικές συνέπειες της χρήσης μαριχουάνας είναι εξίσου σοβαρές. Όσοι καπνίζουν μαριχουάνα έχουν ασθενέστερη μνήμη και διανοητική ικανότητα από αυτούς που δεν κάνουν χρήση.

Ζώα, που τους χορηγήθηκε μαριχουάνα από ερευνητές, υπέστησαν ακόμη και δομική ζημιά στον εγκέφαλο.

Όνομασίες στην Αργκό

ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑ	HASHISH
Pot	Chocolate
Herb	Hash
Weed	Shit
Grass	
White Widow	
Ganja	
Astro turf	
Bhang	
Dagga	
Dope	
Hemp	
Home grown	
J	
Mary Jane	
Reefer	
Roach	
Texas tea	



Η ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑ ΚΑΙ Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ

Το φυτό της Ινδικής Κάνναβης (από το οποίο φτιάχνονται ναρκωτικά όπως η μαριχουάνα και το χασίς) το καλλιεργούσαν και το χρησιμοποιούσαν ως παραισθησιογόνο εδώ και 2.000 χρόνια, τουλάχιστον.

Αν και η κάνναβη περιέχει πάνω από 400 διαφορετικές χημικές ουσίες, το κύριο συστατικό το οποίο επηρεάζει το μυαλό είναι το THC. Η ποσότητα του THC στο φυτό της κάνναβης καθορίζει την ισχύ του ναρκωτικού. Ο καιρός, το έδαφος και άλλοι παράγοντες καθορίζουν το ποσοστό του THC που βρίσκεται στο φυτό. Αλλά με τη χρήση σύγχρονων μεθόδων καλλιέργειας, οι

καλλιεργητές της έχουν αναπτύξει διασταυρώσεις καννάβews οι οποίες έχουν πολύ υψηλότερα επίπεδα του THC απ' ότι είχαν στο παρελθόν. Τα μέσα επίπεδα του THC ήταν κατά μέσο όρο 1% το 1974, αλλά το 1994 αυτό έχει αυξηθεί σε 4%. Το 2008 τα επίπεδα ανήλθαν στο 9,6%, στο υψηλότερο ποσοστό όλων των εποχών από τότε που άρχισε η ανάλυση του ναρκωτικού στη δεκαετία του 1970.

Μια μορφή της κάνναβης, που ονομάζεται *sinsemilla* (σινσεμίλα) (στα Ισπανικά σημαίνει «χωρίς σπόρους»), μπορεί να έχει περιεκτικότητα σε THC από 7,5% έως και 24%.

ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΤΑ ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑΣ

Είναι το ίδιο να καπνίζεις ένα τσιγαριλίκι με το να πίνεις αλκοόλ;

Εσύ αποφασίζεις. Τα δεδομένα είναι τα εξής:

Το αλκοόλ αποτελείται από μία ουσία μόνο: την αιθανόλη. Η μαριχουάνα περιέχει περισσότερες από 400 γνωστές χημικές ουσίες και χημικά που προκαλούν καρκίνο. Σε αντίθεση με τους καπνιστές τσιγάρων, αυτοί που καπνίζουν τσιγαριλίκια έχουν την τάση να εισπνέουν βαθιά και να κρατούν τον καπνό όσο το δυνατόν περισσότερο, προκειμένου να αυξήσουν την επίδραση του ναρκωτικού, επιδεινώνοντας τη ζημιά στους πνεύμονες.

Το αλκοόλ αποβάλλεται από το σώμα σε μερικές ώρες, ενώ το THC παραμένει στο σώμα επί εβδομάδες ή και

μήνες, ανάλογα με τη διάρκεια και την ποσότητα χρήσης.

Το THC βλάπτει το ανοσοποιητικό σύστημα. Το αλκοόλ όχι.

Δεν έχουμε την πρόθεση εδώ να υποτιμήσουμε τους κινδύνους της κατάχρησης αλκοόλ, η οποία μπορεί να είναι εξίσου βλαβερή. Οι χρήστες, παρόλα αυτά, πρέπει να έχουν υπόψη τους ότι τα χημικά συστατικά που περιέχονται στη μαριχουάνα, ορισμένα από τα οποία είναι καρκινογόνα, παραμένουν στο σώμα για μεγάλα διαστήματα μετά από τη χρήση.

ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ

Σύμφωνα με τα Ηνωμένα Έθνη, 158,8 εκατομμύρια άνθρωποι στον κόσμο χρησιμοποιούν μαριχουάνα – πάνω από το 3,8% του συνολικού πληθυσμού του πλανήτη Γη.

- Περισσότεροι από 94 εκατομμύρια άνθρωποι στις ΗΠΑ παραδέχτηκαν ότι έχουν κάνει χρήση τουλάχιστον μια φορά.
- Σύμφωνα με την Εθνική Έρευνα για τη Χρήση Ναρκωτικών και την Υγεία του 2007, 2,1 εκατομμύρια

άνθρωποι στις ΗΠΑ έκαναν χρήση μαριχουάνας για πρώτη φορά εκείνο το χρόνο.

- Στην ηλικιακή ομάδα μεταξύ 12 και 17 ετών στις ΗΠΑ, το 6,7% ήταν ήδη χρήστες μαριχουάνας το 2007.
- Σύμφωνα με εκτιμήσεις της κυβέρνησης των ΗΠΑ, η οικιακή παραγωγή μαριχουάνας αυξήθηκε στο δεκαπλάσιο τα τελευταία 25 χρόνια: από τους 1.000 μετρικούς τόνους το 1981 στους 10.000 μετρικούς τόνους το 2006. Χωρίς αυτό να προκαλεί έκπληξη, το 58% εκείνων που είναι στην ηλικία των 12 με 17 ετών δηλώνουν ότι εύκολα βρίσκει κανείς τσιγαριλίκι. Οι χρήστες μαριχουάνας στις ΗΠΑ ξόδεψαν περίπου 10,5 δισεκατομμύρια δολάρια για το ναρκωτικό αυτό το 2000.

• Το 2005, 242.200 επισκέψεις στο τμήμα επειγόντων περιστατικών στα νοσοκομεία των ΗΠΑ σχετίζονταν με τη μαριχουάνα.

• Σύμφωνα με τη Υπηρεσία Ελέγχου Ναρκωτικών των ΗΠΑ, ένα μεγάλο ποσοστό των συλληφθέντων για εγκλήματα είναι θετικοί στο τεστ για χρήση μαριχουάνας. Σε εθνική κλίμακα, το 40% των ενηλίκων ανδρών είναι θετικοί στο τεστ όταν συνελήφθησαν.

• Από τους ενήλικες, 26 ετών και άνω, οι οποίοι έκαναν χρήση μαριχουάνας πριν την ηλικία των 15 ετών, το 62% προχώρησε στη χρήση κοκαΐνης κάποια στιγμή στη ζωή τους· το 9% προχώρησε σε χρήση ηρωίνης τουλάχιστον μία φορά· το 54% έκανε μη ιατρική χρήση συνταγογραφούμενων ψυχοτρόπων φαρμάκων.

• Μετά το αλκοόλ, η μαριχουάνα είναι η δεύτερη κατά σειρά ουσία που ανιχνεύεται στον οργανισμό των οδηγών που εμπλέκονται σε μοιραία αυτοκινητιστικά δυστυχήματα.



ΟΙ ΒΛΑΒΕΡΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΜΑΡΙΧΟΥΑΝΑΣ

Οι άμεσες επιπτώσεις της χρήσης μαριχουάνα περιλαμβάνουν ταχυπαλμία, αποπροσανατολισμό, μείωση του συντονισμού του σώματος, συχνά ακολουθούμενα από κατάθλιψη ή υπνηλία. Μερικοί χρήστες υποφέρουν από κρίσεις πανικού ή άγχος.


Αλλά το πρόβλημα δεν τελειώνει εκεί. Σύμφωνα με επιστημονικές μελέτες, το δραστικό συστατικό της κάνναβης, το THC, παραμένει στο σώμα για εβδομάδες ή και ακόμα περισσότερο.

Ο καπνός της μαριχουάνας περιέχει 50% έως 70% περισσότερες καρκινογόνες ουσίες από τον καπνό του τσιγάρου. Μια μεγάλη ερευνητική μελέτη αναφέρει ότι ένα μονάχα τσιγαρίκι κάνναβης μπορεί να προκαλέσει τόση ζημιά στους πνεύμονες όση προκαλούν πέντε κανονικά τσιγάρα που καπνίζονται το ένα μετά το άλλο στη σειρά.

Όσοι καπνίζουν χρόνια τσιγαρίκι συχνά υποφέρουν από βρογχίτιδα, μια φλεγμονή της αναπνευστικής οδού.

Το ναρκωτικό μπορεί να επηρεάσει περισσότερα πράγματα από τη σωματική σου υγεία. Μελέτες στην Αυστραλία το 2008 συνέδεσαν τη μεγάλη και χρόνια χρήση μαριχουάνας με εγκεφαλικές ανωμαλίες. Τα συμπεράσματα αυτά υποστηρίζονται από παλαιότερες έρευνες για τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις της μαριχουάνας, οι οποίες δείχνουν αλλαγές στον εγκέφαλο παρόμοιες με εκείνες που προκαλούνται από τη μακροχρόνια χρήση άλλων, σκληρών ναρκωτικών. Πολλές μελέτες δείχνουν ότι υπάρχει σχέση μεταξύ συνεχιζόμενης χρήσης μαριχουάνας και ψύχωσης.





Η μαριχουάνα αλλάζει τη δομή των σπερματικών κυττάρων, παραμορφώνοντάς τα. Κατά συνέπεια ακόμα και μικρές ποσότητες μαριχουάνας μπορούν να προκαλέσουν προσωρινή στειρότητα στους άντρες. Η χρήση μαριχουάνας μπορεί να αναστατώσει τον εμμηνορροϊκό κύκλο των γυναικών.

Μελέτες δείχνουν ότι οι διανοητικές λειτουργίες ανθρώπων που έχουν καπνίσει πολύ μαριχουάνα τείνουν να εξασθενίσουν ή να ελαττωθούν. Το THC στην κάνναβη διαταράσσει τα κύτταρα των νεύρων στον εγκέφαλο, τα οποία επηρεάζουν τη μνήμη.

Η κάνναβη είναι ένα από τα λίγα ναρκωτικά, το οποίο προκαλεί αφύσικη κυτταρική διάιρεση η οποία οδηγεί σε σοβαρές κληρονομικές ανωμαλίες. Μια έγκυος γυναίκα που καπνίζει κανονικά μαριχουάνα ή χασίς μπορεί να οδηγηθεί σε πρόωρο τοκετό και το βρέφος να έχει μειωμένο βάρος και μέγεθος. Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 10 ετών, έχουν γεννηθεί εκατομμύρια παιδιά από χρήστες

ναρκωτικών με μειωμένη πρωτοβουλία και ελαττωμένες ικανότητες να συγκεντρωθούν και να προσανατολιστούν στους στόχους της ζωής. Μελέτες επίσης λένε ότι η χρήση κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα εκ γενετής ανωμαλίες, διανοητικές ανωμαλίες και αυξημένο κίνδυνο λευχαιμίας* στα παιδιά.

* λευχαιμία: καρκίνος του μυελού των οστών.

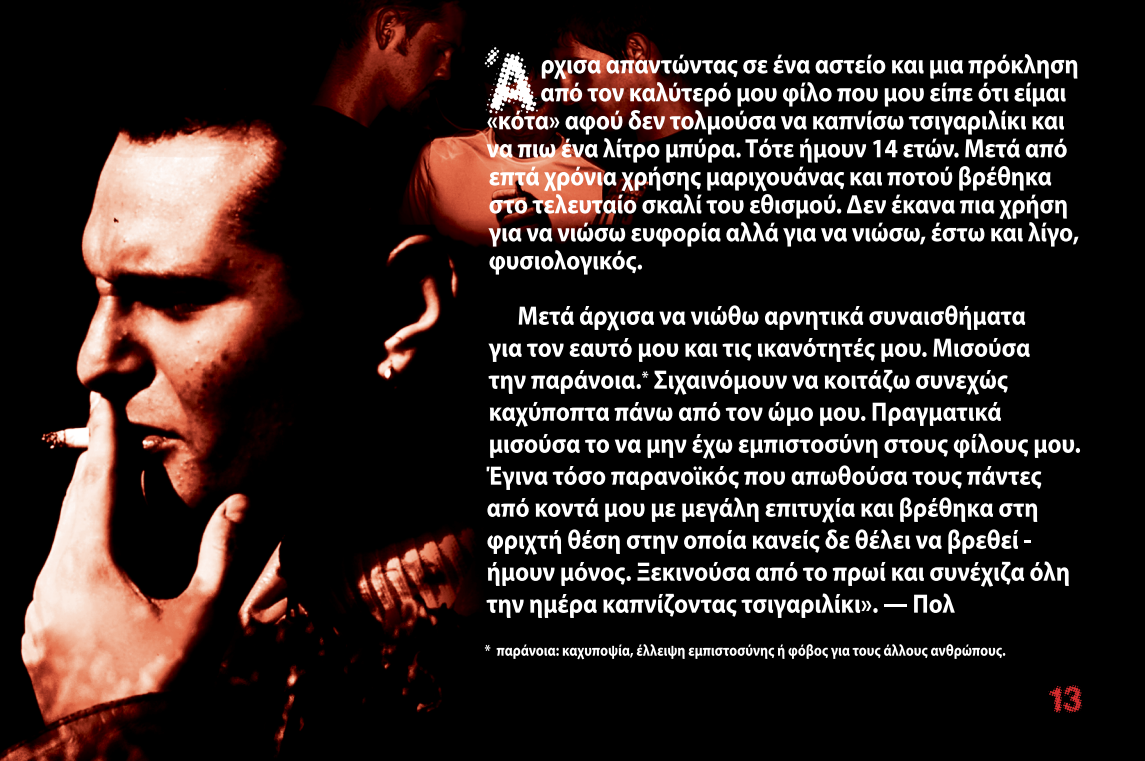


ΜΑΚΡΟΠΡΟΘΕΣΜΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

- Μειωμένη αντίσταση σε κοινές ασθένειες (κρυολογήματα, βρογχίτιδα, κ.λπ.)
- Καταστολή του ανοσοποιητικού συστήματος
- Διαταραχές στην ανάπτυξη
- Αύξηση των κυττάρων με ανώμαλη δομή στο σώμα
- Μείωση των ορμονών του ανδρικού φύλου
- Γρήγορη καταστροφή των ινών των πνευμόνων και κακώσεις (τραύματα) στον εγκέφαλο που μπορεί να είναι μόνιμα
- Μειωμένη σεξουαλική ικανότητα
- Δυσκολίες μελέτης: μειωμένη ικανότητα μάθησης και διατήρησης των πληροφοριών
- Απάθεια, υπνηλία, έλλειψη κινήτρων
- Αλλαγές στην προσωπικότητα και στη διάθεση
- Ανικανότητα ξεκάθαρης αντίληψης των πραγμάτων

ΒΡΑΧΥΠΡΟΘΕΣΜΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

- Διαστρέβλωση των αισθήσεων
- Πανικός
- Άγχος
- Ελλιπής συντονισμός κινήσεων
- Μειωμένος χρόνος αντίδρασης
 - Μετά από την αρχική μαστούρα, ο χρήστης αισθάνεται νυσταγμένος ή θλιμμένος
 - Ταχυπαλμίες (και κίνδυνος καρδιακής προσβολής)



Αρχισα απαντώντας σε ένα αστείο και μια πρόκληση από τον καλύτερό μου φίλο που μου είπε ότι είμαι «κότα» αφού δεν τολμούσα να καπνίσω τσιγαριλίκι και να πιω ένα λίτρο μπύρα. Τότε ήμουν 14 ετών. Μετά από επτά χρόνια χρήσης μαριχουάνας και ποτού βρέθηκα στο τελευταίο σκαλί του εθισμού. Δεν έκανα πια χρήση για να νιώσω ευφορία αλλά για να νιώσω, έστω και λίγο, φυσιολογικός.

Μετά άρχισα να νιώθω αρνητικά συναισθήματα για τον εαυτό μου και τις ικανότητές μου. Μισούσα την παράνοια.* Σιχαινόμουν να κοιτάζω συνεχώς καχύποπτα πάνω από τον ώμο μου. Πραγματικά μισούσα το να μην έχω εμπιστοσύνη στους φίλους μου. Έγινα τόσο παρανοϊκός που απωθούσα τους πάντες από κοντά μου με μεγάλη επιτυχία και βρέθηκα στη φριχτή θέση στην οποία κανείς δε θέλει να βρεθεί - ήμουν μόνος. Ξεκινούσα από το πρωί και συνέχιζα όλη την ημέρα καπνίζοντας τσιγαριλίκι». — Πολ

* παράνοια: καχυποψία, έλλειψη εμπιστοσύνης ή φόβος για τους άλλους ανθρώπους.


ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ ΠΡΟΣ ΤΗ ΧΡΗΣΗ «ΣΚΛΗΡΩΝ»

Επειδή αναπτύσσεται μια ανοχή, η μαριχουάνα μπορεί να οδηγήσει τους χρήστες στην κατανάλωση ισχυρότερων ναρκωτικών προκειμένου να επιτύχουν την ίδια μαστούρα. Όταν η επίδραση αρχίσει να μειώνεται τότε το άτομο μπορεί να στραφεί σε πιο ισχυρά ναρκωτικά προκειμένου να απαλλάξει τον εαυτό του από τις ανεπιθύμητες καταστάσεις που τον οδήγησαν να πάρει μαριχουάνα εξαρχής. Η μαριχουάνα ή ίδια δεν οδηγεί το άτομο στα άλλα ναρκωτικά· οι άνθρωποι παίρνουν

ναρκωτικά για να απαλλαγούν από ανεπιθύμητες καταστάσεις ή συναισθήματα. Το ναρκωτικό (η μαριχουάνα) καλύπτει το πρόβλημα για κάποιο χρονικό διάστημα (όταν ο χρήστης είναι μαστουρωμένος). Όταν η «μαστούρα» ξεθωριάζει, τότε το πρόβλημα, η ανεπιθύμητη κατάσταση ή περίσταση, επανέρχεται εντονότερα από πριν. Τότε, ο χρήστης μπορεί να στραφεί σε ισχυρότερα ναρκωτικά αφού η μαριχουάνα δεν έχει πια «αποτελέσματα».

Η πλειονότητα των χρηστών κοκαΐνης (99.9%) άρχισαν παίρνοντας ένα «εισαγωγικό ναρκωτικό» όπως μαριχουάνα, τσιγάρα και αλκοόλ. Φυσικά, αυτό δε σημαίνει ότι όποιος καπνίζει μαριχουάνα ή χασίς θα συνεχίσει να παίρνει σκληρότερα ναρκωτικά. Κάποιοι δεν συνεχίζουν καθόλου. Άλλοι σταματούν εντελώς να παίρνουν μαριχουάνα. Όμως, κάποιοι όντως στρέφονται στα σκληρά ναρκωτικά. Μια μελέτη αποκάλυψε ότι νέοι (ηλικίας 12 έως 17 ετών) που κάνουν χρήση μαριχουάνας, είναι κατά 85 φορές πιθανότερο ότι θα κάνουν χρήση κοκαΐνης απ' ότι οι νέοι που δεν έκαναν χρήση μαριχουάνας. Επίσης, το 60% των νέων που καπνίζουν μαριχουάνα πριν την ηλικία των 15 στρέφονται μετά στην κοκαΐνη.

Η μαριχουάνα μερικές φορές συνδυάζεται με σκληρότερα ναρκωτικά. Τα τσιγαριλίκια μερικές φορές τα βουτούν σε PCP, ένα ισχυρό παραισθησιογόνο. Το PCP είναι μια λευκή σκόνη που διατίθεται και σε υγρή μορφή και συχνά χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με την κάνναβη. Το PCP είναι γνωστό για την πρόκληση βίαιης συμπεριφοράς καθώς και τις σφοδρές σωματικές αντιδράσεις που προκαλεί όπως τρομώδες παραλήρημα, κώμα ακόμη και θάνατο.



Μου έδωσαν το πρώτο μου τσιγαριλίκι στο προαύλιο του σχολείου. Τώρα είμαι εθισμένος στην ηρωίνη και μόλις τελείωσα την όγδοη Αποτοξίνωσή μου».

— Κρίστιαν



ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΤΟ ΠΡΟΠΕΤΑΣΜΑ ΚΑΠΝΟΥ

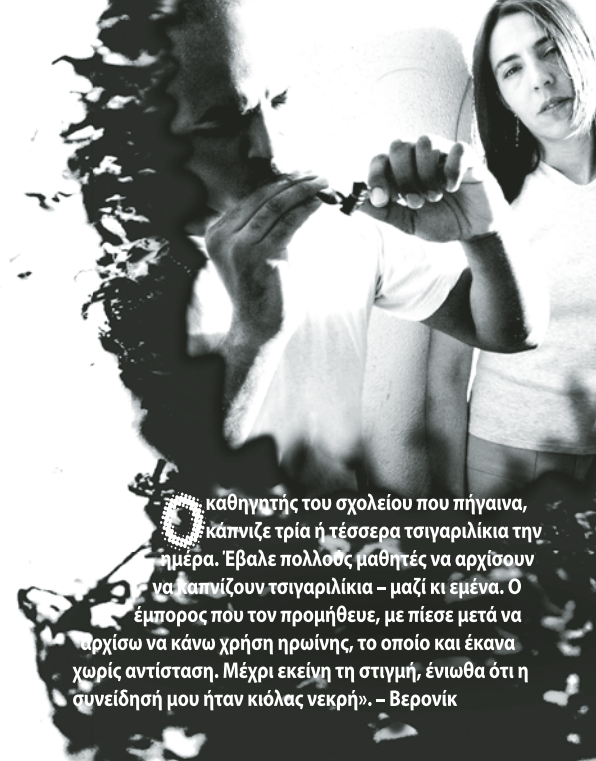
Η χρήση μαριχουάνας δεν είναι επιβλαβής μόνο για το ίδιο το άτομο που καπνίζει το τσιγαριλάκι. Αποτελεί κίνδυνο και για την υπόλοιπη κοινωνία.

Η έρευνα δείχνει καθαρά ότι η μαριχουάνα έχει τη δυνατότητα να προκαλέσει προβλήματα στην καθημερινή ζωή. Μια μελέτη μεταξύ 129 φοιτητών κολεγίου βρήκε ότι μεταξύ αυτών που κάπνισαν το ναρκωτικό τουλάχιστον 27 από τις 30 ημέρες που προηγήθηκαν της έρευνας, βασικές δεξιότητες που σχετίζονται με την προσοχή, τη μνήμη και τη μάθηση μειώθηκαν σημαντικά. Μια μελέτη μεταξύ ταχυδρομικών υπαλλήλων βρήκε ότι εκείνοι οι υπάλληλοι που βγήκαν θετικοί στο τεστ για χρήση μαριχουάνας είχαν 55% περισσότερα ατυχήματα, 85% περισσότερους τραυματισμούς και 75% περισσότερες απουσίες από την εργασία τους.


Στην Αυστραλία, μια μελέτη βρήκε ότι η μέθη από την κάνναβη ήταν υπεύθυνη για το 4,3% των θανάτων των οδηγών.

Είναι σχεδόν αδύνατο να μεγαλώσει κάποιος στην Αμερική, ή σε οποιαδήποτε χώρα, και να μην εκτεθεί στον κίνδυνο των ναρκωτικών. Η πίεση από τους συνομηλίκους να πάρει κάποιος ναρκωτικά είναι μεγάλη και η έντιμη πληροφόρηση σχετικά με τους κινδύνους από τα ναρκωτικά δεν είναι πάντοτε δυνατή.

Πολλοί άνθρωποι θα σου πουν ότι η μαριχουάνα δεν είναι επικίνδυνη. Σκέψου ποιος σου το λέει αυτό. Μήπως είναι αυτοί οι ίδιοι άνθρωποι που προσπαθούν να σου πουλήσουν χόρτο;



Ο καθηγητής του σχολείου που πήγαινα, κάπνιζε τρία ή τέσσερα τσιγαριλίκια τη ημέρα. Έβαλε πολλούς μαθητές να αρχίσουν να καπνίζουν τσιγαριλίκια – μαζί κι εμένα. Ο έμπορος που τον προμήθευε, με πίεσε μετά να αρχίσω να κάνω χρήση ηρωίνης, το οποίο και έκανα χωρίς αντίσταση. Μέχρι εκείνη τη στιγμή, ένιωθα ότι η συνείδησή μου ήταν κιόλας νεκρή». – Βερονίκ



Η μαριχουάνα μπορεί να βλάψει τη μνήμη κάποιου – και αυτός ο αντίκτυπος μπορεί να διαρκέσει για μέρες ή εβδομάδες αφού έχει εξαφανιστεί η άμεση επήρεια του ναρκωτικού. Σε μια μελέτη, ζητήθηκε από μια ομάδα σκληρών χρηστών μαριχουάνας να θυμηθούν λέξεις από μια λίστα. Η ικανότητά τους να θυμηθούν σωστά τις λέξεις δεν επέστρεψε στο φυσιολογικό μέχρι να περάσουν τέσσερις εβδομάδες αφότου είχαν σταματήσει.

Οι μαθητές που κάνουν χρήση μαριχουάνας έχουν χαμηλότερους βαθμούς και λιγότερες πιθανότητες να εισαχθούν σε κολέγιο από αυτούς που δεν καπνίζουν. Πολύ απλά, δεν έχουν τις ίδιες ικανότητες να θυμηθούν και να οργανώσουν πληροφορίες σε σύγκριση με αυτούς που δεν κάνουν χρήση αυτών των ουσιών.

ΤΙ ΘΑ ΣΟΥ ΠΟΥΝ ΟΙ ΕΜΠΟΡΟΙ

Σε έρευνα που έγινε μεταξύ εφήβων για να βρεθεί ο λόγος που ξεκίνησαν να κάνουν χρήση ναρκωτικών, το 55% αυτών απάντησαν ότι αυτό οφειλόταν σε πίεση που δέχθηκαν από φίλους τους. Ήθελαν να δείχνουν άνετοι και δημοφιλείς. Οι έμποροι το γνωρίζουν αυτό.

Σε πλησιάζουν ως φίλοι και προσφέρονται να σε «βοηθήσουν» με «κάτι που θα σε ανεβάσει». Το ναρκωτικό θα σε «βοηθήσει να μπεις στην παρέα» ή «θα σε κάνει να δείχνεις άνετος».

Οι έμποροι ναρκωτικών, που το κίνητρό τους είναι το κέρδος που βγάζουν, θα πουν

οτιδήποτε για να σε κάνουν να αγοράσεις τα ναρκωτικά τους. Θα σου πούνε ότι «το χόρτο δε θα σε οδηγήσει σε πιο σκληρά ναρκωτικά».

Δεν τους ενδιαφέρει που τα ναρκωτικά καταστρέφουν τη ζωή σου, φτάνει να πληρώνονται. Το μόνο που τους ενδιαφέρει είναι το χρήμα. Πρώην έμποροι παραδέχτηκαν ότι βλέπουν τους πελάτες τους σαν «πόνια σ' ένα παιχνίδι σκακιού».

Μάθε τα δεδομένα για τα ναρκωτικά. Πάρε τις δικές σου αποφάσεις.

Η Αλήθεια για τα Ναρκωτικά

Τα ναρκωτικά είναι, στην ουσία, δηλητήρια. Η ποσότητα που λαμβάνεται καθορίζει και το αποτέλεσμα που θα έχουν.


Μια μικρή ποσότητα δρα ως διεγερτικό (αυξάνει τη δραστηριότητα). Μια μεγαλύτερη ποσότητα δρα ως ηρεμιστικό (μειώνει τη δραστηριότητα). Μια ακόμα μεγαλύτερη ποσότητα ενεργεί ως δηλητήριο και μπορεί να σκοτώσει.

Αυτό ισχύει για όλα τα ναρκωτικά. Αυτό που διαφέρει είναι μόνο η ποσότητα που χρειάζεται για να επιτευχθεί το αποτέλεσμα.

Αλλά πολλά ναρκωτικά είναι επικίνδυνα για έναν ακόμα λόγο: επηρεάζουν άμεσα το μυαλό. Αλλοιώνουν την αντίληψη του χρήστη για το τι συμβαίνει γύρω του. Ως αποτέλεσμα, το άτομο ενεργεί παράξενα, παράλογα, λανθασμένα, ακόμα και καταστροφικά.

Τα ναρκωτικά μπλοκάρουν τις αισθήσεις, τόσο τις ανεπιθύμητες όσο και τις επιθυμητές. Έτσι, ενώ προσφέρουν βραχυπρόθεσμη βοήθεια στην ανακούφιση του πόνου, ταυτόχρονα εξαλείφουν τις ικανότητες, την εγρήγορση και θολώνουν τη σκέψη.

Τα φάρμακα είναι ναρκωτικά που σκοπό έχουν να επιταχύνουν ή να επιβραδύνουν ή να αλλάξουν κάτι στον τρόπο λειτουργίας του σώματος, να το κάνουν να λειτουργεί καλύτερα. Μερικές φορές είναι απαραίτητα. Αλλά δεν παύουν να είναι ναρκωτικά: δρουν ως διεγερτικά ή ηρεμιστικά και σε μεγάλη ποσότητα μπορούν να σε σκοτώσουν. Αν, λοιπόν, δε χρησιμοποιείς τα φάρμακα όπως πρέπει, μπορεί να γίνουν τόσο επικίνδυνα όσο και τα παράνομα ναρκωτικά.

A photograph of a sunset over the ocean. The sky and water are a deep orange-red color. In the foreground, two people are walking on a concrete pier that extends into the water. The sun is low on the horizon, creating a bright reflection on the water's surface. The overall mood is serene and contemplative.

**Η πραγματική απάντηση
είναι να πάρει κανείς
τα δεδομένα και
όχι να πάρει ναρκωτικά.**

ΓΙΑΤΙ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ;

Οι άνθρωποι παίρνουν ναρκωτικά γιατί θέλουν να αλλάξει κάτι στη ζωή τους.

Να μερικοί από τους λόγους, όπως μας ανέφεραν οι νέοι, για τους οποίους πήραν ναρκωτικά:

- Για να μοιάσουν με τους υπόλοιπους
- Για να ξεφύγουν ή να χαλαρώσουν
- Επειδή βαριόντουσαν
- Επειδή τους έκανε να μοιάζουν πιο ώριμοι
- Για να κάνουν την επανάστασή τους
- Για να πειραματιστούν

Νομίζουν ότι τα ναρκωτικά είναι η λύση. Αλλά τελικά, τα ναρκωτικά γίνονται το πρόβλημα.

Όσο δύσκολο κι αν είναι να αντιμετωπίσει κανείς τα προβλήματά του, οι επιπτώσεις της χρήσης ναρκωτικών είναι πάντοτε χειρότερες από το πρόβλημα που προσπάθησε να λύσει με τη χρήση. Η πραγματική απάντηση είναι να πάρει κανείς τα δεδομένα και όχι να πάρει ναρκωτικά.



ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ

Substance Abuse and
Mental Health Services
Administration

Medical Research Institute of
New Zealand

“Study strengthens marijuana
brain damage case,” *ABC
News*, 4 June 2008

“Cannabis harm worse than
tobacco,” *BBC News*, 31 July
2007

“New Report Finds Highest
Ever Levels of THC in U.S.
Marijuana,” Office of National
Drug Control Policy press
release, 12 Jun 2008

National Toxicology
Specialists Inc.

“Marijuana Production in the
United States,” Jon Gettman

2007 National Report to
the EMCDDA by the Reitox
National Focal Point: Greece,
New Development, Trends
and in-depth information on

selected issues

Drug Abuse Warning
Network, 2005: National
Estimates of Drug-Related
Emergency Department Visits

“NIDA Infofacts: Marijuana,” 14
Jan 2008, National Institute
on Drug Abuse

United Nations Office on
Drugs and Crime 2007 World
Drug Report

University of South Carolina

Drug Enforcement
Administration

American Academy of
Pediatrics

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ:
Σελίδα 10, 12, 14: Alamy.

Εκατομμύρια τέτοια βιβλιαράκια έχουν μοιραστεί σε ανθρώπους σε όλο τον κόσμο, σε 22 γλώσσες. Νέα ναρκωτικά εμφανίζονται στους δρόμους και περισσότερες πληροφορίες γίνονται γνωστές σχετικά με τις παρενέργειές τους. Έτσι, εμπλουτίζουμε τα ήδη υπάρχοντα βιβλιαράκια και προσθέτουμε καινούρια στη σειρά.

Τα βιβλιαράκια εκδίδονται από το Ίδρυμα για ένα Κόσμο Χωρίς Ναρκωτικά, έναν μη κερδοσκοπικό κοινωφελή οργανισμό με έδρα το Λος Άντζελες στην Καλιφόρνια.

Το Ίδρυμα προσφέρει εκπαιδευτικό υλικό, συμβουλές και συντονισμό με το διεθνές δίκτυό του που ασχολείται με την πρόληψη χρήσης ναρκωτικών. Απευθύνεται σε νέους, γονείς, εκπαιδευτικούς, εθελοντικές οργανώσεις και κυβερνητικές υπηρεσίες – σε οποιοδήποτε ενδιαφέρεται να βοηθήσει τους ανθρώπους να κρατήσουν τα ναρκωτικά μακριά από τη ζωή τους.

ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ

Αυτό το βιβλιαράκι αποτελεί μέρος μιας σειράς εκδόσεων που καλύπτουν τα δεδομένα σχετικά με τη μαριχουάνα, το αλκοόλ, το Έκσταση, την κοκαΐνη, το κρακ, την κρυσταλλική μεθαμφεταμίνη και τη μεθαμφεταμίνη, τις εισπνεόμενες ουσίες, την ηρωίνη, το LSD και τα συνταγογραφούμενα φάρμακα/ναρκωτικά. Οπλισμένος μ' αυτές τις πληροφορίες, ο αναγνώστης μπορεί να πάρει την απόφαση να κρατήσει τα ναρκωτικά μακριά απ' τη ζωή του.

Για περισσότερες πληροφορίες ή για να αποκτήσεις περισσότερα αντίτυπα από αυτό και από τα' άλλα βιβλιαράκια της σειράς, έλα σε επαφή με τη διεύθυνση:



Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA
+1-818-952-5260
drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org

Εκστρατεία Ενάντια στα Ναρκωτικά
Πατησίων 200
112 56 Αθήνα
Τηλ. 210 8653382
notodrugs.gr
info@notodrugs.gr