

PRAVDA O

HEROINU

Hero
ejč

Herák
háčko
kámen

ŘEKNI NE DROGÁM – ŘEKNI ANO ŽIVOTU

PROČ VZNIKLA TATO BROŽURA

Ve světě se o drogách hodně mluví — na ulicích, ve školách, na internetu, i v televizi. Něco z toho je pravda, něco ne.

Velkou část toho, co se o drogách říká, ve skutečnosti šíří ti, kdo drogy prodávají. Napravení drogoví dealeri přiznávají, že byli ochotní říci cokoli, jen aby člověka přiměli drogu koupit.

Nenechte se obelhávat. Abyste se vyhnuli závislosti a mohli vzdorovat drogám a pomohli svým přátelům, potřebujete fakta. Proto jsme připravili tuto brožuru — pro vás.

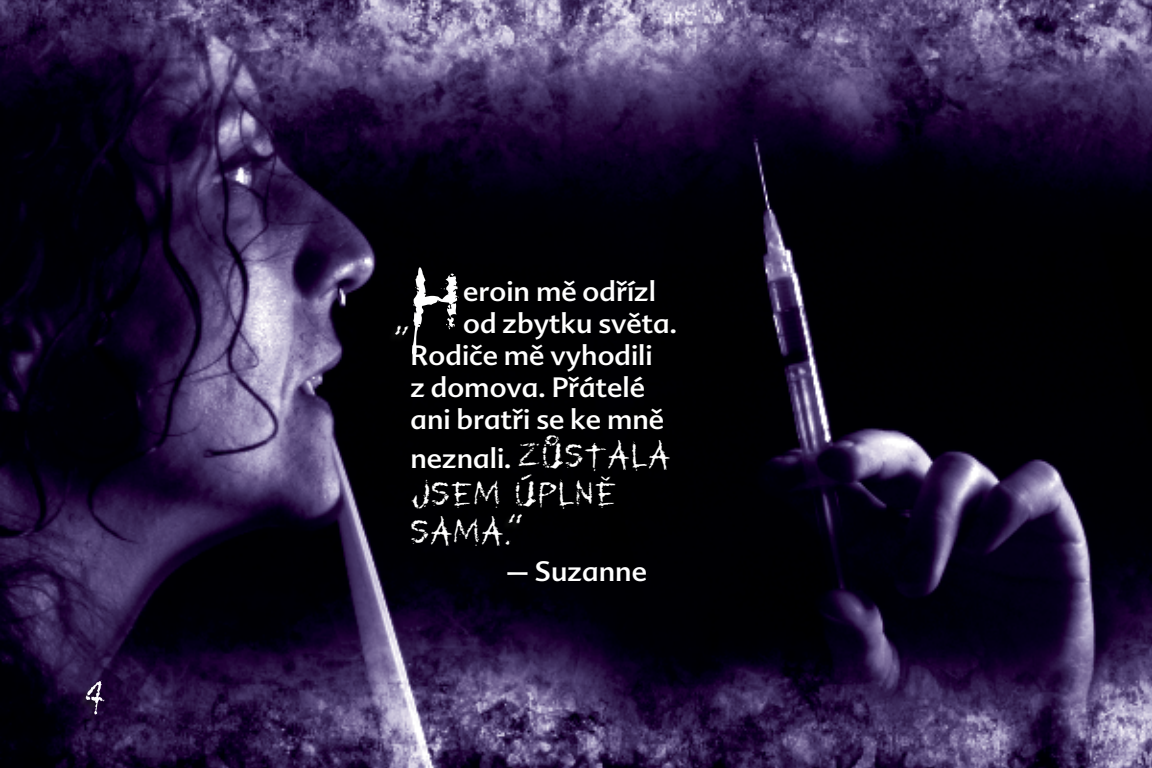
Komunikace s vámi je pro nás důležitá, proto se těšíme na vaše připomínky. Můžete navštívit naši webovou stránku na adrese **www.drugfreeworld.org** a poslat nám e-mail na **info@drugfreeworld.org**.

HEROIN: CO JE TO?

Heroin je vysoce návykovou nelegální drogou. Je užíván miliony závislých po celém světě, kteří nedokáží překonat nutkání pokračovat v každodenním užívání této drogy. Jsou si vědomi toho, že pokud přestanou, budou muset čelit děsivým útrapám abstinčních příznaků.

Heroin je (podobně jako opium a morfium) vyroben z pryskyřice rostlin máku. Mléčné, mízu připomínající opium je nejprve sebráno z tobolky máku. Toto opium je rafinováno (pročištěno) na morfium a dále do různých forem heroinu.

Heroin je většinou aplikován injekčně, což uživatele vystavuje dalším rizikům — hrozbě nákazy AIDS nebo jinou infekční nemocí, která je dalším problémem k způsobované bolesti samotnou závislostí.



Heroin mě odřízl
od zbytku světa.
Rodiče mě vyhodili
z domova. Přátelé
ani bratři se ke mně
neznali. ZŮSTALA
JSEM ÚPLNĚ
SAMA."

— Suzanne

PŮVOD HEROINU

Heroin byl poprvé vyroben v roce 1898 německou farmaceutickou společností Bayer a byl na trh uveden jako lék na tuberkulózu a současně prostředek na léčbu morfiové závislosti. Úmrtnost závislých na heroinu byla odhadována dvacetkrát větší než u zbytku populace.

BLUDNÝ KRUH

V padesátých letech devatenáctého století byla závislost na opiu významným problémem. „Řešením“ bylo nahradit opium u závislých, méně účinnou a údajně nenávykovou látkou — morfiem.

Závislost

na morfiu se záhy stala větším problémem než závislost na opiu.

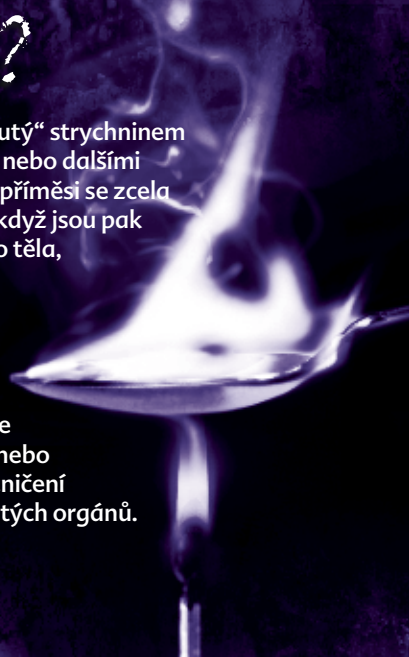
Podobně jako tomu bylo v případě opia, i morfiový problém byl vyřešen další „nenávykovou“ náhražkou — heroinem, který je, jak se později prokázalo, ještě návykovější než morfium. Spolu s heroinovým problémem se objevila další „nenávyková“ náhražka. Tato droga je nyní známá pod jménem metadon. Poprvé byl vyvinut v roce 1937 německými vědci, kteří hledali utišující lék pro chirurgii. V roce 1947 byl metadon exportován do USA pod obchodní značkou „Dolophine“. Tento přejmenovaný metadon se záhy rozšířil jako prostředek k léčbě závislosti na heroinu. Bohužel se ukázalo, že je ještě návykovější než heroin.



JAK HEROIN VYPADÁ?

Ve své nejčistší formě je heroin jemný bílý prášek. Mnohem častěji se však vyskytuje narůžovělý, našedlý, hnědý nebo dokonce černý heroin. Zbarvení je způsobeno příměsemi, které byly použity k jeho rozpuštění. Mezi ně patří cukr, kofein nebo další látky. Na ulici prodáváný heroin

je někdy „říznutý“ strychninem (jed na krysy) nebo dalšími jedy. Některé příměsi se zcela nerozpustí, a když jsou pak vpichovány do těla, mohou ucpat cévy vedoucí k plicím, ledvinám nebo mozku. Už jen to může vést k infekci nebo nevratnému zničení životně důležitých orgánů.



Uživatel, který si heroin kupuje na ulici, nikdy nezná skutečnou sílu drogy v konkrétním balíčku. Tím se uživatelé neustále vystavují riziku předávkování.

Heroin může být aplikován injekčně, kouřen nebo šňupán. Po prvním užití droga vytváří omamný pocit. Člověk se může cítit velmi uvolněn, snadno komunikuje s ostatními a zažívá pocit zvýšeného sexuálního výkonu — ne však nadlouho.

Heroin je vysoce návykový a odvykání je velmi bolestivé. Droga rozloží imunitní systém a přivodí své oběti nemoci, extrémní pohublost a nakonec smrt.

SLANGOVÉ NÁZVY

HEROINU

- H
- Háčko
- Ejč
- Herák
- Herodes
- Čoko
- Hero
- Král
- Kámen



„Ode dne, kdy jsem začala brát, jsem už nikdy nepřestala. Během týdne jsem přešla od šňupání heroinu k jeho píchání. Během jednoho měsíce jsem byla závislá a utratila veškeré úspory. Prodala jsem všechnen svůj majetek, který měl nějakou hodnotu a nakonec i vše, co patřilo mé matce. Během jednoho roku jsem přišla o všechno.“

PRODALA JSEM AUTO, ZTRATILA
PRÁCI, MATKA MĚ VYHODILA
Z DOMU, NA KREDITNÍ KARTĚ
JSEM MĚLA DLUH 25000 DOLARŮ

a žila na ulicích města Camden v New Jersey. Lhala jsem, kradla a podváděla.

Byla jsem znásilněna, mnohokrát zmlácena, okradena, zatčena, byla jsem bezdomovec, nemocný a zoufalý. Bylo mi jasné, že nikdo nemůže dlouho vydržet takový životní styl a věděla jsem, že brzká smrt je neodvratná. Nakonec i smrt byla lepší než život fetačky.“ — Alison

MEZINÁRODNÍ STATISTIKY

Odhadem 13,5 milionu lidí na světě užívá opioidy (látky podobné opiu), včetně 9,2 milionu, kteří užívají heroin.

- V roce 2007 pocházelo 93 % světové produkce opia z Afghánistánu (opium je surovinou, z níž se vyrábí heroin.) Jeho celková vývozní hodnota byla zhruba 4 miliardy dolarů, z nichž tři čtvrtiny získali překupníci. Zbylá miliarda putovala k samotným afghánským pěstitelům opia.
- Životní zkušenost s heroinem nebo opiáty mělo v roce 2007 v České republice 2 % studentů ve věku 16 let podle průzkumu Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2007.
- V ČR je podle odhadu 10 tisíc uživatelů heroinu a opiátů.

• Zpráva Evropského monitorovacího centra pro drogy a drogové závislosti z roku 2008 uvádí, že v Evropě opiáty, zejména heroin, hrály roli ve čtyř z pěti smrtí souvisejících s užíváním drog.

• Podle průzkumu ESPAD mělo v roce 2003 zkušenost s užitím heroinu (opiátů) 10 % českých školáků ve věku do 13 let!



Drogy znamenají smrt. Neučiníte-li nic, abyste se vymanili z jejich pasti, zahubí vás. Drogová závislost je jako vězení. Zpočátku si myslíte, že drogy jsou vašimi přáteli (mohou ve vás vytvářet pocit, že vám pomáhají uniknout před věcmi či pocity, které vás trápí). Brzy se však budete ráno budít jen s myšlenkou na drogy.

Celý den strávíte sháněním nebo užíváním drog. Každé odpoledne trávíte v omámení. V noci usínáte s pomocí heroinu. Žijete jen pro něj. Jste ve vězení. Bez přestání tlučete hlavou o zeď, ale nikam se nedostanete. **NAKONEC SE VAŠE VĚZENÍ STANE VAŠÍM HROBEM.** — Sabrina

NIČIVÉ ÚČINKY HEROINU

OKAMŽITÉ ÚČINKY: Počáteční účinky heroinu mohou zahrnovat nával pocitů — omámení. Ten je často provázen pocitem tepla na kůži a suchem v ústech. Počáteční reakce může zahrnovat zvracení nebo silné svědění.

Poté, co tyto počáteční účinky pominou, je uživatel po několik hodin omámen. Zpomalí se jeho tělesné funkce jako dýchání nebo tep srdce.

Několik hodin poté, co účinky drogy zeslábnu, začne tělo drogově závislého žádat o další dávku. Nedostane-li ji, začne zažívat absták. Tento absták může zahrnovat těžké fyzické a psychické potíže, které jsou zažívány, pokud není tělu dodána další dávka heroinu.

Abstinenčními příznaky mohou být neklid, bolesti v kostech, průjem, zvracení a těžká nevolnost.

Intenzivní omámení, které uživatel vyhledává, trvá jen několik minut. S dalším užíváním potřebuje zvyšovat dávky drogy, jen aby se cítil „normálně“.

KRÁTKODOBÉ ÚČINKY

- **Omámení**
- **Zpomalení dechu**
- **Zamlžení funkce myšlení**
- **Nevolnost a zvracení**
- **Malátnost, ospalost**
- **Hypotermie (snížená tělesná teplota)**
- **Kóma, smrt**

DLOUHODOBÉ ÚČINKY

Yliv přetrvávajícího užívání této drogy na tělo je velmi ničivý. Časté injekce jsou příčinou poškození cév a mohou vést k infekcím krevního řečiště a srdečních chlopní. Celkový špatný stav těla může vést k tuberkulóze.* Dalším dlouhodobým

důsledkem závislosti na heroinu je artritida.**

Životní styl závislých — když uživatelé

heroinu často sdílejí společnou jehlu — vede k AIDS a jiným nakažlivým chorobám. Odhaduje se, že mezi 35 000 nově nakažených, kteří jsou každoročně infikováni žloutenkou typu C ve USA, je více než 70 procent uživatelů drog, kteří používají injekční jehly.

„Lidé věří, že heroin je skvělý, ale připraví vás o vše: o práci, rodiče, přátele, sebejistotu a domov. Lži a krádeže se stanou vaším zvykem. Ztratíte úctu ke komukoliv nebo čemukoliv.“ — Pete

Abstinenční příznaky (abst'ák) na heroinu jsou děsivou zkušeností, která začne týrat tělo již pár hodin po poslední dávce.

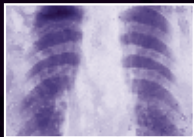
* tuberkulóza: infekční choroba napadající plicí i další orgány

** artritida: zánět kloubů

DLOUHODOBÉ ÚČINKY

- Zapáchající dech
- Zánět dásní
- Zácpa
- Studený pot
- Svědění
- Oslabení imunitního systému
- Bezvědomí
- Nemoci spojené s dýcháním
- Svalová slabost
- Puchýře na obličeji
- Snížená pohlavní schopnost a dlouhodobá impotence u mužů
- Narušení menstruačního cyklu u žen
- Neschopnost dosáhnout orgasmu (muži i ženy)
- Ztráta paměti a inteligenčního potenciálu
- Introverze (stažení se do sebe)
- Deprese
- Nespavost
- Ztráta chuti k jídlu

Hnisavé záněty (abscesy) způsobené používáním injekčních jehel, kterými je poseto tělo šestnáctiletého závislého



UŽÍVÁNÍ HEROINU způsobuje celou škálu fyzické a duševní destrukce.

„ZKUSÍM TO JEN JEDNOU.“

VAROVÁNÍ: I JEDINÁ DÁVKA HEROINU MŮŽE
ČLOVĚKA UVÉST NA CESTU K ZÁVISLOSTI.

Mnoho lidí experimentuje s heroinem a myslí si: „Jednou — dvakrát to zkusím. Vždy mohu přestat.“ Ovšem ti, kdo vstoupí na tuto cestu, zjistí, že je téměř nemožné otočit se zpátky. Zvažte slova Sama, patnáctiletého závislého: „Když si poprvé šlehnete, pravděpodobně se pozvracíte a máte pocit odporu, ale brzy to zkusíte znovu. Přilepí se to na Vás jako posedlá milenka. Omámení po dávce a způsob, jakým poznáte, že chcete víc, jako kdybyste měli nedostatek vzduchu — právě tak vás heroin dostane do své pasti.“

Hrozba závislosti není nejhorším následkem experimentů s heroinem. Jimovi bylo jednadvacet a večery obvykle trávil popíjením piva s přáteli. Již experimentoval s heroinem, takže když mu přátelé nabídli, aby si šnupl, neváhal. Patnáct minut po vdechnutí ztratil vědomí a pak upadl do hlubokého kómatu, který trval přes dva měsíce. Dnes je připoután k invalidnímu vozíčku, nemůže psát, jen stěží dokáže číst. Všechny jeho sny a ambice jsou pryč.



HEROINOVÁ „MÓDA“

Heroin kdysi lidi děsil. Poslední dobou se někteří lidé snaží učinit z užívání heroinu módu.

V posledních deseti letech byl vzhled „heroinového fetišáka“ — prázdný výraz, voskově bílá pleť, tmavé kruhy pod očima, propadlé tváře, přílišná štíhlost a mastné vlasy — propagován v populárních časopisech a módních kruzích jako módní.

Podobně jako rockové hvězdy pomohly v šedesátých letech zpopularizovat LSD,

máme dnes módní návrháře, fotografy a lidi z reklamních agentur, kteří ovlivnili celou generaci mladých lidí, když v módních časopisech a hudebních video klipech zobrazují užívání heroinu jako něco, co je v kurzu a dokonce žádoucí.

Je smutnou ironií, že Davide Sorrenti — módní fotograf, jehož práce je synonymem pro tzv. heroinovou módu — údajně zemřel ve 20 letech na předávkování heroinem.



STRMÁ CESTA DOLŮ

Některé děti kouří již v útlém věku cigarety a pijí alkohol. V době, kdy končí střední školu, má za sebou téměř 40 procent všech teenagerů experimenty s marihuanou. Někteří se později obrátí na návykovější drogy.

Nelze se domnívat, že všechny děti, které dnes kouří marihuanu, budou zítra závislími na heroinu. Ale riziko přesto existuje. A dlouhodobé studie středoškolských studentů naznačují, že jen málo mladých lidí začalo užívat jiné drogy bez toho, aby nejprve neokusilo marihuanu. Jakmile uživatel nedokáže dosáhnout svého počátečního opojení, začne zvyšovat spotřebu dosavadní drogy nebo hledat něco silnějšího.

POUJĎME ČELIT REALITĚ

U dětí lze zaznamenat narůstající tendenci užívání zakázaných látek.

Národní průzkum užívání drog a zdraví provedený v roce 2007 v USA odhalil, že 9,5 % mladých lidí ve věku od 12 do 17 let užívá nelegálně drogy.

V roce 2008 zjistilo Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti při Kolumbijské univerzitě, že denní spotřeba marihuany mezi vysokoškolskými studenty se zdvojnásobila, a zaznamenala i nárůst v užívání heroinu a kokainu.

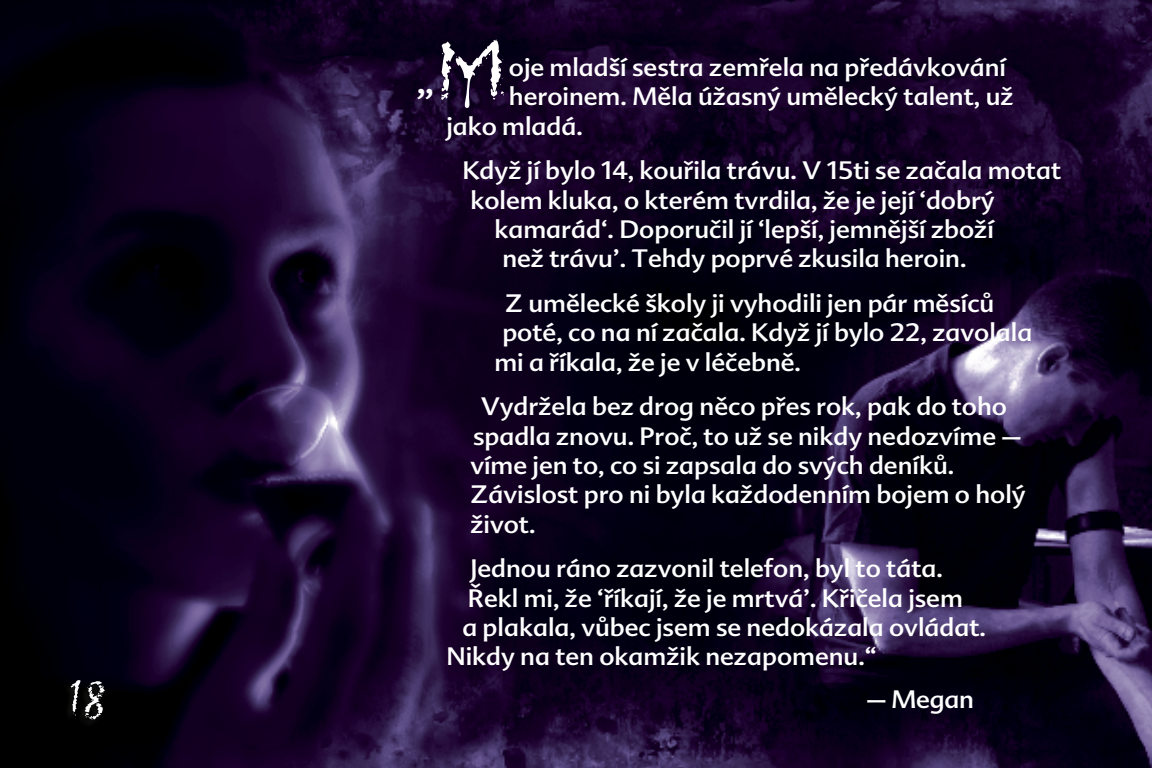
Podle vyjádření Kanceláře OSN pro boj s drogami a kriminalitou, užívalo v celém světě v roce 2008 opiáty – opium, morfin, heroin a syntetické opiáty – 16 milionů lidí.

NOVÁ TVÁŘ HEROINU

Obrázek apatického mladého fetiša heroinu zhrouceného ve špinavém temném průchodu je překonaný. Dnešnímu mladému závislému může být 12 let, může hrát videohry a poslouchat oblíbenou hudbu své generace. Může působit chytře, mít styl a nemusí se u něj projevovat žádný z obvyklých příznaků užívání heroinu, například stopy po vpichu jehly na paži.

Protože je heroin dostupný v různých formách, které se snadněji užívají a jsou cenově dostupnější, je dnes mnohem větším pokušením než kdy předtím. V letech 1995 až 2002 se počet amerických dospívajících ve věku 12 až 17 let, kteří alespoň jednou v životě zkusili heroin, zvýšil o 300 procent.

Mladý člověk, který si rozmyslí, zdali do své paže zabodne jehlu injekční stříkačky, tutéž drogu klidně vykouří nebo šňupne. Tento klid je však klamný a jediné, o čem vypovídá, je představa uživatele, že tento způsob aplikace je méně nebezpečný. Pravdou však je, že heroin je nebezpečný a návykový ve všech svých formách.



„**M**oje mladší sestra zemřela na předávkování heroinem. Měla úžasný umělecký talent, už jako mladá.

Když jí bylo 14, kouřila trávu. V 15ti se začala motat kolem kluka, o kterém tvrdila, že je její ‘dobrý kamarád’. Doporučil jí ‘lepší, jemnější zboží než trávu’. Tehdy poprvé zkusila heroin.

Z umělecké školy ji vyhodili jen pár měsíců poté, co na ní začala. Když jí bylo 22, zavolala mi a říkala, že je v léčebně.

Vydržela bez drog něco přes rok, pak do toho spadla znovu. Proč, to už se nikdy nedozvíme – víme jen to, co si zapsala do svých deníků. Závislost pro ni byla každodenním bojem o holý život.

Jednou ráno zazvonil telefon, byl to táta. Řekl mi, že ‘říkají, že je mrtvá’. Křičela jsem a plakala, vůbec jsem se nedokázala ovládat. Nikdy na ten okamžik nezapomenu.“

— Megan

CO VÁM ŘEKNOU DEALERŮ

Při průzkumu mezi náctiletými bylo zjištěno, že 55 % začalo brát drogy kvůli tlaku ze strany svých přátel. Chtěli být oblíbení a v pohodě. Dealeri toto vědí.

Tváří se jako kamarádi a nabídnou, že vám „trochu pomůžou“, dají vám „něco, co vás vzpruží“. Droga vám umožní „zapadnout do party“ nebo být víc „cool“.

Dealeri drog chtějí vydělávat peníze,

takže řeknou cokoli, jen abyste si od nich drogu koupili. Řeknou vám, že „heroin je jako teplá deka“ a že to bude „nejlepší zážitek vašeho života“.

Je jim úplně jedno, jestli vám drogy zničí život, jen když dostanou zapláceno. Jediné, co je zajímá, jsou peníze. Bývalí dealeri přiznávají, že se na své zákazníky dívají jako na „pěšáky na šachovnici“.

Zjistěte si o drogách fakta. Dělejte svá vlastní rozhodnutí.

Pravda o drogách

Drogy jsou v podstatě jedy. Užité množství určuje jejich účinek.

Malé množství stimuluje (zvyšuje aktivitu). Větší množství funguje jako sedativum (potlačuje aktivitu). Stále se zvyšující množství působí jako jed a může dotyčného zabít.

To platí pro kteroukoliv z drog. Rozdíl je pouze v množství, které je potřebné k dosažení vytouženého účinku.

Mnoho drog má však další vlastnost: přímo ovlivňují mysl. Dokáží pokřivit vnímání

toho, co se kolem člověka děje. Výsledkem je, že se jednání uživatele může jevit jako divné, iracionální, nepatřičné a dokonce destruktivní.

Léky jsou také drogy. Jejich účelem je vás povzbudit, utlumit, nebo změnit něco ve vašem těle, aby fungovalo lépe. Někdy jsou nezbytné. Ale jsou to pořád drogy, fungují jako stimulanty nebo sedativa a příliš velká dávka vás může i zabít. Takže pokud léčiva používáte jinak, než je předepsáno, mohou být zrovna tak nebezpečná, jako ilegální drogy.

**Skutečným řešením je
zjistit si fakta a s drogami
vůbec nezačínat.**



PROČ LIDÉ BEROU DROGY?

Lidé berou drogy, protože chtějí ve svém životě něco změnit.

Zde je několik důvodů, které mladí lidé uvedli pro své rozhodnutí brát drogy:

- Zapadnout do kolektivu
- Uniknout od reality a odpočinout si
- Zahnat nudu
- Udělat něco dospěláckého
- Vzbouřit se
- Experimentovat

Myslí si, že drogy jsou řešení. Ale nakonec se z drog stane problém.

Jakkoli je obtížné postavit se problémům tváří v tvář, následky užívání drog jsou vždy horší, než problémy, které se jimi člověk snaží řešit. Skutečným řešením je zjistit si fakta a s drogami vůbec nezačínat.



ZDROJE A ODKAZY:

United Nations Office on Drugs and Crime World Drug Report 2008

White House Office of National Drug Control Policy

National Institutes of Health (U.S.)

Drug Enforcement Administration (U.S.)

„Research Report Series – Heroin Abuse and Addiction,“ National Institute on Drug Abuse (U.S.)

Department of Health and Human Services (U.S.)

Center for Substance Abuse Research (U.S.)

„Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights – 2006,“ Substance Abuse and Mental Health Services Administration

„Results from the 2007 National Survey on Drug Use and Health: National Findings,“ Substance Abuse and Mental Health Administration (U.S.)

National Library of Medicine (U.S.)

American Council on Drug

Education's Annals of Internal Medicine (April 1999)

The Lancet (UK)

Laboratory of the Municipal Police Amsterdam

Columbia University Medical Center

World Health Organization

European Monitoring Centre on Drugs and Drug Addiction

„Teen Charged in 'Cheese Heroin' Death, Jeremy Landers, AP, 28 Feb 2008

„Message from the Chairman,“ The National Center on Addiction and Substance Abuse of Columbia University, Fall 2008

FOTOGRAFIE:

Strany 5, 12: istock.com/Peeter Viisimaa; Page 6: istock.com/

Stephanie Horrocks; Strana 13: Stockxpert;

Strana 13: U.S. Treasury Department, Bureau of Narcotics/heroin addict;

Strana 15: Courtesy of Francesca Sorrenti

Miliony výtisků brožur jako je tato, byly rozdány lidem po celém světě ve 22 jazycích. Jsou průběžně aktualizovány či nově vytvářeny dle toho, jak se na ulicích objevují nové drogy a jsou zjišťovány jejich účinky.

Brožury publikuje Nadace pro svět bez drog (Foundation for Drug Free World), nezisková organizace sídlící v Los Angeles v Kalifornii, USA.

Nadace poskytuje vzdělávací materiály a poradenství a koordinuje mezinárodní síť organizací zabývajících se prevencí zneužívání drog. Spolupracuje s mládeží, rodiči, učiteli, neziskovými organizacemi a vládními úřady – a s kýmkoli dalším, kdo má zájem pomáhat lidem žít život bez drogové závislosti.

FAKTA, KTERÁ POTŘEBUJETE ZNÁT

Tato brožura je jednou z řady publikací, které zahrnují fakta o marihuaně, alkoholu, extázi, kokainu, cracku, pervitinu, inhalantech, heroinu, LSD a zneužívání léků na předpis. Čtenář vyzbrojený těmito informacemi je schopen učinit rozhodnutí žít život bez závislosti na drogách.

Pro více informací nebo pro získání více výtisků této nebo ostatních brožur z této série kontaktujte:



Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA

www.drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org
Tel.: 001 888 668 6378

Občanské sdružení
Řekni ne drogám –
řekni ano životu
Soběslavská 32
130 00 Praha 3

www.rekninedrogam.cz
info@rekninedrogam.cz
Tel.: 222 362 264