

PRAVDA O ZNEUŽÍVÁNÍ LÉKŮ NA PŘEDPIS

Black Beauties
Yellows Reds
Downers Demmies
Candy

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.

ZNEUŽÍVÁNÍ LÉKŮ NA PŘEDPIS ZÁVAŽNÝ PROBLÉM

Zneužívání léků na předpis v ČR je závažným problémem jak mezi náctiletými, tak i dospělými. Zatím mu není věnována dostatečná pozornost. Národní studie v USA ukazují, že riziko zneužívání léků na předpis je u náctiletých vyšší, než riziko zneužívání ilegálních pouličních drog.

Mnoho náctiletých se domnívá, že léky na předpis jsou bezpečné, protože je předepisují lékaři. Užívání léčiv pro jiné než lékařské účely je však právě tak nebezpečné a návykové, jako užívání ilegálních pouličních drog.

Užívání léků na předpis s sebou nese mnoho velmi závažných zdravotních rizik. Právě proto by se měly užívat jen pod odborným lékařským dohledem. A i tak je třeba pacienta

bedlivě sledovat, aby si nepřivodil závislost či jiné problémy.

Mnoho pilulek vypadá velmi podobně. Vzáť si pilulku, která vám nebyla předepsána nebo o jejímž původu si nejste stoprocentně jisti, je extrémně nebezpečné. Lidé také na léky reagují různě. Lék, který jednomu člověku pomohl, může být extrémně nebezpečný či dokonce smrtelný pro někoho jiného.

Léky na předpis jsou bezpečné pouze pro ty, kdo příslušný předpis mají, ne pro nikoho jiného.

LÉKY NA PŘEDPIS CO O NICH NEVÍTE

Řada léků na předpis je kvůli svému potenciálu zneužívání a závislosti Americkou protidrogovou agenturou (DEA) řazena do stejné kategorie, jako opium či kokain. Mezi tyto drogy patří Ritalin a Dexedrin (stimulanty) a léky proti bolesti OxyContin, Demerol a Roxanol.

Řada současných pouličních drog byla v minulosti předepisována lékaři či psychiatry jako léky. Pod tíhou důkazů o jejich negativních účincích byly po čase zakázány. Mezi tyto drogy patří například heroin, kokain, LSD, pervitin a extáze.

Zneužívání léků na předpis může být dokonce nebezpečnější než zneužívání

ilegálně vyráběných drog. Vyšší účinnost těchto syntetických (uměle vyrobených) drog, dostupných na předpis, s sebou nese i vyšší riziko předávkování. To se týká zejména OxyContinu a podobných utišujících prostředků proti bolesti — počet případů úmrtí následkem jejich užívání se během pěti let více než zdvojnásobil.

Mnoho lidí si neuvědomuje, že distribuce či prodej léků na předpis (netýká se lékařů) je právě tak ilegální, jako prodej kokainu či heroinu a nese s sebou vysoké pokuty a tresty odnětí svobody. Pokud je následkem takové činnosti něčí úmrtí, mohou být dealeri odsouzeni i k doživotí.

KATEGORIE ZNEUŽÍVANÝCH LÉKŮ NA PŘEDPIS

Léky na předpis jsou také zneužívány k rekreačním účelům. Dají se rozdělit na:

- 1. Tlumivé léky:** Tyto léky, které zpomalují činnost mozku, často utlumují centrální nervový systém (mozek a míchu). Patří mezi ně sedativa (uklidňují a uspávají) a trankvilizéry (jejichž účelem je snižovat napětí a úzkost).
- 2. Opioidy*:** Sem patří léky proti bolesti, které obsahují opium či látky jemu podobné a užívají se k tlumení bolesti.
- 3. Stimulanty:** Skupina léků, jejichž účelem je zvýšit energii a pozornost; zároveň však zvyšují krevní tlak, tep a zrychlují dýchání.
- 4. Antidepresiva:** Psychiatrické léky, jejichž účelem je potlačovat deprese.

*opioidy - látky, jejichž účinek a chemické složení připomíná opium (omamná látka z máku setého)



TLUMIVÉ LÉKY

Tlumivé léky zahrnují velmi širokou oblast léků, jejichž cílem je hlavně tlumit, uklidňovat anebo snižovat napětí či úzkost. Vyrábějí se ve formě různobarevných tablet či kapslí nebo jako roztoky.

Některé léky z této kategorie, jako například Zyprexa, Seroquel či Oxazepam, jsou označovány jako „velké trankvilizéry“, což jsou léky zmírňující pocit úzkosti a duševního napětí.

Lékům jako Xanax, Diazepam (= Valium), Radepur a Neurol, se často říká „benzo“ (zkratka pro benzodiazepiny*).

Ostatní léky, jako jsou Rohypnol, Hypnogen a Nitrazepam, se řadí mezi léky, které mají sedativní a hypnotické účinky.

* benzodiazepin: uklidňující prostředek, který vyvolává uvolnění svalů a uklidňuje duševní rozrušení

KRÁTKODOBÉ ÚČINKY TLUMIVÝCH LÉKŮ

Krátkodobé účinky:

- Zpomalení mozkových funkcí
- Snížený krevní tlak
- Zmatení
- Závratě
- Horečka
- Poruchy vidění
- Dezorientace, neschopnost koordinace
- Neschopnost či potíže s močením
- Zpomalený tep a dýchání
- Poruchy koncentrace
- Vyčerpání*
- Nezřetelná mluva
- Netečnost
- Rozšířené zorničky
- Deprese
- Závislost

Vyšší dávky mohou narušit paměť, úsudek a koordinaci, vyvolat podrážděnost, paranoii** a sebevražedné myšlenky. Někteří uživatelé uvádějí, že zažili opačný než zamýšlený účinek, jako je například podrážděnost či agresivita.

Užívání sedativ (drog, jejichž účelem je uspávat či ulevovat od bolesti) a uklidňujících prostředků v kombinaci s jinými látkami, zejména alkoholem, může zpomalit dýchání a srdeční tep a způsobit tak smrt.

* vyčerpání: extrémní tělesná či duševní únava

** paranoia: podezírání, nedůvěra či strach z ostatních lidí

DLOUHODOBÉ ÚČINKY TLUMIVÝCH LÉKŮ

Na mnoho těchto léků si člověk rychle vypěstuje toleranci (odolnost proti droze) a potřebuje čím dál vyšší dávky, aby dosáhl stejného účinku. Uživatel, který se snaží docílit téhož opojení, si může dávku zvýšit do té míry, že si přivodí kóma či dokonce smrt z předávkování.

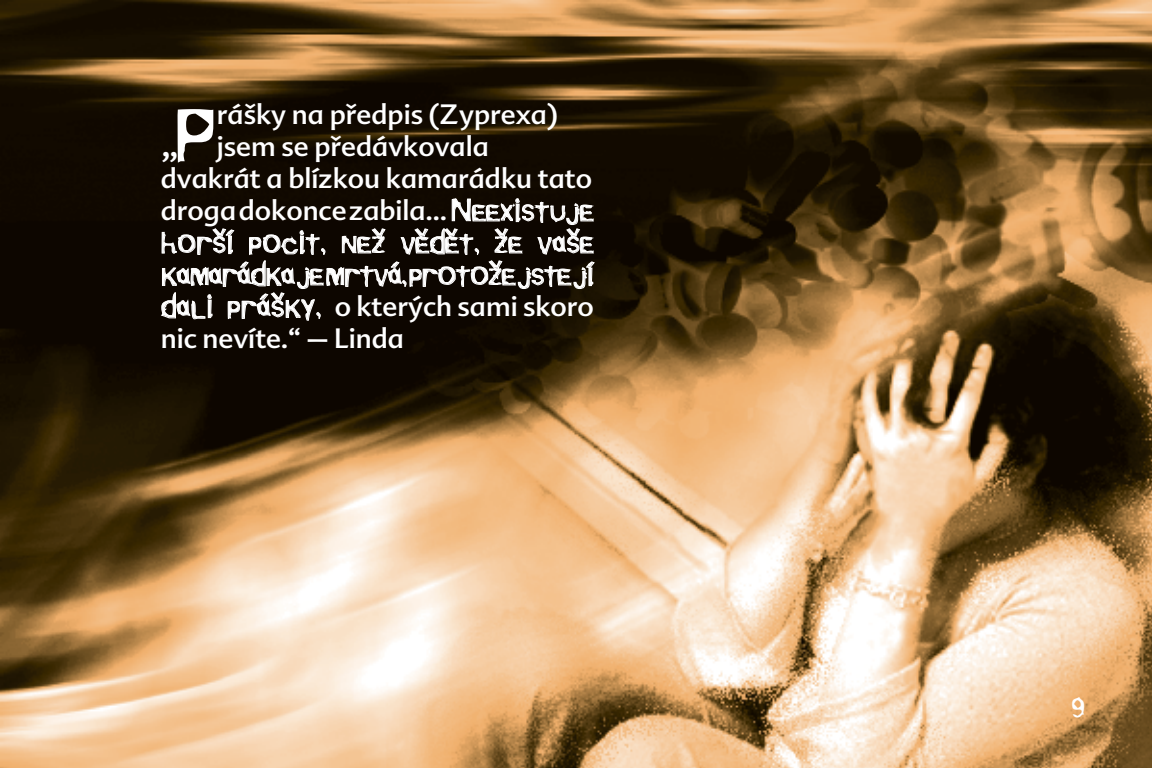
Dlouhodobé užívání může způsobovat deprese, chronickou únavu, potíže s dýcháním, sexuální problémy a poruchy spánku. Jak se závislost na droze zvyšuje a závislý si ji není schopen dopřát, objevuje se nutkání, úzkost, či panika.

Mezi abstinenční příznaky patří nespavost, slabost a nevolnost. Dlouhodobé užívání nebo užívání velkých dávek způsobuje

podrážděnost, zvýšenou tělesnou teplotu, delirium, halucinace a křeče. Na rozdíl od většiny ostatních drog, může abstinenční syndrom u tlumivých léků skončit i smrtí.

Tyto léky také zvyšují riziko nadměrné hladiny cukru v krvi, cukrovky a obezity (byly zaznamenány i případy přírůstku na váze 50 kilogramů).

Studie provedená novinami *USA Today* na základě údajů Úřadu pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) za období čtyř let ukázala, že neuroleptika (druh tlumivých léků) jsou na vině ve 45 případech úmrtí způsobených selháním srdce, udušením či selháním jater a sebevražd.

A person is shown from the chest up, sitting and covering their face with both hands. They appear to be in a state of deep distress or grief. The background is dark and out of focus, with some foliage visible. The overall lighting is dim and somber.

Prášky na předpis (Zyprexa)
„Jsem se předávkovala
dvakrát a blízkou kamarádku tato
droga dokonce zabila... NEEXISTUJE
HORŠÍ POCIT, NEŽ VĚDĚT, ŽE VAŠE
KAMARÁDKA JEMRTVÁ, PROTOŽE JSTE JÍ
DALI PRÁŠKY, o kterých sami skoro
nic nevíte.“ — Linda

ROHYPNOL

Rohypnol je uklidňující prostředek desetkrát silnější než Diazepam (Valium). Tato droga je dostupná ve formě bílých nebo olivově zelených pilulek. Uživatelé drtí pilulky a takto vyrobený prášek šňupou, přidávají k marihuaně a kouří, rozpouštějí v nápojích nebo si jej píchají ve formě roztoku.

SLANGOVÉ NÁZVY

- roháč
- erko

ÚČINKY ROHYPNOLU

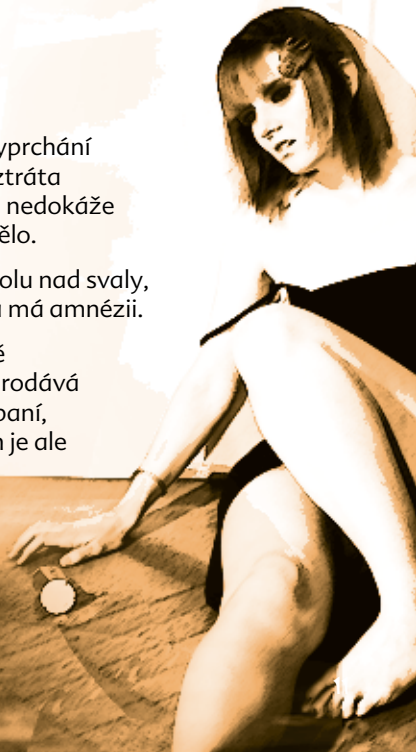
Rohypnol je pro svou schopnost učinit oběť neschopnou obrany, zneužíván při páchání sexuálně motivovaných útoků, čímž si vysloužil pověst drogy spojované se znásilněními.

Uživatelé Rohypnolu popisují jeho účinek jako „paralyzující“. Účinek se dostaví do 20 až 30 minut po požití, nejsilněji se projevuje po 2 hodinách a celkem může trvat 8 až 12 hodin. Může být natolik silný, že se dotyčný bezvládně zhroutí. Leží na podlaze s otevřenýma očima, vnímá, co se děje kolem něj, ale nedokáže se

vůbec pohnout. Po vyprchání účinků se dostavuje ztráta paměti, oběť si často nedokáže vzpomenout, co se dělo.

Dotyčný ztrácí kontrolu nad svaly, je zmatený, ospalý, a má amnézii.

Rohypnol se v Evropě a Latinské Americe prodává jako prostředek na spaní, ve Spojených státech je ale ilegální.



OPIOIDY

Opioidy jsou látky tlumící bolest, které jsou vyráběny buď z opiového máku (opium, heroin) nebo ze syntetických (umělých) surovin (metadon). Souhrnně se nazývají opioidy.

Opioidy se používají v medicíně jako léky proti bolesti nebo jako léky proti kašli. Vyskytují se v podobě tablet, kapslí či roztoků.

Opioidy ovlivňují centrální nervový systém a ulevují od bolesti. Dlouhodobé užívání a zneužívání může vyvolávat tělesnou závislost a abstinenční příznaky.

Zde je několik známých názvů, se kterými se můžete setkat:

- Subutex
- Metadon
- Kodein
- Morfin
- Tramal
- Oxycontin
- Hydrocodon
- Temgesic

KRÁTKODOBÉ ÚČINKY OPIOIDŮ

Krátkodobé účinky
opiooidů zahrnují:

- Ospalost
- Zpomalené dýchání
- Zácpa
- Bezvědomí
- Nevolnost
- Kóma

DLOUHODOBÉ ÚČINKY OPIOIDŮ

Dlouhodobé užívání či zneužívání opioidů může mít za následek tělesnou závislost. Tělo se přítomnosti drogy přizpůsobí, a pokud je užívání zastaveno či omezeno, dostávají se abstinenční příznaky. Ty zahrnují nepokoj, bolest svalů a kostí, nespavost, průjemy, zvracení a zimnici, často s husí kůží. Uživatel si rovněž může k droze vypěstovat toleranci, takže dlouhodobí uživatelé si musí zvyšovat dávku, aby dosáhli téhož opojení.

Pro další informace o zneužívání stimulantů proti bolesti viz brožura *Pravda o utišujících lécích*



„Jeden můj ‘kamarád’ mě navedl na DxyContin. Začala jsem 40 miligramovými tabletami, ale po pár měsících jsem přešla na 60 miligramové. TOUŽ JSEM BYLA OPRAVDU ZÁVISLÁ a začala jsem je rozkousávat, abych se do rána dostala rychleji a nebylo mi zle. Jednu jsem si musela dát hned po ránu, když jsem vstala, jinak bych zvracela. Další před obědem.

A pár dalších odpoledne a večer. Věděla jsem, že jsem závislá, protože jsem bez nich nedokázala normálně fungovat. Bez nich mi bylo mizerně. Nejen tělesně, ale nedokázala jsem bez prášků ani vyjít s lidmi nebo zvládat každodenní život. Pak jsem přešla na 80 miligramové a můj svět se začal rozpadat.

Začala jsem okrádat každého, koho jsem znala, abych si mohla koupit další dávku...” — Charleen

STIMULANTY

Stimulanty, někdy přezdívané „povzbuzováky“, dočasně navýší pozornost a energii. Nejčastěji užívanými pouličními drogami, které do této kategorie spadají, jsou kokain a pervitin.

Stimulanty (léky) na předpis se vyrábějí ve formě tablet či kapslí. Zneužívání se většinou děje formou polykání, je rovněž možno je rozpustit a vpíchnout do žil či rozdrtit a šňupat.

Zde je několik známých názvů stimulantů, se kterými se můžete setkat:

- Ritalin
- Concerta
- Fenmetrazin



KRÁTKODOBÉ ÚČINKY STIMULANTŮ

Mezi krátkodobé účinky stimulantů patří vyčerpání, apatie a deprese — propad, který následuje po počátečním nabuzení. Je to právě tato nastupující dlouhodobá únava, co v uživateli vyvolá touhu po další dávce. Netrvá dlouho a již se nesnaží dostat se „do rauše“, chce se jen dostat „do pořádku“ — mít vůbec nějakou energii.

DLOUHODOBÉ ÚČINKY STIMULANTŮ

Stimulanty jsou návykové. Opakované užívání velkých dávek stimulantů během krátkého časového úseku může vést k pocitům nepřátelství či paranoie. Takové dávky mohou také vyvolat nebezpečné zvýšení tělesné teploty a nepravidelný tep srdce.

Pro další informace o zneužívání stimulantů na předpis viz brožura *Pravda o zneužívání Ritalinu*.

ANTIDEPRESIVA

Další kategorií léků na předpis, které jsou někdy zneužívány, jsou antidepresiva. Mezi ně patří Prozac, Zoloft, Effexor a Remeron. Vyrábějí se jako různobarevné pilulky a kapsle.

Studie ukázaly, že mezi účinky těchto drog mohou patřit:

- Nespavost
- Podrážděnost
- Nervozita a úzkost
- Násilné myšlenky a činy
- Neklid
- Myšlenky na sebevraždu a jejich realizace
- Třes
- Nepřátelství

- Pocení
- Nepravidelný tep
- Agrese
- Zločinné chování
- Zmatení a neschopnost souvisle myslet
- Paranoia
- Halucinace
- Psychóza
- Neklid (bolestné vnitřní rozrušení, neschopnost vydržet v klidu)

Jedna studie zjistila, že 14 % mladých lidí, kteří užívají antidepresiva, se chová agresivně a dokonce násilně. Jeden dvanáctiletý chlapec měl divoké noční můry, v nichž zabíjel své spolužáky a pak byl sám zastřelen. Sen se i po probuzení zdál „velmi skutečný“ a během dalších dnů měl dotyčný další sny o zabíjení, které se zdály čím dál reálnější. Až do vysazení drogy u něho hrozilo akutní nebezpečí sebevraždy.

Připadá mi, že na mě vlastní mozek ječí, abych si opatřila další prášky, ten pocit, který mám bez nich, je nesnesitelný... Potřebuji pomoc, abych se tímhle abstákem po Effexoru protloukla. **MÁM TAKOVOU DEPRESI, ŽE JSEM SE ZAČALA ŘEZAT NA PAŽÍCH, ANI VLASTNĚ POŘÁDNĚ NEVÍM PROČ.** Tak mám každých pár hodin halucinace a vidiny – **ZROVNA DNES JSEM VIDĚLA, JAK PO STĚNĚ TEČE KREV.**“ – Rita

Tato studie předkládá i další příklady extrémního a iracionálního jednání jedinců pod vlivem těchto drog. Jeden muž srazil autem policistu, aby mohl sebrat jeho zbraň a zastřelit se. Další utopil své dvě malé děti i sám sebe ve vaně. Jiný chlapec zase zdánlivě bezdůvodně ztloukl svého kamaráda. Žádný z nich neměl nikdy předtím sklony k násilí.

Mezi abstinenční příznaky antidepresiv patří sebevražedné myšlenky, úzkost, agrese, deprese, záchvaty pláče, nespavost, závratě, zvracení, bolesti hlavy, třes a „elektrizující“ pocity v mozku.

KETAMIN

Ketamin, který se řadí mezi „disociační anestetika“,“ se užívá v práškové či tekuté formě jako anestetikum, obvykle veterinární. Lze jej užívat injekčně nebo rozpuštěný v nápojích, šňupat, nebo přidávat do jointů či cigaret. Ve Spojených státech byl ketamin zařazen na seznam sledovaných látek v roce 1999.

Krátkodobé a dlouhodobé účinky zahrnují například zvýšený tep a krevní tlak, nevolnost, zvracení, otupělost, depresi,

amnézii, halucinace a potenciálně smrtelné dýchací potíže. Uživatelé ketaminu si také mohou vypěstovat silný návyk. Při požití větších dávek mohou uživatelé zažít pocity opuštění vlastního těla nebo bezprostřední blízkosti smrti.

Ketamin je pro své účinky, vyvolávající odloučené, snové stavy, během nichž se uživatel jen stěží dokáže pohybovat, zneužíván jako pomocný prostředek při znásilněních během milostných schůzek.

* Disociační anestetika: drogy, které zkreslují vnímání zraku a sluchu a vyvolávají pocity odtažení (disociace) od okolí i sebe sama.

ZNEUŽÍVÁNÍ VOLNĚ PRODEJNÝCH LÉKŮ

Určité volně prodejné léky proti kašli a nachlazení, které obsahují drogu dextrometorfan (DXM) jsou rovněž zneužívány. DXM se prodává ve formě sirupu, gelu, či tablet. Obzvláště rizikové je nakupování této drogy ve formě prášku po internetu, kvůli nejistému složení a dávkování drogy. DXM je obsažen ve více než 100 výrobcích.



ÚČINKY (DXM) SIRUPU PROTI KAŠLI

- Zrakové halucinace
- Extrémní podrážděnost
- Nespavost
- Letargie
- Tělesná závislost (při dlouhodobém užívání)
- Závratě
- Nezřetelná mluva
- Bludy
- Pocení
- Vysoký krevní tlak
- Poškození jater a mozku

Ve směsi s jinými drogami může i sirup proti kašli způsobit vážné poruchy centrálního nervového systému a srdce. V kombinaci s alkoholem je obzvláště nebezpečný a může vést až ke smrti.

E
M
E
R
G
E
N
C
Y

Mé zkušenosti s DXM: **Začala JSEM MOČIT**
„**M**KREV... Bylo mi zle... Celé tělo mi zesláblo...
VZDALA JSEM SE VŠEHO, PROTOŽE JSEM BYLA
POSEDLÁ UŽÍVÁNÍM... Jediné, na čem mi záleželo, byl
rauš... Myslela jsem, že když budu Coricidin brát jen tak
pro zábavu, že se nic nestane. Vůbec jsem nečekala,
že na něm budu závislá... **Kdybych to MOHLA**
VŠECHNO VYMAZAT A VRÁTIT, UDĚLALA BYCH TO.
Ten čas už mi nic na světě nevrátí.“ —Crystal



MEZINÁRODNÍ STATISTIKY

Jen v USA zneužije každý den 2 500 mladistvých (ve věku 12 až 17 let) úplně poprvé léky na recept proti bolesti.

Ačkoli je zneužívání léků na předpis nejrozšířenější ve Spojených státech, jedná se o celosvětový problém, který se projevuje i v Evropě, Jižní Africe a Jižní Asii. Jen ve Spojených státech je více než 15 milionů lidí, kteří zneužívají léky na recept. Je to víc než celkový počet všech, kteří vykazali zneužití kokainu, halucinogenů, inhalantů a heroinu.

V České republice je podle odhadu 4 250 uživatelů Subutexu (návykový psychotropní opiát, který je svými účinky podobný heroinu).

Průzkum z roku 2007 ve Spojených státech zjistil, že 3,3 procenta 12 až 17letých a 6 procent 17 až 25letých zneužilo léky na recept v předešlém měsíci.

V ČR užilo v roce 2007 léky s tlumivým účinkem (sedativa) 9,1 % dospívajících ve věku 16 let (cca 15 000).

PŘÍČINY ÚMRTÍ

LÉKY
NA PŘEDPLS

45

%

POULIČNÍ
drogy
jako:

AMFETAMIN

+

PERVITIN

+

HEROIN

+

KOKAIN

39

%

V roce 2005 se jen v USA 4,4 milionu mladistvých ve věku 12 až 17 let přiznalo, že berou léky proti bolesti na lékařský předpis a 2,3 milionu jich vzalo stimulant jako je Ritalin na recept. Dále 2,2 milionu jich zneužilo volně prodejné léky jako sirup proti kašli. Nyní je průměrný věk takového zneužití 13 až 14 let.



Tlumivé léky, opioidy a antidepresiva způsobují více úmrtí z předávkování (45%) než kokain, heroin, pervitin a amfetaminy (39%) dohromady. V minulosti bylo nejvíce úmrtí ve Spojených státech zaznamenáváno v městských čtvrtích obývaných Afroameričany. V současnosti se ale na první místa statistik protlačily bělošské venkovské komunity. Stejný trend lze pozorovat v počtu hospitalizací kvůli zneužívání drog a nemocničních pohotovostí z důvodu předávkování. Z celkového počtu 1,4 milionu pacientů

přijatých na pohotovost v souvislosti s drogami, bylo 598 542 případů kvůli zneužívání léčiv nebo z důvodu kombinace léčiv a dalších drog.

Průzkumy ukazují, že téměř 50 % náctiletých se domnívá, že léky na předpis jsou mnohem méně nebezpečné než ilegální pouliční drogy – 60 % až 70 % dotázaných uvedlo, že domácí lékárníčka je pro ně hlavním zdrojem drog.

Podle údajů Národního centra pro závislosti při Kolumbijské univerzitě je u náctiletých,

kteří zneužívají léky na předpis, dvakrát vyšší riziko užívání alkoholu, pětinasobné riziko užívání marihuany a dvanáct až dvacetkrát vyšší riziko užívání ilegálních pouličních drog, jako jsou heroin, extáze a kokain, než u náctiletých, kteří drogy na předpis nezneužívají.

V roce 2007 Americká protidrogová agentura (DEA) zjistila, že zneužívání léku proti bolesti Fentanylu, způsobilo smrt více než 1 000 lidí v USA v daném roce. Fentanyl je třicet až padesátkrát silnější než heroin.

Uvědomila jsem si, že „Xanax беру čím dál více. Vzala jsem si volno v práci, abych se s tím vypořádala. NEUVĚDOMOVALA JSEM SI, ŽE JSEM ZÁVISLÁ, prostě jsem najednou přestala brát. Příští čtyři dny a noci jsem strávila v posteli. Nejedla jsem ani nespala. Pořád jsem zvracela. Měla jsem halucinace. Během třetího dne bez Xanaxu jsem začala ztrácet koordinaci a rovnováhu, vrážela jsem do věcí. Čtvrtý den už jsem si opravdu dělala starosti, protože se dostavily křeče.“

— Patricia

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:

Drug Scheduling, U.S. Drug Enforcement Administration

Selected Prescription Drugs with Potential for Abuse, National Institute on Drug Abuse

International Narcotics Control Board

Office of Drug Control Policy

Prescription Sedatives & Tranquilizers, Partnership for a Drug-Free America-Statement by Leonard J. Paulozzi before Senate Judiciary Subcommittee on Crimes and Drugs, 12 March 2008

Center for Substance Abuse Research

National Survey on Drug Use and Health 2007

Suicidality, violence and mania caused by SSRIs: A review and analysis, P. Breggin.

Depressants, US Department of Health & Human Services and SAMHSA's National Clearinghouse for Alcohol & Drug Information

Prescription drugs a gateway for teen drug abuse, *Houston Chronicle*, 4 September 2008

Průzkum Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách, 2007

Drogy a drogové závislosti, Kamil Kalina a kolektiv, 2003

Drogy - otázky a odpovědi, kolektiv autorů sdružení Sananim, 2007

FOTOGRAFIE:

Strana 2, strana 9: Stockxpert;
Strana 15: Sweet Faux Pas;
Strana 24: Wes Tarca.

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

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