



Dąbrowa Tarnowska, 28 września 2017 r.

DRODZY RODZICE I OPIEKUNOWIE DZIECI I MŁODZIEŻY

Szanowni Państwo

Mając na uwadze bezpieczeństwo zdrowotne dzieci i młodzieży w związku z rosnącym zagrożeniem wynikającym z coraz powszechniejszej dostępności do substancji o działaniu psychoaktywnym pragnę zwrócić Państwa uwagę na to niebezpieczne zjawisko i uwrażliwić na ten problem.

Zażywanie tzw. „dopalaczy” jest jednym ze współczesnych zagrożeń, które niesie ogromną skalę niebezpieczeństwa.

„Dopalacze” – czyli nowe narkotyki – to produkty o zróżnicowanym składzie, które łączy jedna wspólna cecha: zawierają substancje psychoaktywne działające na układ nerwowy człowieka w podobny sposób do dotychczas znanych narkotyków. Substancje te są zarówno produkowane przez człowieka (czyli syntetyczne), jak i pozyskiwane z roślin. „Dopalacze” zawierają niezwykle groźne substancje dla zdrowia i życia osoby, która je zażyje. Mimo tego, że na ich opakowaniach widnieje napis: „Produkt nie jest przeznaczony do spożycia”, właśnie z taką intencją jest sprzedawany. W grupie „dopalaczy” znajdują się substancje o różnym działaniu. Możemy je podzielić na trzy typy: 1) o działaniu pobudzającym, 2) o działaniu halucynogennym, 3) o działaniu reklamowanym jako zbliżony do marihuany.

Większość „dopalaczy” charakteryzuje się tym, że już w niewielkich dawkach działają na ośrodkowy układ nerwowy (czyli na mózg). Dlatego bardzo łatwo je przedawkować, co prowadzi do poważnych konsekwencji dla zdrowia fizycznego i psychicznego, a nawet śmierci.

„Dopalacze” oprócz sieci handlowych dostępne są także za pośrednictwem internetu, co w znaczny sposób powiększa skalę zagrożenia. Ważne jest byśmy znali nasze dzieci, ich znajomych, ale też ich „przyjaciół z sieci”, gdyż często są to poznawani w sieci naciągacze.

Dzieci, młodzież sięgają po substancje psychoaktywne, ponieważ mogą się one wydawać sposobem na ucieczkę od nieprzyjemnej rzeczywistości i poradzenie sobie z problemami takimi jak np. wymagania ze strony rodziców, szkoły, rozpad rodziny, trudności w relacjach z rówieśnikami. Również poczucie nudy, brak atrakcyjnych sposobów spędzania wolnego czasu. Niektórzy widzą w nich sposób na dodanie sobie odwagi i pewności siebie w relacjach z rówieśnikami. I wreszcie branie narkotyków jest niekiedy rodzajem ceny, jaką się płaci za przynależność do grupy. Na końcu należy wymienić również ciekawość, która jest jednym z motywów eksperymentowania z nowymi narkotykami.

Jeśli u swojego dziecka znajdziesz:

- biały lub kolorowy proszek,
- susze roślinne,
- barwne lub bezbarwne płyny o różnej konsystencji,
- wyroby przypominające papierosa,

- tabletki, kapsułki,
- nasiona,
- suszone grzybki,
- różnego rodzaju torebki strunowe, fajki, fifki, podgrzewacze, tubki do wdychania,

możesz podejrzewać, że twoje dziecko używa „dopalaczy”.

Gdy zaobserwujesz u swojego dziecka:

- całkowitą utratę kontroli zachowania, brak zdolności oceny sytuacji zewnętrznej, utratę kontaktu z otoczeniem,
- nadpobudliwość, rozdrażnienie, napady szału,
- stany depresyjne, głęboki strach, napady lęku,
- bełkot słowny bądź niemożność wyartykułowania sensownych wypowiedzi,
- halucynacje wzrokowo-słuchowe,
- bezsenność,
- przekrwienie gałek ocznych,
- utratę świadomości,

możesz podejrzewać, że twoje dziecko używa „dopalaczy”

Wszyscy chcemy być dobrymi rodzicami i na ogół nie szczędzimy wysiłku, aby nasze dzieci były szczęśliwe. Nie ma prostych i skutecznych recept na to, jak całkowicie uchronić dziecko przed narkotykami. Ten list niech będzie formą zachęty do rozmowy ze swoim dzieckiem nt. szkodliwości zażywania nowych narkotyków „dopalaczy” oraz do baczego obserwowania swoich pociech. Nie bójmy się rozmawiać z dziećmi na trudne tematy. Wiedza o narkotykach pomoże przetęmac opory przed rozmową z dzieckiem na ten temat. Im więcej wiemy o narkotykach, tym łatwiej przekonamy dziecko o ich szkodliwości.

Poniżej przedstawiam listę numerów telefonów, pod którymi w razie potrzeby możecie Państwo szukać pomocy:

800 060 800 *Bezpłatna całodobowa infolinia Państwowej Inspekcji Sanitarnej,*
 801 199 990 *Antynarkotykowy telefon zaufania,*
 112 *Jednolity numer alarmowy,*
 116 111 *Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,*
 800 100 100 *Telefon dla Rodziców i Nauczycieli w sprawie Bezpieczeństwa Dzieci,*
 800 12 12 12 *Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka.*

Pożądaných efektów nie da się osiągnąć bez aktywnej postawy rodziców. Dobre relacje w rodzinie, jasno wytyczony system wartości, życzliwość i akceptacja, codzienny kontakt pomogą uchronić dzieci przed kontaktem z narkotykami. Problem jest poważny i nie można go ignorować.

Z poważaniem

**Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny
w Dąbrowie Tarnowskiej**

mgr Anna Klimowska