აკაკი გამყრელიძე
ნანა ნიკოლაიშვილი
ქეთი ტიბუა

რა უნდა ვიცოდეთ ნარკოტიკების შესახებ

თბილისი
მესამე ათასწლეულის პირველი წელი

УДК 616.89.008.441.31
გ.198

წიგნი გამოიცა საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის დეპარტამენტის (თავმჯდომარე რამაზ ურუშაძე) მიერ "ცხოვრების ჯანსაღი წესის დამკვიდრების" და "ნარკომანიის პროფილაქტიკურ ღონისძიებათა" სახელმწიფო პროგრამების ფარგლებში.

პროექტის განხორციელებაში მონაწილეობა მიიღო კავშირმა „თანადგომამ" (თავმჯდომარე პაატა აბაშიძე) და საქართველოს განათლების სამინისტროს არასრულწლოვანთა საქმეების საკოორდინაციო ცენტრმა (დირექტორი მერაბ სანიკიძე).

წიგნის მომზადებისას დიდი დახმარება გაგვიწია უცხოელი კოლეგების გერმანელი მ. შტოპარდისა და ავსტრიელი დ. ნასის ნაშრომებმა.

წიგნი განკუთვნილია მოზარდებისა და მათი მშობლებისათვის. მასში პოპულარულ ენაზე მოწოდებულია ინფორმაცია ნარკოტიკული საშუალებების შესახებ, მოთხრობილია ორგანიზმზე მათ ზეგავლენაზე და მკითხველს აცნობს იმ საშიშროებას, რაც მოჰყვება მათ გამოყენებას.

ა. გამყრელიძე, ნ. ნიკოლაიშვილი, ქ. ტიბუა

სარჩევი

რატომ? ვისთვის? რომელი? რა? როგორ? რით?.....4
ნარკოტიკები – ზოგადი დახასიათება.....6
რატომ ნერვიულობენ მშობლები? 12
ნარკოტიკები და კანონი.....16
უნდა იცოდე შენი უფლებები 26
სანამ ნარკოტიკებს გასინჯავდე.....30
ნარკოტიკების სახეები 36
გაქვს თუ არა პრობლემები ნარკოტიკებთან დაკავშირებით?...132
თუ შენი მეგობარი ცუდად გრძნობს თავს.....134
ტერმინთა განმარტებები.....136
როგორ? რა? ვინ? რატომ? რისთვის? ვის?.....138

ეს წიგნი ვისთვის, რაზე, ვინ, რა, ვინ

რატომ დაიწერა ეს წიგნი?

დიდი ხანია ვფიქრობდით დაგვეწერა წიგნი, რათა ახალგაზრდობამდე მიგვეტანა ცოდნა ნარკოტიკების შესახებ, მაგრამ ხელში აღებული კალამი ბევრჯერვე უკან დაგვიდია, დაფიქრებულვართ, როგორი უნდა იყოს იგი? არის კი დრო, ახალგაზრდობას ასეთი სახის ინფორმაცია რომ მივაწოდოთ? რომელი ინფორმაციის გაშუქებაა უფრო მნიშვნელოვანი? და სხვა. ბევრი ფიქრისა და განსჯის შემდეგ იმ დასკვნამდე მივედით, რომ ყველა კონტექსტში წარმოდგენილი სუბიექტური ინფორმაცია ეჭვის ქვეშ დააყენებდა მის მიმართ ინტერესს. ამიტომ გადავწყვიტეთ, მოგაწოდოთ მხოლოდ ის ობიექტური რეალობა, რომელსაც ჰქვია **სიმართლე. სიმართლე და, რაც შეიძლება, მეტი სიმართლე ნარკოტიკების შესახებ.** დასკვნები მკითხველისათვის მიგვინდია.

ვფიქრობთ, წიგნს უნდა გაეცნოს ჩვენი საზოგადოების ყველა წარმომადგენელი, ვინაიდან, როგორც საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის დეპარტამენტის მონაცემები გვიჩვენებს, ჩვენს მოსახლეობას ჯერ არა აქვს ბოლომდე გათვითცნობიერებული ის მავნე ზეგავლენა, რომელსაც ახდენს ნარკოტიკები საზოგადოების ჯანმრთელობაზე. ნარკოტიკებისაგან მიყენებული ზარალი გაცილებით უფრო დიდია, ვიდრე ეს ამ წიგნშია აღწერილი. ის, რასაც თქვენ აქ წაიკითხავთ, ნარკოტიკების მოხმარებით გამოწვეული უზარმაზარი პრობლემის მხოლოდ ერთი ასპექტია. უდიდესი მნიშვნელობის მატარებელია ნარკოტიკებით გამოწვეული მოსახლეობის კრიმინალიზაცია, ამ ნივთიერებების გამოყენებით განპირობებული საზოგადოების ჯანმრთელობის მდგომარეობის პირდაპირი თუ ირიბი გართულებები, რომლებიც იწვევს მოსახლეობაში სხვადასხვა ავადმყოფობებით დაავადებიანობისა და ავადობის ზრდას და საბოლოო ჯამში მათ ინვალიდიზაციას. ნარკოტიკების მოხმარებასთან არის დაკავშირებული არა მარტო ისეთი ინფექციების გავრცელება, როგორიცაა შიდსი და B და C ჰეპატიტები, არამედ იგი ხელს უწყობს ასევე მრავალი ეპიდემიის გავრცელებას.

ამ წიგნის მიზანი სულაც არ არის ვინმეს დატუქსვა ან შეშინება ან დიდაქტიკური ტონით დარიგება. ალბათ საზოგადოება ისევე წარმოუდგენელია უნარკოტიკოდ, როგორც, მაგ., სექსისა და ალკოჰოლის გარეშე, მაგრამ ისინი პიროვნებასა და საზოგადოებას არ უქმნის ისეთ პრობლემებს, როგორსაც ნარკოტიკები. დღეს ალბათ წარმოუდგენელია ნარკოტიკების მოხმარების სრულ აღკვეთაზე საუბარი, მაგრამ ჩვენი სურვილია, მინიმუმამდე დავიყვანოთ მათი მოხმარებით გამოწვეული საშიშროებები. აი, ამ სურვილმა გვიბიძგა მოგვემართა თქვენთვის ამ წიგნის საშუალებით.

ვისთვის არის განკუთვნილი ეს წიგნი?

ახალგაზრდებისათვის, მოზარდებისათვის, ოჯახმყრობე საუკუნის მცხოვრებლებისათვის. ეს ის თაობაა, რომელიც ჯერ არ არის დაზიანებული ნარკოტიკებით, მათ ჯერ არ გაუსინჯავთ ნარკოტიკი, არ გასჩენიათ მის მიმართ ინტერესი, მაგრამ ვიცით, რომ მათი ნაწილი აუცილებლად ეამოიჩენს ამ ინტერესს. ამიტომ ვფიქრობთ, რომ თუკი მათ დროულად მივაწვდით აუცილებელ ინფორმაციას, ისინი უფრო კარგად შეიგებენ საკუთარ გადაწყვეტილ ნაბიჯს. ახალგაზრდობის დიდმა ნაწილმა იცის, რომ ნარკოტიკების მიღება არ არის კარგი, მაგრამ ხშირად ინტერესი ძლევს და ასეთი

ექსპერიმენტი სავალალო შედეგით მთავრდება. ჩვენი აზრით, წინამდებარე წიგნს ყურადღებით უნდა გაეცნონ მათი მშობლებიც. მრავალი წლის პრაქტიკამ დაგვარწმუნა, რომ, თუ მშობელი ამომწურავად ვერ პასუხობს ახალგაზრდის მიერ დასმულ შეკითხვას, იგი იძულებულია პასუხები სხვაგან ეძებოს. ამით ზარალდება არა მარტო მოზარდი, არამედ მშობლის ავტორიტეტიც.

რომელი ნარკოტიკებია საშიში?

თამბაქოც და ალკოჰოლიც ისეთივე ნარკოტიკებია, როგორც სხვა "ქუჩის ნარკოტიკები". განსხვავება მხოლოდ ერთშია, თამბაქო და ალკოჰოლი ლეგალურად არსებობს, ადვილად მისაწვდომია და მათ შესახებ ჩვენ გაცილებით მეტს და ადრეულ ასაკში ვიგებთ, ვიდრე სხვა ნარკოტიკების შესახებ; სამედიცინო თვალსაზრისით ძნელი სათქმელია, "ქუჩის ნარკოტიკები" უფრო მავნებელია ჯანმრთელობისათვის, თუ თამბაქო. ყველა ადამიანი, რომელსაც ზრუნავს საკუთარ ჯანმრთელობაზე, ვალდებულია წარმოიდგინოს, რა ზიანს მიაყენებს ნებისმიერი ნარკოტიკის არასწორი ფორმით გამოყენება. აქ დისკუსია, თუ რომელი ნარკოტიკია უფრო მავნებელი, ჩვენი აზრით, ზედმეტია. მთავარია, ახალგაზრდამ, რომელიც მთელი თავისი არსით და ქცევით ილტვის დამოუკიდებლობისკენ, საკუთარი მე-ს დამკვიდრებისკენ, უნდა გაითვალისწინოს, რომ თუ კი ნებისმიერ ნარკოტიკს, არასწორად გამოიყენებს, იგი მთელი სიცოცხლის მანძილზე დამოკიდებული ხდება მათ მიმართ და უყალიბდება ქცევის ისეთი სტერეოტიპი, რომელიც არც სხვას მოსწონს და, რაც მთავარია, არც მას. მაგრამ ...

რა უნდა გვახსოვდეს ჩუდამ?

მოზარდები ფლობენ გაცილებით უფრო დიდ ინფორმაციას საზოგადოებაში არსებულ როგორც კარგ, ასევე ცუდ მოვლენებზე, ვიდრე ეს ჩვენ, უფროსებს, გვგონია. მათთვის სრულიად მიუღებელია ის ორმაგი მორალი, რომელიც ხშირად საზოგადოებაში არის გავრცელებული. ამიტომ მათთვის იმის გაგება, რომ ნარკოტიკები ცუდია, ძნელია, რადგან მათი მიღებით ისინი და მათი მეგობრები სიამოვნებას გრძნობენ. უსიამოვნება კი, რომელიც უცილობლად მოჰყვება მათ გამოყენებას, დროშია გადანაცვლებული და მხოლოდ საკუთარი გამოცდილებით შეიგრძნობა.

როგორ ავიცილოთ ეს პრობლემები?

კაცობრიობის პროგრესის მამოძრავებელი ძალა არის ინტერესი, ინტერესი იმის მიმართ, რაც, არ იცი და გინდა, რომ იცოდე. სწორედ, ეს არის ხშირად მიზეზი მოზარდის ზიარებისა ნარკოტიკებთან. ამის პროფილაქტიკა უნდა დაიწყოს არა ნარკოტიკების შესახებ უარყოფითი მითების მოყოლით, არამედ მოზარდის სწორი აღზრდით. როგორ? ძალიან მარტივად! ნებისმიერმა ადამიანმა უნდა იცოდეს, რომ არის რაღაც, რაც არ შეიძლება, ზიანის მომტანია, მიუხედავად იმისა, რომ შესაძლებელია ეს სასიამოვნოც კი იყოს. მეორე და მნიშვნელოვანი აღზრდაში არის ადამიანური სითბო. მისი გამოხატულების ერთ-ერთი ფორმაა მშობელსა და შვილს შორის სიყვარული, თბილი მეგობრული ურთიერთობა და სამართლე, რაც პატივისცემასა და ნდობას ბადებს.

რით გამოირჩევა ეს წიგნი?

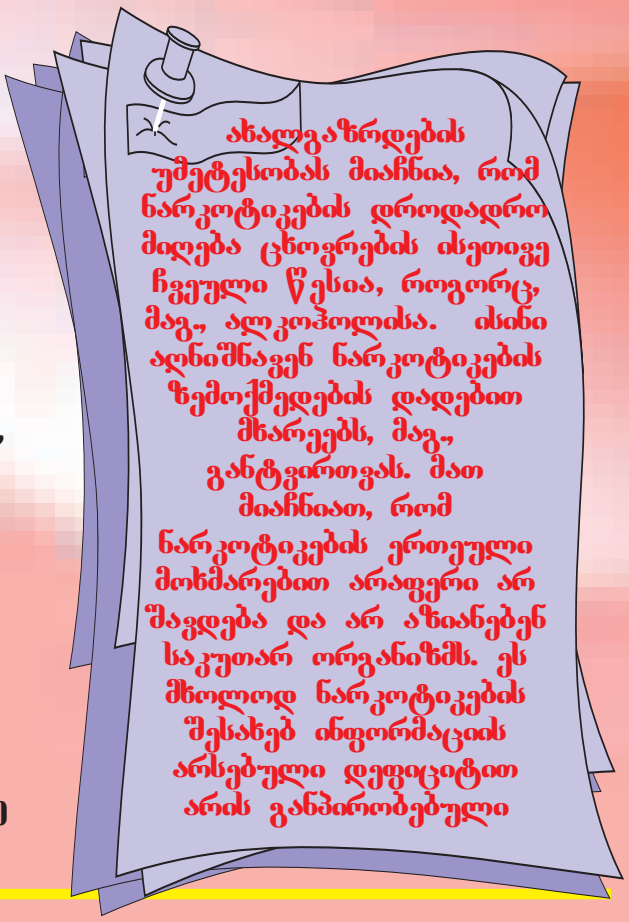
როგორც ზემოთ აღვნიშნეთ, წიგნის დაწერის დროს ვხელმძღვანელობდით მხოლოდ ერთი პრინციპით, მკითხველისათვის მიგვეწოდებინა ჩვენი მრავალწლიანი გამოცდილებით დაგროვილი სამართლე ნარკოტიკების შესახებ. ამიტომ მკითხველი წიგნში მოიპოვებს მისთვის ყველა სასურველ ინფორმაციას ბუნებაში არსებულ ყოველგვარ იმ საშუალებათა შესახებ, რომელიც იწვევს მიჩვევას და ადამიანს აქცევს დამოკიდებულს მათ მიმართ.

ნარკოტიკი ახალი ცნება როდია. ეგი უკვე მრავალი წელია, რაც ცნობილია და სხვადასხვა მიზნით გამოიყენება, მაგ., მედიცინაში (სამკურნალოდ, ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებად), რელიგიაში (სხვადასხვა რიტუალური ცერემონიების დროს), სიამოვნების მისაღებად, მაგრამ ადრე მათ ასე ფართოდ არ მოიხმარდნენ.

XX საუკუნის დასაწყისში აღინიშნა ნარკოტიკების მოხმარების ბუმი. დღეს ადამიანები ცდილობენ ნარკოტიკების მოხმარებით გაექცნენ რეალობას, მიიღონ წუთიერი სიამოვნება და შედეგებზე ნაკლებად ფიქრობენ. როდესაც ნარკოტიკებზე ლაპარაკობენ, უფრო ხშირად გულისხმობენ ე.წ. არალეგალურ ქუჩის ნარკოტიკებს , როგორიცაა კანაფი, კოკაინი, კრეკი, ჰეროინი, ლსდ და სხვა. ზოგიერთი მათი დახასიათებისას იყენებს სიტყვა შხამს იმისათვის, რომ ისინი მუქ ფერებში წარმოადგინოს. ასევე შხამად ითვლება ალკოჰოლი და ნიკოტინი, მაგრამ აუცილებლად უნდა აღინიშნოს, რომ წყალმაც შეიძლება შხამის როლი შეასრულოს და მოწამლოს ორგანიზმი, თუ მას გადაჭარბებულად მივიღებთ. ნარკოტიკები ორგანიზმისთვის არა მარტო შხამის თვალსაზრისით არის საშიში. მათი ძირითადი თვისებაა დაიმორჩილოს ადამიანი როგორც ფიზიკურად, ასევე ფსიქიკურად და თავის მონად გადააქციოს. აი, აქ არის სწორედ ძირითადი საშიშროება.

ნარკოტიკები ლეგალურიც არსებობს

ნარკოტიკების მომხმარებელი რომ გავხდეთ, არ არის აუცილებელი მივიღოთ მაინცდამაინც "ქუჩის ნარკოტიკები". ჩაისა და ყავის მსმელები და მწეველები ნარკოტიკის ასეთივე მომხმარებლები არიან, როგორც ნარკომანები. ალკოჰოლში – სპირტი, კოფეინი – ჩაისა და ყავაში, ნიკოტინი – სიგარეტში; ეს არის ლეგალური ნარკოტიკების ჩამონათვალი. უფრო მეტიც, სტატისტიკურად ალკოჰოლი და ნიკოტინი უფრო მეტ სიკვდილიანობას იწვევს, ვიდრე "ქუჩის ნარკოტიკები"

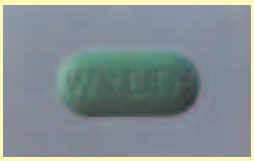


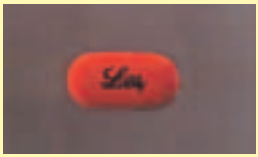
როგორ გადაიქცა ნარკოტიკები "ქუჩის ნარკოტიკებად"

ისტორიულად სიტყვა ნარკოტიკი ერქვა იმ ნივთიერებებს, რომელიც მედიცინაში გამოიყენებოდა როგორც გამაბრუებელი ანუ ნარკოზის გამომწვევი, ეს ადამიანის ძველ მდგომარეობაში ვადაყვანა, რომელიც ახლის არის ძალთან. თავდაპირველად ასეთი საშუალება მიიღებოდა ე.წ. ოპიუმის ყაყაჩოს, ნაშაშის გადამუშავებით, ნარშეთ. 1803 წელს ოპიუმის ყაყაჩოდან პირველად იქნა გამოყოფილი სუფთა ნივთიერება, რომელიც ატარებდა ძლიერ ტკივილგამაყუჩებელ და ნარკოტიკულ თვისებებს და რომელსაც ბერძნული მითოლოგიით, ძილის ღმერთის ჰიპნოსის ვაჟის, სიზმრის მომავლინებელი ფრთოსანი ღვთაების მორფეუსის სახელის მიხედვით ეწოდა მორფინი. ნაშაშის გამონასარეშს ანუ ექსტრაქტს გამოიყენება ცნობილი იყო ძველი ჩინელებისათვის და შუმერებისათვის, ეს უკანასკნელნი მას "სიხარულის მცენარეს" უწოდებდნენ. მას საკრალურიც გამოიყენებდნენ თრიაქის სახელით. ძველი ინდიელები ლეგენდენ კიას ფოთლებს, ძველ რომაელებ მცენარე კოლას. კანაფს მიღებას ხერხი 8000 წელზე მეტია ცნობილი. კანაფი გამოიყენებოდა ძველ ეგვიპტეში ჯანმრთელობის დაფიქსირებული პრობლემების დროს. მას ღებულობდნენ აღელვებისას, საჭმლის მონელებელი და ფსიქოლოგიური პრობლემების დროს. დღესაც ზოგიერთ ქვეყანაში კანაფს ამოიყენებენ სხვადასხვა სამკურნალო მიზნით. მექსიკელი, რომელიც ძირითადი ბიზნესი ბანდის კარტელში და სხვადასხვა სოფლის, ჰალუცინოგენია. მას ვერ ვიტანთ წყალს ან ალბანეთ რელიგიური რიტუალების დროს, ცნობიერების შესაცვლელად და "ბინაურ სამყაროში კომუნიკაციისათვის". ზოგიერთი საშუალება, რომელიც ამგვარი ნარკოტიკის მიკუთვნება, შექმნილი იყო როგორც წამალი, მაგ. ბარბიტურატები და ამფეტამინი. ზოგიერთი საკითხავია საშუალება თავადი თვისებებით შეიძლება მოვაკლოთ ნარკოტიკული ნივთიერებების ჩამონათვალში, თუ მას არასწორად ვამოიყენებთ. ასეთს მიკუთვნება ე.წ. ცხიმოვანი ნივთიერებები, რომელთა ტიპიური წარმომადგენლებია ბენზინი და აცეტონი. თითქმის ყველა ნარკოტიკი, რომელიც დღეს ქუჩაში ვეჩვევა, თავის დროზე ლაბორატორიებში იყო შექმნილი როგორც ლეგალური და ფასიანი წამალი. ასე მაგალითად, 1874 წელს აღმოჩენილ ჰეროინს მიმნდობენ ძლიერ ტკივილგამაყუჩებელ წამლად და ფართოდ იყენებდნენ. ვერმანიაში ჩვენი საუკუნის დასაწყისში ფართოდ გამოიყენებოდა სამკურნალოდ კოკაინი და ამფეტამინები. ბარბიტურატები თვლებოდა უძილობის სამკურნალო პრეპარატებად. დღეს ფართოდ გამოყენებული ექსტაზი შექმნა როგორც მაფამოტივრელი პრეპარატი, ხილი კულტურიზმისა და ათლეტიზმის დროს გამოყენებული მამაკაცს სასქესო ჰორმონებიდან მიღებული სტეროიდული პრეპარატები ე.წ. ანაბოლური სტეროიდები, თავდაპირველად გამოიყენებოდა სხვადასხვა ენდოკრინული დაავადების დროს სხეულის წონის დაკარგვის აღსაფხვრელად.

აქედან გამომდინარე, ნარკოტიკების უმრავლესობა საჭიროა კაცობრიობისათვის როგორც სამკურნალო საშუალებები და მათი ზომიერი გამოყენება ექიმის დანიშნულების შესაბამისად ზოგ შემთხვევაში აუცილებელიც კი არის, ყველა სხვა შემთხვევაში მათ დიდი ზიანი მოაქვთ.

ფხვნილი





ტაბლეტები

რატომ იღებენ ადამიანები ნარკოტიკებს ?

რასაც არ უნდა მიმართავდეს ადამიანი თავის ურთიერთობებში – ცეცხლს, ზღვას, მუსიკას თუ ცეკვას, მიზანი ერთია: თავი დააღწიოს იზოლაციის, მარტოობის გრძნობას და აღიძრას ვინმესთან ან რამესთან ერთად ყოფნის შეგრძნება. ნარკოტიკების მთელი "ეშხი" იმაში მდგომარეობს, რომ ისინი ადამიანთა გრძნობებს და მათ მსოფლმხედველობას სრულიად ცვლის. ადამიანები თავდაპირველად იღებენ ნარკოტიკებს, რათა:

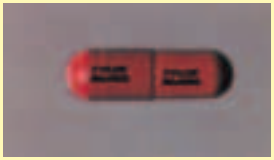
- ისიამოვნონ და ბედნიერად იგრძნონ თავი
- მოეშვან და დაბრკოლებები გადალახონ
- იყვნენ საკუთარ თავში დარწმუნებულები და აღიძრან თვითკმაყოფილების გრძნობა
- იყვნენ თამამები და აღიარებულები მეგობრების წრეში
- იყვნენ უფრო გულღია და უხაროდეთ ადამიანებთან ურთიერთობა
- გადალახონ ყოველდღიურობა და დაძლიონ მოწყენილობა
- დაივიწყონ პრობლემები და საზრუნავს დააღწიონ თავი
- ისიამოვნონ მუსიკით
- ისიამოვნონ ცეკვით
- მთელი ღამე ფხიზლად იყვნენ
- გასინჯონ ნარკოტიკები და იგრძნონ სასიამოვნო აგზნება
- აუჯანყდნენ საზოგადოებას
- მოეშვან და გამოეთიშონ
- გააძლიერონ სხვა ნარკოტიკული საშუალებების ზემოქმედება, შეიმსუბუქონ დაშვება
- შესძლონ ცოტა ხნით დაძინება

მაშ რა არის პრობლემა ?

ნივთიერებებს, რომელიც იმდენად ძლიერია, რომ შეუძლია ტვინზე მოახდინოს ზეგავლენა ისე, რომ შეცვალოს აღქმა და სამყარო სრულიად სხვაგვარად წარმოგვიდგინოს, უნდა ჰქონდეს საკმაოდ სერიოზული შედეგები. ყველამ იცის, რა არის "პახმელია" ჭარბი ალკოჰოლის მიღების შემდეგ. ყველამ, ვინც ალკოჰოლს სვამს, კარგად იცის, რომ ხშირად ხანმოკლე სიამოვნებას ხანგრძლივი უსიამოვნო შედეგები მოსდევს. ასევეა ნარკოტიკებიც, ისინი იწვევს სწრაფ აღმაფრენას, "კაიფს", რასაც საკმაოდ მძიმე გამოსვლის პროცესი "დაშვება"

მიიღებ შენ ნარკოტიკებს თუ არა ?

შესაძლებელია შენ გააზრებულად უდგები ნარკოტიკებს ან გინახავს, როგორ "კაიფში" იყვნენ შენი მეგობრები და გადაწყვიტე შენც გაგესინჯა ნარკოტიკები. ან შესაძლებელია შენ არ გსურს დაკარგო კონტროლი საკუთარ თავზე და ამიტომ გადაწყვიტე, არასოდეს გაეკარო ნარკოტიკებს, თუნდაც თავს ისე გრძნობდე, თითქოს "აბსაიდში" იყო დარჩენილი. შესაძლებელია შენ აქეთ-იქეთ აწყდები, აფასებ დადებით და უარყოფით მხარეებს და შენს თავს ეკითხები, რა ვქნა მე ბოლოს და ბოლოს, გავსინჯო თუ არა? ამიტომ



კაფსულები

მიიღე ინფორმაცია !

ნარკოტიკებისადმი შენი დამოკიდებულება რომ განსაზღვრო, საუკეთესო შესაძლებლობაა, გამოიყენო ნარკოტიკების შესახებ სხვისი ცოდნა და გამოცდილება. ესაუბრე იმ ადამიანებს, რომლებსაც შენ ენდობი. ესაუბრე შენს საუკეთესო მეგობარს, მშობლებს ან იმ უფროს ადამიანებს, რომელთა ნდობაც შენა გაქვს. ჰკითხე რჩევა იმ მასწავლებელს, რომელსაც შენ აფასებ. ესაუბრე მათ, ვისაც ნარკოტიკები გასინჯული აქვთ და გულღიად მოგიყვებიან საკუთარი გამოცდილების, როგორც "აღმაფრენის", ასევე "დაშვების" შესახებ. ყველაფერი კარგად მოიფიქრე და ჩათვალე, რომ სრულიად ნორმალურია, თუ შენ "უარს" იტყვი, მიუხედავად იმისა, რას ამბობენ და აკეთებენ შენი მეგობრები. არჩევანი ყოველთვის შენზეა!

ამპულა

შპრიც-ტუბი

ზეთი

ფისი

პასტა

რაზე უნდა იფიქროს ადამიანმა

როდესაც საქმე ნარკოტიკებს ეხება, შენ უნდა გაითვალისწინო რამდენიმე მომენტი:

- შენ შეიძლება დაგაპატიმრონ, ნარკოტიკები თუ აღმოგიჩინეს
- ნარკოტიკების მიღებას გაუთვალისწინებელი შედეგები მოსდევს. მათ შეუძლია შენ ბოლო მოგიღონ
- ნარკოტიკების მიღება ყოველთვის არ არის სასიამოვნო, შენ შესაძლებელია როგორც კარგი, ასევე ცუდი "კაიფი" გქონდეს
- ნარკოტიკები აზიანებს სულსა და სხეულს. ცუდ "კაიფს" შეიძლება საშინელი შედეგები მოჰყვეს
- შენ ვერასოდეს ვერ იქნები იმაში დარწმუნებული, რა არის შენს დოზაში, რა იყიდე, რა დევს პაკეტში
- ნარკოტიკებს შეუძლია ფსიქიკურად და ფიზიკურადაც დამოკიდებული გაგხადოს
- ფსიქიკურად თუ ლაბილური ხარ, ნარკოტიკებს შეუძლია შენი ფსიქიკური მდგომარეობის გაუარესება, მათ შეუძლია გამოიწვიოს სულიერი დაავადება.

იცოდე, არჩევანი ყოველთვის შენზეა !

ნუ გადაუხვევ შენს გადაწყვეტილებას

თუ მართლა არ გინდა მიიღო ნარკოტიკები:

- მოძებნე ისეთი მეგობრები, რომლებიც არ იღებენ ნარკოტიკებს. თუ შენი მეგობრები გაგრძნობინებენ, რომ შენ "აბსაიდში" ხარ, იცოდე, რომ შენსავით ბევრი სხვაც ფიქრობს, მაგრამ არ ღებულობს ნარკოტიკებს
- თავი აარიდე იმ ადგილს, სადაც ყიდიან ნარკოტიკებს
- კონცენტრაცია გააკეთე ისეთ რამეზე, რაც შენ აღგაფრთოვანებს, როგორიცაა შენი ინტერესები საყვარელი ხელოვნების მიმართ ან სპორტის სახეობა

- ყურადღება მიაქციე შენს სხეულს
- სპორტი ამყარებს თვითშეგნებას და, ბუნებრივია, განიჭებს კარგ გრძნობას
- ხელოვნება ამაღლებს ადამიანის სულს.

მარიხუანა

რაც უფრო მაღლა მიფრინავ, მით უფრო დაბლა ეშვები !

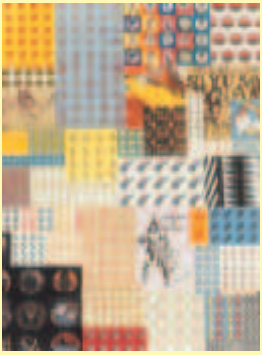
ნარკოტიკებზე უარის თქმა

შენ თუ არ გინდა მიიღო ნარკოტიკები, შეგიძლია უბრალოდ თქვა: "მე ნარკოტიკების გარეშეც შემიძლია ვისიამოვნო". ან "არა! მე არ ვიცი, რას გამოიწვევს ჩემში ნარკოტიკები".

ის არც კი შთაიგონო, თითქოს "მაგარი" არ იყო მხოლოდ იმიტომ, თუ ნარკოტიკებს არ მიიღებ. საკუთარი თავის გადარწმუნება თუ შეგიძლია, სწორედ ეს არის "საკაიფო".

ცხოვრებაში ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი რამ არის, რომ შენი თავის ერთგული დარჩე.

თუ გიძნელდება უთხრა "უარი" შენს მეგობრებს ან თუ გგონია, რომ ისინი დაგცინებენ, მაშინ ტყუილს მიმართე, მაგ., "ჩემთვის არ შეიძლება ნარკოტიკები, იმიტომ, რომ წამლებს ვსვამ". ჯობია ჯანმრთელმა იცრუო, ვიდრე ავადმყოფმა იცოდე სიმართლე.



რატომ ნერვიულობენ მშობლები?

როდესაც მშობლები ბავშვებს ეკითხებიან, იღებენ თუ არა ისინი ნარკოტიკებს, მათ მხოლოდ ერთი პასუხის გაგონება სურთ – "არა". ზოგიერთი მშობელი ამასაც არ კითხულობს. ისინი ნარკოტიკების შესახებ დისკუსიისათვის მზად არ არიან და ამიტომ ცდილობენ თავიდან აიცილონ იგი. ეს ძალიან სამწუხარო ფაქტია, რადგან შესაძლებელია, რომ შენ სწორედ მშობლებთან გსურდეს საუბარი ნარკოტიკების შესახებ და არა მხოლოდ იმიტომ, რომ მათ იციან, რომ შენ ნარკოტიკებს იღებ. შეიძლება შენი ახლო მეგობარი გოგონა ან ვაჟი იღებს ნარკოტიკებს და შენ მათზე ნერვიულობ; ან შენს მეგობარს სახლში ან სკოლაში ნარკოტიკებზე წაუსწრეს. საკუთარ თავს ეკითხები, "რა ეშველება მას?" და რჩევა გინდა მისცე.

- გაუწოდეთ ერთმანეთს დახმარების ხელი
- მოვლენებისადმი ჯიუტად მიდგომა არ არის საჭირო
- სიჯიუტე მხოლოდ იმას იწვევს, რომ ადამიანები უფრო მეტად ცდილობენ დამალონ ის, რასაც აკეთებენ და კარგავენ ურთიერთპატივისცემას და ნდობას
- ეს სიცოცხლის დაბადებიდან ასე ხდება, ადამიანს განსაკუთრებით აინტერესებს ის, რაც აკრძალულია.

ხელში აიღე ინიციატივა

შესაძლებელია, სრულებითაც არ გსურდეს შენს მშობლებთან ნარკოტიკების შესახებ ლაპარაკი, მით უმეტეს, თუ ისინი გასინჯული გაქვს, მაგრამ შენთვისაც და მათთვისაც უკეთესი იქნებოდა, კრიზისული პერიოდის დადგომამდე, თავად შენ წამოგეწყო ამ საკითხზე საუბარი. გულახდილად მოუყევი შენს მშობლებს, რაც იცი და რა შეგემთხვა. გჯერდეს, მშობლები მხოლოდ შენს კეთილდღეობაზე ზრუნავენ. ზოგიერთმა მშობელმა არაფერი იცის ნარკოტიკების შესახებ. მას მხოლოდ ის საშინელი ისტორიები ზარავს, ნარკოტიკებისაგან გარდაცვლილებს რომ ეხება და მიაჩნია, რომ ე.წ. მსუბუქ ნარკოტიკებს მივყავართ ძლიერი ნარკოტიკებისაკენ; ან მშობლები ფიქრობენ, რომ ყველა აკრძალული ნარკოტიკი უფრო საშიშია, ვიდრე თამბაქო და ალკოჰოლი. მშობლები სხვა ბევრი მიზეზის გამო არიან შეშფოთებული:

- ისინი ნერვიულობენ შენს ჯანმრთელობაზე და ზრუნავენ შენს უშიშროებაზე
- მათ ეშინიათ სამარცხვინო გადაწყვეტილებებისა შენს მიმართ
- მათი შენიშვნები და რჩევები მხოლოდ შენთვის სასიკეთოდ არის მიმართული
- მათ შეიძლება მცდარი წარმოდგენები ჰქონდეთ
- თავიანთი რელიგიური და მორალური თვალთახედვით ისინი წინააღმდეგნი არიან.

თუ შენი მშობლები მყარად დგანან თავიანთ მოსაზრებაზე, შეიძლება მათთან გულღიად საუბრისა და დისკუსიის ყოველგვარი სურვილი გაგიქრეს კიდეც. ეცადე, როგორმე მოახერხო მათთან დაახლოება. წინააღმდეგ შემთხვევაში შენც და შენი მშობლებიც წაგებული რჩებით.

მშობლების განათლება

ზოგიერთი უფროსი ადამიანი ისევე ცუდად არის ინფორმირებული ნარკოტიკების შესახებ, როგორც ახალგაზრდობა

- აჩვენე მათ წიგნები ნარკოტიკების შესახებ (მათ შორის ეს წიგნიც)
- აჩვენე მათ აღიარებული დაწესებულებების ბროშურები
- ერთად იმსჯელეთ ნარკოტიკების შესახებ.

ერთმანეთთან საუბარი

მშობლებს ნარკოტიკების შესახებ გულღიად თუ დაელაპარაკები, შეგიძლია მათ თავიდან აციცილო ზედმეტი შიში, გაუგებრობა და ნერვიულობა.

შენ თუ ნარკოტიკები მიიღე, იცოდე, რომ ...

ყველა მშობელი აღშფოთდება, როდესაც აღმოაჩენს, რომ მისი შვილი იღებს ნარკოტიკებს. ზოგიერთ მშობელს ისიც ადარდებს, როდესაც მისი შვილი ეწევა ან სვამს, განსაკუთრებით თუ იგი არასრულწლოვანია.

შენი მშობლების დამოკიდებულება ნარკოტიკებისადმი ზეგავლენას მოახდენს მათ რეაქციაზე.

მშობლები ზრუნავენ ბავშვებზე, თუნდაც ისინი უკვე გაზრდილები ან სახლიდან გადასულებიც იყვნენ.

ბავშვების ყოლა არის პასუხისმგებლობა მთელი სიცოცხლის მანძილზე.

წარმოიდგინე შენი თავი მათ სიტუაციაში და იფიქრე, რა რეაქცია გექნებოდა შენ.

მცდარია!

ახალგაზრდობა იღებს ნარკოტიკებს, რადგან თითქოს მათ ცუდი მეგობრები ამოგეს. არ არსებობს ცუდი მეგობარი. ყველა სოციალური ფენის, ეთნიკური წარმომადგენლობისა თუ რელიგიის ადამიანი იღებს ნარკოტიკებს.

ამ თემაზე მშობლებთან ლაპარაკისას დაახლოებით ამას უნდა მოელოდე:

ზრუნვა: "შენ ნამდვილად იცი, რას იღებ?" "ხომ მეტყვი, რამე რომ ცუდად წაგივიდეს?" "ჩვენ მხოლოდ გვინდა, რომ შენ ფრთხილად იყო". "რატომ გაქვს ნარკოტიკებზე მოთხოვნილება?"

იმედგაცრუება: "მე ვიმედოვნებდი, რომ ამის განცდა არასოდეს მომიწევდა". "მე ვერ ვიტყვი, რომ ამით ბედნიერი ვარ". "მე არ მინდა სხვა უბედურ მშობელს დავემსგავსო". "მე სიმშვიდე მაქვს დაკარგული", "მე არ მსურს შენი მეგობრები პასუხისმგებელი გავხადო იმისათვის, რომ მათ მოგცეს შენ ეს ნარკოტიკი".

შეკითხვა: ”გადაწყვიტე, მაგრამ შედეგებზე თუ იფიქრე?” ”გააზრებული თუ გაქვს, რა შეიძლება მოხდეს, რამე ცუდად რომ მოგივიდეს?” ” იცი თუ არა, რომ ის, რასაც შენ აკეთებ, არალეგალური და კანონსაწინააღმდეგოა?”

დახმარება: “დახმარება თუ დაგჭირდება, შეგიძლია ჩვენ მოგვმართო”. “თუ რაიმე პრობლემა შეგექმნა, პირველ რიგში ჩემთან მოდი”. ”თუ შენ რაიმე სიძნელე შეგექმნა, არც იფიქრო, რომ დამიმალო”.

მშობლებთან ნარკოტიკებზე ასეთ საუბარს თუ შეძლებ, შეგიძლია დარწმუნებული იყო, რომ მომავალშიც მეგობრები და მიმნდობები იქნებით ერთმანეთთან. იქნებ შენ შეგიძლია მათ ისეთ რაღაცეებსაც შეპირდე, რაც მათ შიშს ცოტათი მაინც გააქარწყლებს, მაგ.,

- გაიგო და გაერკვე სიმართლეში ნარკოტიკების შესახებ
- ფრთხილად იყო ნარკოტიკების მიღებისას
- ნარკოტიკებს სხვა არაფერი შეურიო, მაგ., ალკოჰოლი
- გაიგო, თუ რა უნდა გააკეთო საშიშ სიტუაციებში
- იფიქრო სამართლებრივ შედეგებზე
- თვითონ მიმართო სამკურნალო დაწესებულებას

წინააღმდეგ შემთხვევაში უნდა მოელოდე, რომ შენი მშობლები თავად გაარკვევენ ყველაფერს ნარკოტიკებთან დაკავშირებით და ინიციატივას ხელში აიღებენ.

წააკითხე ეს შენს მშობლებს

სწრაფ უაზრო განსჯასა და რაიმე შეცდომას თავი რომ აარიდოთ, გთავაზობთ რამდენიმე პრაქტიკულ რჩევას, თუ როგორ შეგიძლიათ დაეხმაროთ თქვენს შვილებს:

- შეაგროვეთ ინფორმაცია ნარკოტიკული საშუალებების შესახებ და ხელს ნუ ჰკრავთ თქვენს შვილს
- იყავით გულღია საკუთარი თავისა და ბავშვებისადმი, როდესაც საქმე ეხება თქვენს გამოცდილებებს ნარკოტიკულ საშუალებებთან დაკავშირებით, იქნება ეს ალკოჰოლი, ნიკოტინი, დამაშშვიდებელი საშუალებები თუ კანაბისი
- ნუ იქნებით ავტორიტარული, თორემ დაკარგავთ თქვენს შვილს
- კარგად გაარკვიეთ, სად შეგიძლიათ იპოვოთ დახმარება სერიოზულ შემთხვევაში
- მიმართეთ სპეციალისტებს, მიიღეთ მათი რჩევა. ყოველგვარი სიტუაციიდან არსებობს გამოსავალი
- ეცადეთ იმეგობროთ თქვენს შვილთან
- შეუნახეთ საიდუმლოდ ის, რაზეც შეთანხმდებით
- იმოქმედეთ ერთად და გაიმარჯვებთ

თუ შენი მშობლები ზერეაგირებენ

თუ შენს მშობლებს ღარიბი ინფორმაცია აქვთ ან სწრაფ რეაქციას მიმართავენ, ამას შეიძლება შემდეგი მოჰყვეს:

შოკი ან გაბრაზება: "მორჩა, შენ ყველა საზღვარს გადააბიჯე!"

ზერეაქცია: "შენ ხდები ნარკოტიკებზე დამოკიდებული!" "შენ შეიძლება გადაჭარბებული დოზის მიღებით მოკვდე!"

ურწმუნობა: "შენ იცი მაინც, რას აკეთებ?"

დანაშაულის გრძნობა და სირცხვილი: "რაში შევცდით ჩვენ?" "რა მოჰყვება ამას, სხვებმა რომ გაიგონ?"

საკუთარი თავის შეცოდება: "როგორ შეგიძლია შენ მე ეს გამიკეთო?"

დავა და ულტიმატუმები: "როგორ დაემართა ეს ჩემს შვილს". "შენ ჯიბის ფულს დღეიდან ვეღარ მიიღებ". "ჩვენ ახლავე პოლიციაში წავალთ".

გალანძღვა: "შენ არაფერში ვარგიხარ". "მორჩა! შენგან არაფერი აღარ გამოვა!"

ურწმუნოება ან იმის ცდა, რომ ეს დანაშაული ვინმეს გადააბრალო: "არა, ამას ჩემი ქალიშვილი არ იზამდა, ალბათ მეგობარმა უბიძგა". "მე აღარ მინდა ამის შესახებ რაიმე ვიცოდე".

რისი გაკეთება შეგიძლია

ეცადე გაიგო, რატომ ნერვიულობენ შენი მშობლები. წარმოიდგინე შენი თავი მათ მდგომარეობაში. იფიქრე იმაზე, რომ მათი რეაქცია შიშიდან და დანაშაულის გრძნობიდან გამომდინარეობს. ისინიც საჭიროებენ დახმარებას, რათა ეს სიტუაცია გაარკვიონ.

- თუ მშობლები შენ ვერ გაგიგებენ ან ყოყმანობენ რომ გაგიგონ, მიმართე სხვა გამგებიან უფროსს, მასწავლებელს, უფროს და-ძმას, ნათესავებს, მარტო რომ არ იყო
- გაქცევა, იმისთვის, რომ მუქარა აღარ განმეორდეს, არაფერს გიშველის, ეს სიტუაციას კიდევ უფრო გააღრმავებს. თუ ფიქრობ, სიტუაციის ცოტათი ჩაწყნარებამდე რამდენიმე დღით მეგობართან ან ნათესავთან დარჩები, შეგიძლია ასეც მოიქცე. მაგრამ იცოდე, საბოლოოდ მაინც მოგიწევს დაბრუნება
- როგორი განერვიულებული ან გაბრაზებულიც არ უნდა იყვნენ შენი მშობლები, დარწმუნებული იყავი, რომ მათ სურთ შენი კარგად ყოფნა.

შენ თუ სახლიდან წახვედი

სახლიდან წასვლის შემდეგაც დაურეკე ხოლმე შენს მშობლებს, თუნდაც მათ გითხრან, რომ შენ ამას შენთვის აკეთებ და არა მათთვის. შენ ასე უკეთ იგრძნობ თავს. თუ შენ არ გინდა უშუალო კონტაქტი გქონდეს შენს მშობლებთან, მიეხმარე ოჯახის სხვა წევრს ან რომელიმე მეგობარს, რათა შენმა მშობლებმა ის მაინც იცოდნენ, რომ კარგად ხარ. თუ აღარ იცი რა ქნა, რა გზას დაადგე, მიმართე ახალგაზრდულ ან ნარკოტიკების შესახებ რჩევის მომცემ ორგანიზაციებს (იხ. ტელეფონები ამ წიგნში, გვ. 142–143).

ნარკოტიკები და კანონი

თუმცა ნარკოტიკები დღეისათვის იშვიათობა როდია, მათი ფლობა ან გავრცელება აკრძალულია კანონით. კანონმდებლობა ნარკოტიკების შესახებ გასული საუკუნის დასაწყისიდან არსებობს და იგი თანდათან სულ უფრო მკაცრი ხდება. ნარკოტიკების მოხმარებისას ადამიანმა უსათუოდ გარკვეულ შედეგებზე უნდა იფიქროს. ნარკოტიკებთან დაკავშირებული კანონდარღვევის გამო ყოველწლიურად უამრავ ადამიანს აპატიმრებენ. სასჯელის ზომა ნარკოტიკებით კანონდარღვევისას ინდივიდუალურ დანაშაულზეა დამოკიდებული, კერძოდ, ვისთვის იყო ნარკოტიკები განკუთვნილი, დანაშაულის ჩამდენისათვის, თუ იგი ნარკოტიკების გამავრცელებელი იყო.

თუ პოლიციამ დააკავა პირი, რომელსაც აღმოაჩნდა ნარკოტიკი მანქანაში ან საკუთარ ბინაში, თუნდაც ეს ნარკოტიკი მხოლოდ ამ პირისთვის ყოფილიყო განკუთვნილი, მის წინააღმდეგ აღიძვრება სისხლის სამართლის საქმე. თუ შენ დამნაშავედ გცნობენ და სასჯელს გაძლებინებენ, შენ გეთვლება ნასამართლეობა, რომელიც წლების მანძილზე თან დაგყვება და საკმაოდ შეგზღუდავს.

რომ დაისაჯო, არ არის საჭიროებული ნარკოტიკი აღმოგიჩინონ. ქვეყანაში არსებული კანონმდებლობით ისჯება ის პირიც, რომელსაც დაუდგინდა ნარკოტიკული ნივთიერების ექიმის დანიშნულების გარეშე მიღების ფაქტი. თუ შენ ასეთი ფაქტი დაგიდგინეს სპეციალიზებულ ნარკოლოგიურ დაწესებულებაში, პირველ შემთხვევაში კანონით სასამართლო დაგაჯარიმებს ადმინისტრაციული წესით, ხოლო თუ ასეთი ფაქტი განმეორდა ერთი წლის განმავლობაში, შენ აუცილებლად ციხეში მოხვდები.

ჩვენ ეჭვი გვეპარება, რომ შენ ან შენმა მშობლებმა ზუსტად იცოდეთ, რა სასჯელია განსაზღვრული ნარკოტიკებთან დაკავშირებით საქართველოს სისხლის სამართლის კოდექსში. ამიტომ გადავწყვიტეთ, აქ მოვიტანოთ ამონაწერი ამ კანონიდან. დაფიქრდი, ღირს თუ არა, რომ ქვემოთ მოყვანილი ეს სიტყვები უშუალოდ შენ შეგეხოს.

ნარკოტიკული დანაშაული

მუხლი 260. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის უკანონო დამზადება, წარმოება, შეძენა, შენახვა, გადაზიდვა, გადაგზავნა ან გასაღება

1. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის უკანონო დამზადება, წარმოება, შეძენა, შენახვა, გადაზიდვა, გადაგზავნა ან გასაღება, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ათ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) დიდი ოდენობით;
ბ) წინასწარი შეთანხმებით ჯგუფის მიერ;
გ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით;
დ) არაერთგზის;
ე) იმის მიერ, ვისაც წინათ ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ექვსიდან თორმეტ წლამდე.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე-2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) განსაკუთრებით დიდი ოდენობით;
ბ) ორგანიზებული ჯგუფის მიერ, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით რვიდან ოც წლამდე ან უვადო თავისუფლების აღკვეთით.

შენიშვნა: ამ თავით გათვალისწინებული დანაშაულის ჩადენისათვის სისხლის სამართლებრივი პასუხისმგებლობისაგან თავისუფლდება ის, ვინც ნებაყოფლობით ჩააბარებს ნარკოტიკულ საშუალებას, მის ანალოგს, პრეკურსორს, ფსიქოტროპულ ნივთიერებას, მის ანალოგს ან ძლიერმოქმედ ნივთიერებას, თუ მის ქმედებაში არ არის სხვა დანაშაულის ნიშნები.

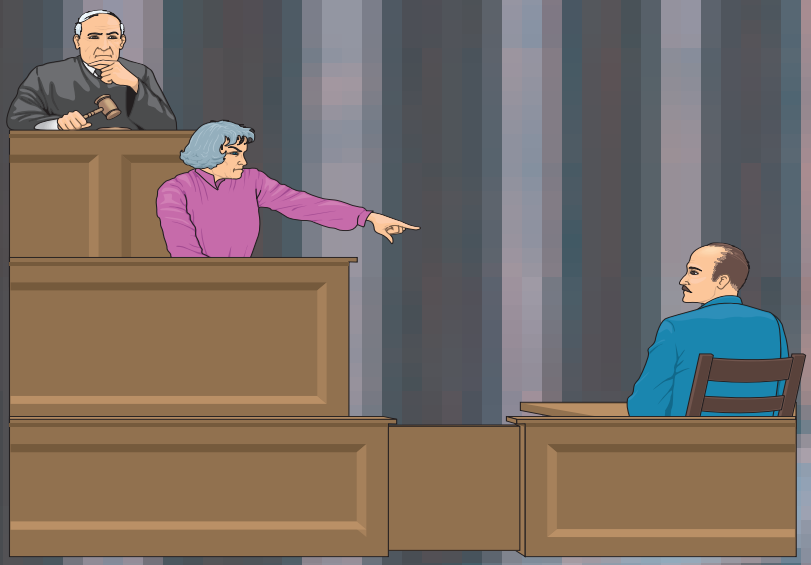
მუხლი 261. ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების უკანონო დამზადება, წარმოება, შეძენა, შენახვა, გადაზიდვა, გადაგზავნა ან გასაღება

1. ფსიქოტროპული ნივთიერების ან მისი ანალოგის უკანონო დამზადება, წარმოება, შეძენა, შენახვა, გადაზიდვა, გადაგზავნა ან გასაღება, – ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ორ წლამდე ან/და თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე.
2. ძლიერმოქმედი ნივთიერების უკანონო დამზადება, წარმოება, შეძენა, შენახვა, გადაზიდვა, გადაგზავნა ან გასაღება, – ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ერთ წლამდე.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:

ა) დიდი ოდენობით;
ბ) წინასწარი შეთანხმებით პირთა ჯგუფის მიერ;
გ) სამსახურებრივი მოვალეობის გამოყენებით;
დ) არაერთგზის;
ე) იმის მიერ, ვისაც წინათ ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე.

4. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:

ა) განსაკუთრებით დიდი ოდენობით;
ბ) ორგანიზებული ჯგუფის მიერ, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამიდან რვა წლამდე.



მუხლი 262. საქართველოში ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის უკანონოდ შემოტანა, საქართველოდან უკანონოდ გატანა ან ტრანზიტით საერთაშორისო გადაზიდვა

1. საქართველოში ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის უკანონოდ შემოტანა, საქართველოდან უკანონოდ გატანა ან ტრანზიტით საერთაშორისო გადაზიდვა, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთიდან ათ წლამდე.
2. ამ მუხლის პირველი ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) დიდი ოდენობით;
ბ) წინასწარი შეთანხმებით ჯგუფის მიერ;
გ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით;
დ) არაერთგზის;
ე) იმის მიერ, ვისაც წინათ ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით რვიდან თხუთმეტ წლამდე.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) განსაკუთრებით დიდი ოდენობით;
ბ) ორგანიზებული ჯგუფის მიერ, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ათიდან ოც წლამდე ან უვადო თავისუფლების აღკვეთით.

მუხლი 263. საქართველოში ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების დიდი ოდენობით უკანონოდ შემოტანა, საქართველოდან უკანონოდ გატანა ან ტრანზიტით საერთაშორისო გადაზიდვა

1. საქართველოში ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების დიდი ოდენობით უკანონოდ შემოტანა, საქართველოდან უკანონოდ გატანა ან ტრანზიტით საერთაშორისო გადაზიდვა, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ორიდან ხუთ წლამდე.
2. ამ მუხლის პირველი ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) განსაკუთრებით დიდ ოდენობით;
ბ) ჯგუფურად;
გ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით;
დ) არაერთგზის;
ე) იმის მიერ, ვისაც ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ოთხიდან თორმეტ წლამდე.

მუხლი 264. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების მართლსაწინააღმდეგო მისაკუთრება ან გამოძალვა

1. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების მართლსაწინააღმდეგო მისაკუთრება ან გამოძალვა, –

   ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ორ წლამდე ან თავისუფლების აღკვეთით ვადით ოთხ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:

ა) დიდი ოდენობით;

ბ) წინასწარი შეთანხმებით ჯგუფის მიერ;

გ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით;

დ) არაერთგზის;

ე) იმის მიერ, ვისაც წინათ ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული;

ვ) ძალადობით, რომელიც საშიში არ არის სიცოცხლისათვის ან ჯანმრთელობისათვის, ან/და ასეთი ძალადობის მუქარით, –

   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ოთხიდან რვა წლამდე.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:

ა) განსაკუთრებით დიდი ოდენობით;

ბ) ორგანიზებული ჯგუფის მიერ;

გ) სიცოცხლისათვის ან ჯანმრთელობისათვის საშიში ძალადობით ან/და ასეთი ძალადობის მუქარით, –

   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით შვიდიდან თხუთმეტ წლამდე.

მუხლი 265. ნარკოტიკული საშუალების შემცველი მცენარის უკანონო დათესვა, მოყვანა ან კულტივირება

1. ნარკოტიკული საშუალების შემცველი მცენარის უკანონო დათესვა, მოყვანა ან კულტივირება, –

   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე.

2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) დიდი ოდენობით;
ბ) წინასწარი შეთანხმებით ჯგუფის მიერ;
გ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით;
დ) არაერთგზის;
ე) იმის მიერ, ვისაც წინათ ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული, –
ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ორიდან შვიდ წლამდე.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) განსაკუთრებით დიდი ოდენობით;
ბ) ორგანიზებული ჯგუფის მიერ, –
ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთიდან ათ წლამდე.

მუხლი 266. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის, ფსიქოტროპული ნივთიერების ან მისი ანალოგის უკანონო წარმოებისათვის ფარული ლაბორატორიის მოწყობა ან შენახვა

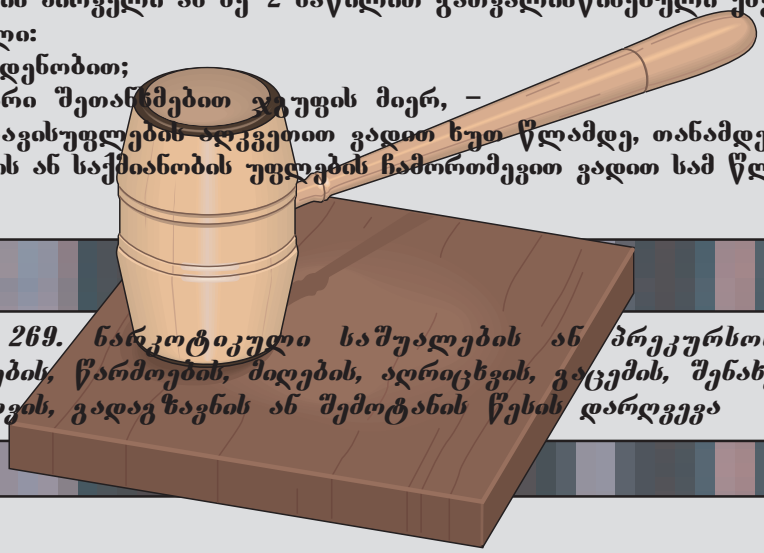
1. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის, ფსიქოტროპული ნივთიერების ან მისი ანალოგის უკანონო წარმოებისათვის ფარული ლაბორატორიის მოწყობა ან შენახვა, –
ისჯება გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ორ წლამდე ან თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) ჯგუფურად;
ბ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით;
გ) იმის მიერ, ვისაც წინათ ჩადენილი აქვს კოდექსის ამ თავით გათვალისწინებული რომელიმე დანაშაული, –
ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე.

მუხლი 267. ნარკოტიკული საშუალების შესაძენად ყალბი რეცეპტის ან სხვა დოკუმენტის დამზადება გასაღების მიზნით ან გასაღება

1. ნარკოტიკული საშუალების შესაძენად ყალბი რეცეპტის ან სხვა დოკუმენტის დამზადება გასაღების მიზნით ან გასაღება, –
ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ორ წლამდე ან თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) არაერთგზის ან სხვისთვის დახმარების გაწევის მიზნით;
ბ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით, –
ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით სამ წლამდე ან უამისოდ.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) დიდი ოდენობით;
ბ) წინასწარი შეთანხმებით ჯგუფის მიერ, –
ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით რვა წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით სამ წლამდე.

მუხლი 268. ფსიქოტროპული ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების შესაძენად ყალბი რეცეპტის ან სხვა დოკუმენტის დამზადება გასაღების მიზნით ან გასაღება

1. ფსიქოტროპული ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების შესაძენად ყალბი რეცეპტის ან სხვა დოკუმენტის დამზადება გასაღების მიზნით ან გასაღება, –
   ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ერთ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) არაერთგზის ან სხვისთვის მომსახურების გაწევის მიზნით;
ბ) სამსახურებრივი მდგომარეობის გამოყენებით, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ორ წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით ერთ წლამდე ან უამისოდ.
3. ამ მუხლის პირველი ან მე–2 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) დიდი ოდენობით;
ბ) წინასწარი შეთანხმებით ჯგუფის მიერ, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით სამ წლამდე.



მუხლი 269. ნარკოტიკული საშუალების ან პრეკურსორის დამზადების, წარმოების, მიღების, აღრიცხვის, გაცემის, შენახვის, გადაზიდვის, გადაგზავნის ან შემოტანის წესის დარღვევა

1. ნარკოტიკული საშუალების ან პრეკურსორის დამზადების, წარმოების, მიღების, აღრიცხვის, გაცემის, შენახვის, გადაზიდვის, გადაგზავნის ან შემოტანის წესის დარღვევა, რამაც მისი უკანონო ბრუნვაში მოქცევა გამოიწვია, –
   ისჯება ჯარიმით ან თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით სამ წლამდე ან უამისოდ.
2. იგივე ქმედება, რამაც დიდი ოდენობით ნარკოტიკული საშუალების ან პრეკურსორის უკანონო ბრუნვაში მოქცევა ან სხვა მძიმე შედეგი გამოიწვია, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით სამ წლამდე.

მუხლი 270. ფსიქოტროპული ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების დამზადების, წარმოების, მიღების, აღრიცხვის, გაცემის, შენახვის, გადაზიდვის, გადაგზავნის ან შემოტანის წესის დარღვევა

1. ფსიქოტროპული ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების დამზადების, წარმოების, მიღების, აღრიცხვის, გაცემის, შენახვის, გადაზიდვის, გადაგზავნის ან შემოტანის წესის დარღვევა, რამაც მისი უკანონო ბრუნვაში მოქცევა გამოიწვია, –
   ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით სამ წლამდე, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ან უამისოდ.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი ორჯერ ან ორეულობით ფსიქოტროპული ან ძლიერმოქმედი ნივთიერების უკანონო ბრუნვაში მოქცევა ან სხვა მძიმე შედეგი გამოიწვია, –
   ისჯება ჯარიმით ან გამასწორებელი სამუშაოთი ვადით ორ წლამდე ან/და თავისუფლების აღკვეთით ერთ ვადით, თანამდებობის დაკავების ან საქმიანობის უფლების ჩამორთმევით ვადით სამ წლამდე.

მუხლი 271. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის უკანონოდ მოხმარებისათვის ბინის ან სხვა სადგომის დათმობა

1. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის უკანონოდ მოხმარებისათვის ბინის ან სხვა სადგომის დათმობა, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) არაერთგზის;
ბ) ანგარებით;
გ) არასრულწლოვანის ან იმის მიმართ, ვინც ვადის დეზინტოქსიკაციური თერაპიის კურსს, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთ წლამდე.
3. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის უკანონოდ მოხმარებისათვის სპეციალური სადგომის მოწყობა ან/და ასეთ სადგომში მისი უკანონოდ მოხმარების ორგანიზება, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამიდან ექვს წლამდე.
4. ამ მუხლის მე-3 ნაწილით გათვალისწინებული ქმედება, ჩადენილი:
ა) ორგანიზებული ჯგუფის მიერ;
ბ) არაერთგზის, –
   ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ხუთიდან ათ წლამდე.

მუხლი 272. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის მოხმარებაზე დაყოლიება

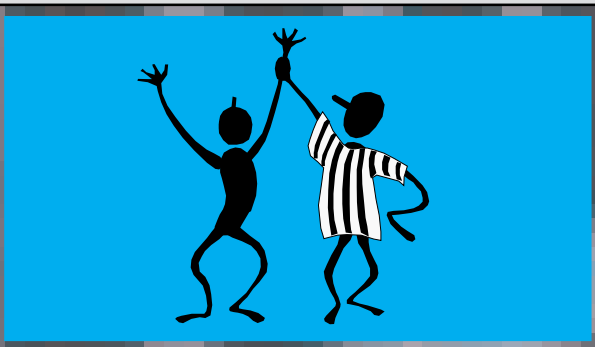
1. ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის, ფსიქოტროპული ნივთიერების, მისი ანალოგის მოხმარებაზე დაყოლიება, – ისჯება ჯარიმით ან თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე.
2. იგივე ქმედება, ჩადენილი:
ა) არაერთგზის;
ბ) ორი ან მეტი პირის ან არასრულწლოვანის მიმართ, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით ათ წლამდე.

მუხლი 273. პირადი მოხმარებისათვის ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის მცირე ოდენობით უკანონო დამზადება, შეძენა, შენახვა ან/და ექიმის დანიშნულების გარეშე უკანონოდ მოხმარება

პირადი მოხმარებისათვის ნარკოტიკული საშუალების, მისი ანალოგის ან პრეკურსორის მცირე ოდენობით უკანონო დამზადება, შეძენა, შენახვა ან/და ექიმის დანიშნულების გარეშე უკანონოდ მოხმარება, ჩადენილი ასეთი ქმედებისათვის ადმინისტრაციული სახდელის დადების შემდეგ, – ისჯება ჯარიმით ან საზოგადოებისათვის სასარგებლო შრომით ვადით ას ოცდან ას ოთხმოც საათამდე ან ტუსაღობით ვადით სამ თვემდე ან/და თავისუფლების აღკვეთით ვადით ერთ წლამდე.

მუხლი 274. იძულებითი მკურნალობისათვის თავის არიდება

ნარკომანის მიერ სპეციალურ სამკურნალო-პროფილაქტიკურ დაწესებულებაში იძულებითი მკურნალობისათვის ჯეუტად თავის არიდება, – ისჯება თავისუფლების აღკვეთით ვადით სამ წლამდე.



გახსოვდეს, თუ შენ ნარკოტიკებს ფლობ, გაქვს იგი ჯიბეში ან ჩანთაში, შენს მანქანაში ან სახლში, შეიძლება დაგაპატიმრონ!!!

აკრძალულია! იმ ნარკოტიკების ფლობა, რომელიც ექვემდებარება კონტროლს კანონით ნარკოტიკული საშუალებებისა და ფსიქოტროპული ნივთიერების შესახებ.

თუ ვინმე ფლობს ნარკოტიკებს თუნდაც მცირე რაოდენობით საკუთარი გამოყენებისათვის, მოსამართლეს შეუძლია აღძრას სისხლის სამართლის საქმე და დაიწყოს პროცესი.

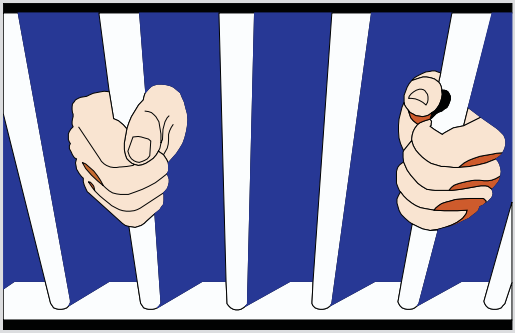
ნარკოტიკების უკანონო ფლობა და მათი გავრცელება ისჯება კანონით. მაგალითად, ვისაც აქვს ჰაშიშის თუნდაც მცირე რაოდენობა, გაასამართლებენ ნარკოტიკების ფლობის ან გავრცელების ბრალდებით. ამ შემთხვევაში მნიშვნელოვანია როგორც ნარკოტიკის რაოდენობა, ასევე მისი შემადგენლობა.

ნარკოტიკის გაჩუქება მეგობრებზე ან სხვა პირზე, უკვე დასჯადი ქმედებაა, და იგი ითვლება გავრცელებად.

სხვა დასჯადი ქმედებები

პიროვნების მიმართ შეიძლება აღიძრას სისხლის სამართლის საქმე, თუ:

- ნარკოტიკიული საშუალების შემცველი მცენარე, მაგ., კანაფი ან ყაყაჩო დათესა და მოაშენა
- ნარკოტიკის მიღებაზე დაიყოლია სხვა პირი
- ფლობს იმ ნივთებს და ნივთიერებებს, რომელიც საჭიროა ნარკოტიკების დასამზადებლად
- ნარკოტიკები უცხოეთიდან შემოიტანა ან გაიტანა
- ექიმის დანიშნულების გარეშე ფლობს ან მოიხმარა ნარკოტიკი



უნდა იცოდე შენი უფლებები

თუ შენ

პოლიციასთან პრობლემები გაგიჩნდა, მოიქეცი მშვიდად, არ აღელდე, არ მიაყენო შეურაცხყოფა პოლიციელს, დაემორჩილე მას, რომელიც იცავს კანონს და წარმოადგენს შენი ქვეყნის ხელისუფლებას

ადამიანის თავისუფლება, პირველ რიგში, არის კანონის პატივისცემა, მისი დაცვა და არა თავაშვებულობა. იმისთვის, რომ იყო თავისუფალი, კარგად უნდა იცოდე როგორც შენი, ასევე სხვისი უფლებები და მოვალეობები

რა უფლებები გაქვს შენ:

- ადამიანი არასრულწლოვნად ითვლება 18 წლამდე
- სამსახურებრივი მოვალეობის შესრულებისას პოლიციელი ვალდებულია ზუსტად დაიცვას მოქალაქის კანონიერი უფლებები. კანონით დადგენილი წესით, მოქალაქის უფლებების შეზღუდვისას, პოლიციის თანამშრომელი წარუდგება მოქალაქეს, წარუდგენს პირადობის მოწმობას, განუმარტავს კონკრეტული შეზღუდვის გამოყენების საფუძველს და უფლებებს.
- არასრულწლოვანების უფლებების შეზღუდვის შემთხვევაში, თუ პოლიციის თანამშრომლის მოქმედებას თან ახლავს სიტყვები – კანონის სახელით, ყველა ვალდებულია დაემორჩილოს და შეასრულოს პოლიციის თანამშრომლის კანონიერი მოთხოვნა
- 7-იდან 18 წლამდე არასრულწლოვანთა უფლებებსა და კანონით დაცულ ინტერესებს იცავენ მათი მშობლები, მშვილებლები ან მზრუნველები. სასამართლო ვალდებულია საქმეში ჩააბას თვით არასრულწლოვანიც

- სისხლის სამართლის კოდექსის მე-12 მუხლის თანახმად, საქართველოში სისხლის სამართლის პასუხისმგებლობა ეკისრება იმ პირთ, რომელთაც დანაშაულის ჩადენამდე შეუსრულდათ 16 წელი
- ბავშვის შეურაცხყოფა ე.ი. მისი პატივისა და ღირსების განზრახ დამცირება, ისევე როგორც უფროსებისა, ისჯება სისხლის სამართლის კოდექსის 138-ე მუხლით
- საქართველოს კონსტიტუციის მე-18 მუხლის მე-3 პუნქტის თანახმად, ადამიანის დაკავება დასაშვებია კანონით განსაზღვრულ შემთხვევებში, საგანგებოდ უფლებამოსილი პირის მიერ. თავისუფლებაშეზღუდული პირი უნდა წარედგინოს სასამართლოს არაუგვიანეს 48 საათისა. თუ მომდევნო 24 საათის განმავლობაში სასამართლო არ მიიღებს გადაწყვეტილებას დაპატიმრების ან თავისუფლების სხვაგვარი შეზღუდვის შესახებ, პირი დაუყოვნებლივ უნდა განთავისუფლდეს
- არავის დაპატიმრება არ შეიძლება მოსამართლის ბრძანების ან სხვა სასამართლო გადაწყვეტილების გარეშე
- არასრულწლოვანთა დანაშაულის შესახებ საქმე სასამართლოში უნდა განიხილონ მოსამართლეებმა, რომლებსაც გავლილი აქვთ სპეციალური მომზადება პედაგოგიკასა და ფსიქოლოგიაში
- 16 წლამდე არასრულწლოვანის დანაშაულის შესახებ საქმე განიხილება დახურულ სასამართლო სხდომაზე
- არასრულწლოვანის მიმართ აღკვეთის ღონისძიებად დაპატიმრება გამოიყენება მხოლოდ იმ შემთხვევებში, თუ მას ბრალი ედება დანაშაულში, რომელიც (სისხლის სამართლის კოდექსის მიხედვით) ისჯება თავისუფლების აღკვეთით 5 წელზე მეტი ვადით
- უკანონოდ, დაუსაბუთებლად დაპატიმრებულ არასრულწლოვანს აქვს კომპენსაციის მიღების მოთხოვნის უფლება

- არასრულწლოვანის მიმართ შეიძლება გამოყენებულ იქნას შემდეგი სახის თავისუფლების აღკვეთის ღონისძიებები: დაპატიმრება, შინაპატიმრობა, პოლიციის ზედამხედველობაში გადაცემა, ხელწერილი გაუსვლელობისა და სათანადო ქცევის შესახებ, გირაო, პირადი თავდებობა, აგრეთვე მეთვალყურეობაში გადაცემა
- სრულწლოვანი ბრალდებულისაგან განსხვავებით, არასრულწლოვანი შეიძლება მეთვალყურეობისათვის გადაეცეს მშობლებს, მეურვეებს, მზრუნველებს ან დახურული საბავშვო დაწესებულების ადმინისტრაციას
- არასრულწლოვანის მშობლების, მეურვეების, მზრუნველების ან სხვა პირთათვის სამეთვალყურეოდ გადაცემა შეიძლება მხოლოდ მათი და თვით არასრულწლოვანის თანხმობით

ბავშვის დანაშაულის შესახებ საქმის განხილვის დრო და ადგილი სასამართლომ უნდა აცნობოს არასრულწლოვანთა საქმეების სამთავრობო კომისიას, რომელიც შეიქმნა 1997 წლის 20 მაისს საქართველოს პრეზიდენტის ბრძანებულებით

თუ დაგაკავეს და საჭიროა შენი დაკითხვა:

- შენ გაქვს დუმილის უფლება
- შენ შეგიძლია არ მისცე ჩვენება, თუ არ გყავს ადვოკატი ან სახელმწიფოს მიერ დანიშნული დამცველი
- თუ არ გამოიყენებ დუმილის უფლებას, უმჯობესია თქვა სიმართლე
- შენი დაკავებისთანავე ვალდებული არიან დაუყოვნებლივ აცნობონ ამის შესახებ შენს მშობლებს, კანონიერ წარმომადგენელს ან სხვა ნათესავებს

- მომკვლევი, გამომძიებელი, პროკურორი ვალდებული არიან არასრულწლოვანის პირველი დაკითხვისთანავე უზრუნველყონ საქმეში ადვოკატის ან დამცველის მონაწილეობა
- არასრულწლოვანი ეჭვმიტანილისა და ბრალდებულის დაკითხვა არ შეიძლება შეუსვენებლივ გაგრძელდეს 2 საათზე მეტ ხანს, ხოლო მთლიანად დღეში 4 საათზე მეტ ხანს
- თუ შენ განაცხადე, რომ დაიღალე დაკითხვის დროს, დაკითხვა უნდა შეწყდეს ზემოთ აღინიშნული დროის გასვლამდე
- 7 წლამდე ასაკის მოწმის დაკითხვა შეიძლება მხოლოდ მშობლის ან, მისი არარსებობის შემთხვევაში, სხვა წარმომადგენლის თანხმობით
- 14 წლამდე ასაკის მოწმის დაკითხვა ტარდება პედაგოგის ან კანონიერი წარმომადგენლის თანდასწრებით
- 16 წლამდე ასაკის მოწმეს განუმარტავენ მის მოვალეობას, ილაპარაკოს მხოლოდ სიმართლე, მაგრამ მას არ აფრთხილებენ ჩვენების მიცემაზე უარის თქმისათვის სისხლის სამართლის პასუხისმგებლობის შესახებ

თუ გაგასამართლებენ

თუ შენ გაგასამართლეს ან დამნაშავედ გაღიარეს, მაშინ სასჯელი დამოკიდებულია:

- შენს მიერ ჩადენილი ქმედების სიმძიმეზე
- ნარკოტიკის რაოდენობაზე
- ნარკოტიკის სახეობაზე
- რა დანიშნულებისთვის გქონდა შენ ეს ნარკოტიკი
- შენს ასაკზე
- არის თუ არა ეს შენი პირველი სისხლის სამართლის დანაშაული

ვიდრე ინფორმაციას მიიღებ თითოეულ ნარკოტიკის შესახებ, გვინდა ზოგადად გაეცნო მათ მოქმედებას და როგორ აჯგუფებენ მათ ექიმები

უპირველეს ყოვლისა, უნდა იცოდე, რომ ყველა ის საშუალება, რომელიც ახდენს ფსიქიკაზე აქტიურ მოქმედებას, იყოფა ორ დიდ ჯგუფად: ნარკოტიკულ საშუალებებად და ფსიქოტროპულ ნივთიერებებად. ეს დაყოფა პირობითია, განისაზღვრება მხოლოდ მსოფლიოს მეცნიერთა შეთანხმებით და დამოკიდებულია იმაზე, თუ რომელ სიაში შეიტანეს ესა თუ ის ნივთიერება. ამ ნივთიერებებს ერთი თვისება ახასიათებს – ყველა იწვევს მიჩვევას და დროთა განმავლობაში დამოკიდებულს ხდის ადამიანს მათ მიმართ. იშვიათი გამონაკლისის გარდა, ყველა ისინი ან წამალს წარმოადგენს, ან გამოიყენება საკვებად. ექიმის მეთვალყურეობით ამ ნივთიერებების მცირე რაოდენობით საჭიროებისამებრ გამოყენება არ არის მავნებელი. მათ ზიანი მოაქვთ მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ადამიანი მათ იყენებს ზომაზე მეტად და ხანგრძლივი დროის განმავლობაში. ასეთ შემთხვევაში, როგორც ზემოთ აღვნიშნეთ, ადამიანი ფსიქიკურად ან მისი ორგანიზმი ფიზიკურად ხდება დამოკიდებული მათ მიმართ. ამ ნივთიერებების ეს თვისება საერთოა ყველასთვის, მისი ინტენსივობა დაკავშირებულია ნივთიერების სახეობასთან და დამოკიდებულია მიღებულის რაოდენობაზე.

რატომ ხდება ეს ?

ადამიანის ორგანიზმი მოწყობილია ისე, რომ მისთვის აუცილებელია სისტემატურად მიიღოს სიამოვნება. სიამოვნების მიღების მრავალი საშუალება არსებობს. ჩვენ სიამოვნებას განვიცდით, როდესაც მივირთმევთ გემრიელ საკვებს, დაკავებული ვართ საინტერესო და სასიამოვნო საქმიანობით, ვუმზერთ სილამაზეს, ვხვდებით და ურთიერთობა გვაქვს საყვარელ ადამიანებთან. სიამოვნება თან სდევს ყოველგვარ გამარჯვებას, ცოდნით კმაყოფილებას, სხვაზე მზრუნველობას, სხვის მიერ შენი ქცევის ან საქმიანობის შექებას და დაფასებას და მრავალ და მრავალ ქმედებას, რომელსაც ადამიანი ახორციელებდა, ახორციელებს და განახორციელებს მომავალშიც. ასეთ დროს ორგანიზმში აქტიურდება ზოგიერთი განსაკუთრებული ნივთიერების ცვლა. გამოიყოფა ეს ნივთიერებები, გარდაიქმნება სხვა ნივთიერებებად, თავსდება ადამიანის ტვინის განსაკუთრებულ უბნებში და იქ კვლავ განიცდის გარდაქმნას. ამ პროცესს ადამიანი შეიგრძნობს, როგორც სიამოვნებას. ამ ნივთიერებებს მეცნიერები კატექოლამინებს უწოდებენ. ერთ-ერთი ყველაზე მთავარი ამ პროცესში არის ნივთიერება დოფამინი, რომლის ცვლაც ორგანიზმში განაპირობებს ყოველივე ზემოთხსენებულს, ხოლო თვით ამ პროცესს მეცნიერები "დაჯილდოვების ბილიკს" ეძახიან. ამ "ბილიკზე" დოფამინი ასრულებს ნეიროქიმიური გადამცემის როლს. ყველა ნივთიერება, რომელიც მიჩვევას იწვევს, არის ეს ძლიერი ნარკოტიკი ჰეროინი, კოკაინი, თუ თამბაქო და ყავა, ცვლის დოფამინის რაოდენობას და ამით იწვევს ცვლილებებს

რას ნიშნავს მიჩვევა?

როდესაც ადამიანი ნორმალურად ფუნქციონირებს, "სიამოვნების ბილიკზე მორბენალი ნივთიერებები" გარკვეული რაოდენობით გამოიყოფა და მალევე იხარჯება. როდესაც ადამიანი ხელოვნურად ცდილობს ხშირად და ძლიერი სიამოვნების შეგრძნება გამოიწვიოს, გამოყოფილი ნივთიერების დიდი რაოდენობა ვერ ასწრებს დახარჯვას, მას თანდათან ემატება ამ ნივთიერებების სულ ახალ–ახალი რაოდენობა, რაც იწვევს ორგანიზმის შემგუებლობას ამ ახალი გაზრდილი რაოდენობისადმი. ორგანიზმის ამტანობას ამა თუ იმ ნივთიერებისადმი მის ტოლერანტობას უწოდებენ, ხოლო როდესაც ის მატულობს, ლაპარაკობენ ტოლერანტობის მომატებაზე ანუ იმაზე, რომ ორგანიზმი მიეჩვია ამ ნივთიერებას. სწორედ ამაშია ნარკომანიის მზაკვრობა და მისი საშიშროება.

მოვლენები კი ვითარდება ასე

ხშირად ხდება, რომ ერთ მშვენიერ დღეს, ნარკოტიკის პირველი გასინჯვის დღიდან ხანმოკლე დროის შემდეგ, ადამიანის ორგანიზმი არკვევს, რომ უკვე ეს ჭარბი ნივთიერება გახდა მისთვის ნორმა და, თუ სისტემატურად ხელოვნურად არ მიიღო იგი, ელემენტარულად შია ან წყურია. ამას კი უკვე დამოკიდებულება ჰქვია. თუმცა არც ეს არის ამ პროცესის დასასრული. ადამიანი გარკვეული დროის მანძილზე ჩერდება ნივთიერების გარკვეულ რაოდენობაზე, შემდეგ უმატებს მის დოზას, აღწევს გარკვეულ პიკს, რის შემდეგაც რამდენიც არ უნდა მოუმატო, საშველი მაინც არ არის. ან კიდევ უარესი, ეს ნივთიერებები იწყებს შენი სურვილისა და მოლოდინის საპირისპირო მოქმედებას.

ჩვენ ზემოთ აღვნიშნეთ, რომ ნივთიერებებს ანსხვავებენ ნარკოტიკებად და ფსიქოტროპულ ნივთიერებებად. მათი თვისებები ხშირად ჰგავს ერთმანეთს, თუმცა საკმაოდ განსხვავდება კიდეც. ძირითადად მათ სამ ჯგუფად ყოფენ. ეს არის სტიმულატორული მოქმედების ანუ ამგზნები, ე.წ. დეპრესანტები ანუ ის ნივთიერებები, რომლებიც იწვევს დამშვიდებას, დაწყნარებას, ძილის მოგვრას, გაბრუებას, და ჰალუცინოგენები ანუ ის ნივთიერებები, რომელებიც ცვლის ადამიანის აღქმის უნარს, იწვევს სამყაროს არასწორ აღქმას ანუ ჰალუცინაციებს. ნარკომანების მიერ გამოყენებული ნივთიერებები ყოველთვის ერთი ტიპის არაა და ხშირად ერთდროულად რამდენიმე თვისებას ატარებს. ამიტომ ყოველთვის კარგად უნდა იცოდე, რას ღებულობ.

რა ზემოქმედება აქვს ნარკოტიკებს ?

- ასტიმულირებს (მაგ., ამფეტამინები, ექსტაზი, კოკაინი, კათი, თამბაქო)
- აშშვიდებს (მაგ., ალკოჰოლი, თამბაქო, ჰაშიში, ბარბიტურატები)
- იწვევს ჰალუცინაციებს (მაგ., ლსდ, ექსტაზი, ჰაშიში, მესკალინი, პსილოციბინი)
- აბრუებს და იწვევს ეიფორიას (მაგ., მორფინი, ოპიუმი, ჰეროინი)

რას შეგიგრძნობთ ?

- უმეტესობა სტიმულატორებისა, პირველ რიგში, ზემოქმედებს ადამიანის შეგრძნებებსა და თვითგრძნობაზე. ყველაზე ნათელია თამბაქოს ზემოქმედება, მაგ., მსუბუქი თავბრუსხვევა პირველი სიგარეტის მოწევის შედეგ, ალკოჰოლის პირველი ყლუპის შემდეგ წარმოშობილი ე.წ. "დარტყმა" და სითბოს შეგრძნება სხეულში. ეს გრძნობა ენერგიის მომცემია, სხეულსა და თავში ყველაფერი გიტრიალებს, სიმსუბუქესა და სითბოს გრძნობ.
- მარიხუანამ, ექსტაზმა და ამფეტამინებმა შეიძლება გამოიწვიოს მოძრაობისა და ცეკვის სურვილი. მდმა-ს (ექსტაზის წინამორბედი) მიღების შემდეგ ადამიანი გრძნობს ტემპერატურის მომატებას და ღრმა ჩასუნთქვის სურვილს.
- დეპრესანტები ამშვიდებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას. გულისცემა სუსტდება. ადამიანი თავს კარგად გრძნობს, განტვირთულია, არ არის შებოჭილი, გრძნობს აღმაფრენას.
- ჰალუცინოგენების მოქმედება იწყება დაახლოებით ერთი საათის შემდეგ სამყაროს აღქმის ცვლილებით. ეს შეიძლება სასიამოვნო იყოს, თუ მაგ., ფერებს უფრო ინტენსიურად აღიქვამ, და უსიამოვნოც, თუ დაგებადა აზრი, რომ თითქოს ვიღაც უცხო პირი გემუქრება და საშიშროება მოგელის. ამ ნარკოტიკის ზემოქმედება საათობით გრძელდება.

საშიშია იმ საშუალებების მოხმარება, რომელთა შესახებ არც არაფერი იცი და არ იცი, რა შედეგი შეიძლება მოჰყვეს მათ მიღებას. ნარკოტიკულ საშუალებებს ხშირად უმატებენ კოფეინს, ფქვილს, გლუკოზას ან ძაღლების ჭიის საწინააღმდეგო საშუალებებსაც კი. ყოველივე ეს კი შეიძლება ზიანის მომტანი იყოს. ხშირად სხვადასხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს ერთმანეთში ურევენ, მაგ., ექსტაზსა და კეტამინს, რასაც შეიძლება საშინელი და გაუთვალისწინებელი გვერდითი რეაქციები მოჰყვეს.

გაფრთხილება!
ნარკოტიკების კომბინირება ყოველთვის დიდი შეცდომაა, რადგან ყველა ნარკოტიკული საშუალება თავისებურად ზემოქმედებს და არსებობს ზედოზირების საშიშროება!!!

"მუდმივად ხან მაღლა მივფრინავდი, ხან დაბლა ვეშვებოდი".

შენ, შენი განწყობა და შენი მეგობრები

თუ რა ზემოქმედება ექნება ამა თუ იმ ნარკოტიკულ საშუალებას შენზე, ნაწილობრივ მის შემადგენელ ნივთიერებებზეა დამოკიდებული. ერთი და იგივე ნარკოტიკული საშუალების მოქმედება შეიძლება განსხვავებული იყოს იმის მიხედვითაც, რა განწყობაზე ხარ – ბედნიერი ხარ თუ მოწყენილი, თავს კარგად გრძნობ თუ ცუდად, განერვიულებული ხარ თუ მოშვებული, სწორედ ამაზეა დამოკიდებული შენი "კაიფიც". დადებითი ან უარყოფითი ზეგავლენის მოხდენა შეუძლია იმასაც, თუ სად ხარ ან ვის გარემოცვაში იმყოფები ნარკოტიკის მიღებისას. თუ ისეთ ადგილას ხარ, რომელიც არ გიყვარს ან ისეთ ხალხთან, რომლებთანაც თავს უხერხულად გრძნობ, მოსალოდნელია, რომ ცუდი შედეგი მიიღო.

"მე აღარ შემეძლო სუნთქვა. ჰაერი არ მყოფნიდა. მეგონა, ვიხრჩობოდი".

რა არის ცუდი "კაიფი"?

ექსტაზით, ლსდ-თი ან კანაბისით ცუდ "კაიფს" შეიძლება ფიზიკური ან ემოციური შედეგები მოჰყვეს. ყველაზე საშინელია "flashback" ანუ "უკუაფეთქება", რომელიც ჰალუცინოგენებისთვისაა დამახასიათებელი და რამდენიმე თვის შემდეგაც შეიძლება განმეორდეს. შენ მუდმივად განიცდი ცუდი "კაიფის" შიშს. ცუდი "კაიფის" გადმოცემა საკმაოდ ძნელია და არასასიამოვნო, იგი სამუდამოდ რჩება ადამიანის მოგონებაში.

მედალს ორი მხარე აქვს

შესაძლებელია შენ იცი ამა თუ იმ ნარკოტიკული საშუალების სასიამოვნო მხარე, მაგრამ იცი კი მისი უარყოფითი მხარეები? მაგ., სტიმულატორებმა შეიძლება გამოიწვიოს გადახურება და დეჰიდრატაცია. "კაიფი" შეიძლება უცბად კოშმარად გადაიქცეს, შეგაშინოს ან დანაშაული ჩაგადენინოს. აღმაფრენას ყოველთვის დაშვება მოსდევს, რაც საშინელებაა.

ჩემმა კუნთებმა დაიწყეს ირთოლვა და ვგრძნობდი, რომ სრულიად ვქანავდებოდი".

"დაშვება"

"დაშვებას" უწოდებენ პროცესს, როდესაც ნარკოტიკული საშუალებები გადუნებს, ძალის გამოცლის, დეპრესიისა და ცუდად ყოფნის შეგრძნებებს იწვევს.

რაც უფრო მაღლა მიფრინავ, მით უფრო დაბლა ეშვები !

მასტიმულირებელი ნარკოტიკული საშუალებები ხარჯავს ორგანიზმის ენერგიის რესურსებს და საქმე გვაქვს დაღლილობასა და დეპრესიასთან, რომელიც რამდენიმე დღე შეიძლება გაგრძელდეს. სტიმულატორების ხშირ მიღებას უფრო ხანგრძლივი და ღრმა "დაშვებისაკენ" მივყავართ, რადგან ორგანიზმს თითქმის არ რჩება დრო მოსასვენებლად, ამოსასუნთქად.

- ნარკოტიკული საშუალებების ხშირი მოხმარებისას "დაშვებას" შეიძლება დევნის ბოდვა, ნევროზულობა და პანიკა დაერთოს
- კოკაინის "კაიფიდან" გამოსვლისას ადამიანს შეიძლება უცაბედად სიცარიელის გრძნობა დაეუფლოს. რაც უფრო მეტ კოკაინს მიიღებ გაწონასწორების მიზნით, მით უფრო ცუდად იგრძნობ თავს
- ექსტაზის შემდეგ დაღლილობა და აპათია შეიძლება 1 კვირასაც გაგრძელდეს
- კრეკი იწვევს დაახლოებით 10-წუთიან აღმაფრენას. "დაშვება" შეიძლება რამდენიმე დღე გაგრძელდეს
- ბარბიტურატები იწვევს საშინელ აბსტინენციას
- ჰეროინის აბსტინენციაში ელოდე ძლიერ ტკივილებს მთელ სხეულში

"ყველაზე საშინელება ვილაცისაგან დევნის მახია და შიში იყო. მე მეგონა, ეს არასოდეს დამთავრდებოდა".

რა არ შეიძლება!

- არ დალიო ალკოჰოლი ნარკოტიკულ საშუალებებთან ერთად
- აღარ მიიღო კიდევ დამატებით ნარკოტიკი, თუ უკვე მიღებული გაქვს
- ნუ აურევ ერთმანეთში ნარკოტიკებს, ამას შეიძლება გაუთვალისწინებელი რეაქცია მოჰყვეს
- არ იცეკვო მთელი ღამე შესვენებისა და გაგრილების გარეშე
- იყავი გრილად. არ დაიხურო თავზე თავსაბურავი (მაგ., ქუდი)
- არ ატარო მანქანა
- ნუ იცეკვებ შეუჩერებლად, დროდადრო მიიღე სითხე.

საფრთხე !

- სტიმულატორების მიღების შემდეგ ადამიანის ტემპერატურამ შეიძლება 40^0 C-მდე აიწიოს
- ადამიანმა შეიძლება დაიწყოს ბოდვა ან გადახურდეს, გონება დაკარგოს ან მოკვდეს კიდეც
- მოსალოდნელია კრუნჩხვები, საშინელი თავის ტკივილი და გულისრევა
- მოსალოდნელია ავრეთვე გულისცემის აჩქარება და ინფარქტიც კი

გაფრთხილება

თუ გინდა, რომ ზემოთ აღწერილი პრობლემები თავიდან აიცილო, გთავაზობთ რამდენიმე რჩევას: ყოველ ნახევარ საათში ერთხელ მიიღე ერთი ჭიქა სითხე (არავითარ შემთხვევაში არ დალიო ალკოჰოლი). სტიმულატორები იწვევს სიცხის აწევას. დისკოთეკაზე, სადაც ძალიან ცხელა, სიცხე კიდევ უფრო მაღლა იწევს, მით უმეტეს ცეკვისას ტემპერატურის მომატება შეიძლება საშიშიც გახდეს. გადახურების გამო სხეული საშინლად ოფლიანდება. სითხის დიდი რაოდენობით დაკარგვა ანაზღაურებული უნდა იქნას ხილის წვენებით ან წყლით. ეს სასმელები აბალანსირებს მინერალების, ვიტამინებისა და სითხის დანაკარგს. ასე ორგანიზმს აქვს საშუალება, რომ დაისვენოს დაძაბული, ცეკვაში გატარებული ღამის შემდეგ.

- სასმელს ერთბაშად ნუ დალევ, მიიღე ცოტ-ცოტა 15 წუთში ერთხელ
- არასოდეს დალიო ალკოჰოლი. იგი კიდევ უფრო მეტი სითხის გამოყოფას იწვევს და ცუდად შედის რეაქციაში სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებთან
- ზედმეტად ბევრმა სითხემ შეიძლება ტვინის შეშუპება და უეცარი სიკვდილი გამოიწვიოს
- საშიშია ლიტრნახევარზე მეტი წყლის მიღება ერთ საათში, მაგრამ ეს იმაზეა დამოკიდებული, რამდენად ოფლიანდება ადამიანი
- მარილიანი ჩიპსებისა და მიწის თხილის ჭამა ეხმარება ორგანიზმს, აინაზღაუროს ის მარილები, რომლებსაც ადამიანი გაოფლიანებისას კარგავს. თუ მარილების დანაკარგი არ იქნება ანაზღაურებული, მეორე დღეს მთელი სხეულის საშინელი ტკივილებია მოსალოდნელი
- არ ატარო თავსაბურავი, ქუდები სიცხეს არ ატარებს. თუნდაც უკეთესად გამოიყურებოდე ქუდში, თავს მაინც ცუდად იგრძნობ, რადგან უცბად გადახურდები
- წყლით გაგრილება. თუ დაგცხა, სახეზე და თავზე შეისხი ცივი წყალი
- იყავი მეგობრებთან ერთად. ასე უფრო მიაქცევთ ერთმანეთს ყურადღებას

რა უნდა ვქნათ სერიოზულ შემთხვევაში

აუცილებლად წაიკითხე რუბრიკა **"თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა"**. იქ აღწერილია, რა უნდა გაკეთდეს გვერდითი რეაქციებისა და გართულებების აღმოცენების შემთხვევაში.

გამაფრთხილებელი სიგნალები, რომლებსაც უნდა მიექცეს ყურადღება:

- ორიენტაციის დაკარგვა (მაგ., თუ არ იცის, ვინ არის იგი ან რა დღეა დღეს)
- გონების დაბინდვა (თუ არ რეაგირებს ნათქვამზე, "გაახილე თვალები")
- მოუსვენრობა
- ჰაერის უკმარისობა და სუნთქვის პრობლემები
- ტემპერატურის მომატება
- გონების დაკარგვა.

თუ ზემოთ ჩამოთვლილი სიმპტომებიდან რომელიმე დადგინდა, დახმარება უნდა ვეძებოთ, **უნდა მივმართოთ სასწრაფოს.** შეძლებისდაგვარად ყოველთვის უნდა ითქვას, რომელი ნარკოტიკული საშუალება მიიღო შენმა მეგობარმა.

შემდეგ გვერდებზე განხილულია ნარკოტიკების ცალკეული სახეები. გირჩევ ყველა წაიკითხო, მაგრამ თუ რომელიმე განსაკუთრებით გაინტერესებს, ქვემოთ ნახავ რომელ გვერდზეა იგი

თამბაქო – 37
ალკოჰოლი – 42
ჰაშიში – 50
ოპიუმი და ჰეროინი – 58
მეთადონი – 66
კოკაინი – 68
კრეკი – 75
ამფეტამინი – 78
მეთილამფეტამინი – 86
ექსტაზი – 88
მცენარეული ნარკოტიკები – 94
კეტამინი – 96
გამხსნელები – 98
პოპერსი – 102
გამაჰიდროქსიბუტირატი – 104
ლსდ – 106
პსილოციბინი, პსილოცინი, მესკალინი – 112
ფენციკლიდინი – 116
დიმეთილტრიპტამინი – 118
ტრანკვილიზატორები – 120
როჰიპნოლი – 125
ბარბიტურატები – 126
ანაბოლიკები – 130

მოკლე ისტორია:

ევროპაში პირველი თამბაქო 1592 წ. ახალი სამყაროდან (ამერიკა) ინგლისელმა სერ ვალტერ რალეიმა შემოიტანა. იგი აკვირდებოდა ადგილობრივი მცხოვრებლები როგორ აშრობდნენ, პრესავდნენ და აქუცმაცებდნენ თამბაქოს, რათა შემდეგ სიამოვნებით მოეწიათ ჩიბუხი.

რა არის თამბაქო:

თამბაქოს ფოთლები შეიცავს ერთ-ერთ უძლიერეს ცნობილ საწამლავს - ნიკოტინს. სუფთა ნიკოტინმა სულ მცირე რაოდენობითაც კი გადაყლაპვის შემთხვევაში, რამდენიმე წუთის განმავლობაში შეიძლება გამოიწვიოს სიკვდილი. ნიკოტინის "კაიფი" ძალზე სწრაფად მოდის. მოწევისას ნიკოტინი მაშინვე ნერწყვში იხსნება, საიდანაც იგი სისხლში, შემდეგ კი ტვინში მოხვდება. სულ რამდენიმე წამის განმავლობაში თავბრუხვევა და გულისრევის შეგრძნება გეუფლება. ნიკოტინს, რომელსაც სიგარეტი და სიგარა შეიცავს, მივყავართ ფიზიკურ და ფსიქიკურ დამოკიდებულებამდე. ხანგრძლივმა დაკვირვებამ გვიჩვენა, რომ უფრო მეტი ადამიანი იღუპება მოწევის გამო ფილტვის კიბოთი და ულის დაავადებებით, ვიდრე "ქუჩის ნარკ

რა სჯობს ფლეგმ თამბაქს

მცენარე თამბაქოს გამხმარ ფოთლებს გადაამუშავებენ თუთუნად მოსაწევად, ამზადებენ პაპიროსს, სიგარეტს და სიგარებს, ან თამბაქოდ ჩიბუხით მოსაწევად.

თუთუნი იყიდება წმინდად დაფქვილი ფხვნილის სახით საყნოსავად.

არსებობს აგრეთვე საღეჭი თუთუნი, რომელიც ცალობით იყიდება. ჩვენში თითქმის არ გვხვდება.

ნიკოტინის ზემოქმედება:

სიგარეტის მოწევასას "კაიფი" იწყება რამდენიმე წამში და დაახლოებით 30 წუთი გრძელდება. როდესაც ნიკოტინი ტვინამდე აღწევს, თავში ყველაფერი ყრამალა დგება. მწეველი გრძნობს აგზნებას და სიფხიზლეს.

ნიკოტინი ანქარებს გულისცემას და წუთში უფრო მეტი სისხლი ცირკულირებს ორგანიზმში. მწეველი გრძნობს გააქტიურებას, ენერგიის მოზღვავებას. ასევე დროს ნიკოტინი ამცირებს კუნთების დაძაბულობას, ამიტომ მწეველი ერთიდროულად თავს მოდუნებულად და მუხუქადაც გრძნობს.

ნიკოტინი თითქოს მუშაობისას გვეხმარება, რადგან თვი აუმჯობესებს ყურადღების კონცენტრაციას. შესაძლებელი ხდება მოწყენილობისა და დაღლილობის ვანდევნა.

> "ჩემი პირველი სიგარეტის მოწევა ალბათ ყველაზე საშიში რამ იყო, რაც კი ოდესმე გამიკეთებია".

რატომ ეწევიან ადამიანები:

- რათა თავი მოზრდილად იგრძნონ
- რათა უფრო გულადები იყვნენ
- რათა მწეველებს მიეკუთვნებოდნენ
- რადგან ჰგონიათ, რომ ასე უფრო საინტერესოები არიან
- რადგან მოწევა აგზნებად მოქმედებს
- რადგან სასიამოვნოა სიგარეტის მოკიდების მომენტი
- მოწევა ადუნებს
- რათა დააკაონ ხელები
- რათა მიმზიდველად და დახვეწილად გამოიყურებოდნენ
- და ბოლოს, რადგანაც ავადმყოფურად შეპყროობილები ხდებიან.

> "სიგარეტის გარეშე სულელივით ვიდექი და არ ვიცოდი, რაზე მელაპარაკა".

რატომ ხდებიან ასე ადვილად დამოკიდებულნი:

მოწევა არა მხოლოდ დაავადებაა, არამედ რიტუალია. არა აქვს მნიშვნელობა, მარტო თუ მეგობრებთან ერთად მოწევ, თუ სიგარეტის მოწევის პაუზას გააკეთებ, იმდენად მსი ბოლის შესუნთქვის სურვილი არ გაწუხებს, რამდენადაც თვით მოწევის რიტუალის შესრულების სურვილი. ზოგჯერ სიგარეტს ეწევი, რათა ვინმეს კომპანია გაუწიო, ან უნერხული პაუზა შეავსო. მოკლედ, როცა ვინდა იმდენი მიზეზი და საბაბი არსებობს ერთი სიგარეტის მოსაწევად, რომ ბოლოს და ბოლოს მუდმივი მწეველი ხდები. ვინც ეწევა ფიქრობს, რომ ასეც უნდა იყოს. რიტუალიც ასე აავადებს, როგორც ნარკოტიკი.

?! **კითხვა:** ნამდვილად არ დამემართება ფილტვების კიბო, თუ რამდენიმე წელიწადში თავს დავანებებ მოწევას?

პასუხი: თუ დროულად დაანებებ.

ტიპური ქცევა:

– თავიდან ერთ ღერს მოსწევენ, რათა ვინმეს კომპანია გაუწიონ
– მალე უკვე რაღაც გაკლია, თუ სიგარეტი არ გიდევს პირში
– სანამ აზრზე მოხვალ, უკვე ერთი კოლოფი გაქვს დღეში მოწეული და ნერვიულობ, რომ კოლოფი ცარიელდება
– იმისთვის რომ დამატებითი მარაგი იყიდო, გვიან ღამითაც გადიხარ საყიდლად
– მალე კი შენ სიგარეტის გარეშე ყოფნა აღარ შეგიძლია, ვინაიდან თვით რიტუალიც ისე აავადებს, როგორც ნარკოტიკი.

ის, ვინც ახალგაზრდობიდან ეწევა და საკუთარ ფილტვებს წლების განმავლობაში სწირავს მოწევას, ფილტვის კიბოსკენ მიდის. როცა ფილტვის კიბო ემართებთ, იშვიათად თუ ცოცხლობენ 6 თვეზე მეტ ხანს.

მაგრამ თუ მაინცდამაინც ეწევით

ნურასოდეს მოსწევთ მაგარ, არამედ მოსწიეთ რბილი სიგარეტი და ამასთან ფილტრს თითებით ნუ დაჭყლიტავთ. ნურასოდეს მოსწევთ ფილტრამდე. აქ თავმოყრილია კიბოს გამომწვევი ნივთიერებები. რაც უფრო დიდი იქნება ნაძწვი, მით უფრო მცირდება მავნე ნივთიერებების მიღება. თუ შესძლებთ, 5 სიგარეტზე მეტს ნუ მოსწევთ დღეში. ნურასოდეს დალევთ სასმელს მოწევისას, ვინაიდან ალკოჰოლის მიღების შემდეგ ერთი სიგარეტი აღარ არის საკმარისი. ნურასოდეს მოსწევთ და მიიღებთ ნარკოტიკებს ერთდროულად.

ვის ემუქრება საფრთხე?

უფრო რეალურია, რომ მოწევას იწყებენ, როდესაც

– მშობლები ეწევიან
– და–ძმა ეწევა
– სიგარეტი სახლში ყველგან დევს
– შენი მეგობრები ეწევიან
– ეწევიან იმ ადგილებში, სადაც სიამოვნებით იმყოფები და დროს ატარებ
– შედეგებზე არ ფიქრობ, სულ ერთია.

არსებობს მედლის მეორე მხერეც

გარდა "სიამოვნების შეგრძნებისა" არსებობს ასევე არასასიამოვნო თანხმლები შედეგებიც

– იღვიძებ ხველით და პირში არასასიამოვნო გემოთი
– გიძნელდება სუნთქვა და მალე, განსაკუთრებით ფიზიკური დატვირთვისას, იღლები
– ნიკოტინი ასტიმულირებს ნაწლავებისა და შარდის ბუშტის მოქმედებას, რაც ტუალეტში ხშირ სიარულს იწვევს
– რადგან ნიკოტინი გემოს შეგრძნებას ანელებს, საჭმლით სიამოვნებას ვეღარ იღებ
– ახალგაზრდა ყმაწვილებში მოწევა ერექციას აქვეითებს და იწვევს სპერმის ნაკლები რაოდენობით პროდუცირებას
– დაითვალე, რამდენ ფულს ხარჯავ სიგარეტში

რატომ გხდის მოწევა არამიმზიდველს?

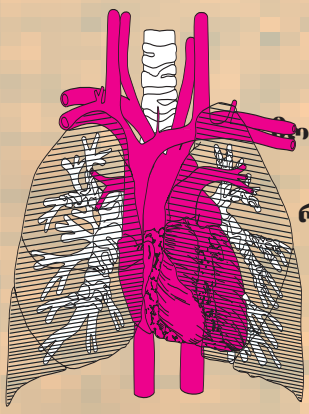
თუ ფიქრობ, რომ მოწევა სექსუალურს და "მაგარს" გხდის, უნდა გაითვალისწინო და დაფიქრდე იმაზე, რომ

- შენს თმებს სუნი ასდის
- ტანსაცმელი ყარს
- სუნი უდის კანსაც
- შენს სუნთქვას საფრთხის სუნი აქვს
- საზიზღრობაა შენი კოცნა

გაფრთხილება!

თამბაქო საწყისი ნარკოტიკია

- ახალგაზრდების უმეტესობა თავიდან ეწევა და სვამს
- კანაფის (პლანი, ჰაშიში) მომხმარებლები თავიდან სიგარეტს ეწევიან
- თითქმის ყველა, ვინც ძლიერ ნარკოტიკებს იღებს, თავიდან მწეველი იყო.



მოწევა და ახალგაზრდა ქალები

სულ უფრო მეტი ახალგაზრდა ქალი იწყებს მოწევას. უფრო ხშირად მათზე ზეგავლენას ახდენენ მოდელების ფოტოები და კინოვარსკვლავები, რომლებიც მიმზიდველ პოზებში ეწევიან. ბევრი მათგანი ბევრს ეწევა და ცოტას ჭამს, რადგან ჰგონია, რომ გამხდარი იქნება და "მაგარი" გარეგნობა ექნება.

შეიძლება მოწევას თავი დავანებოთ?

- 100 მილიონმა ადამიანმა ამას უკვე თავი დაანება
- იმის შიში, რომ შეიძლება არაფერი გამოგივიდეს, არ უნდა იქცეს ხელის შემშლელ მიზეზად. ადამიანების უმეტესობა ადგენს, რომ ეს უფრო ადვილი ყოფილა, ვიდრე ისინი ფიქრობენ. ის, ვინც თავიდან მარცხს განიხდის, ბოლოს და ბოლოს მაინც აღწევს წარმატებას
- უმეტესობა სიამოვნებით დაანებებდა თავს უფრო ადრე
- სიგარეტის დათმობა საუკეთესო რამაა, რაც შეიძლება ადამიანმა საკუთარ თავს გაუკეთოს
- სპორტსმენის სხეული შეიძლება მხოლოდ არამწეველს ეკუთვნოდეს
- ნებისყოფა გვეხმარება თავის დანებებისას, მაგრამ ნიკოტინის პლასტირი და საღეჭი რეზინაც გამოსადეგია.

მოწევის საშიშროება

ფილტვის კიბო: მრავალწლიანმა მოწევამ შეიძლება ფილტვის კიბომდე მიგვიყვანოს.

გულის მომაკვდინებელი დაავადებები: ნიკოტინი ახშირებს გულისცემას და ნახშირჟანგის ბოლი ჟანგბადს აცლის გულს. საბოლოო შედეგი შეიძლება ინფარქტი იყოს. ნიკოტინი იწვევს არტერიების შევიწროებას, წნევის მომატებას, რასაც მივყავართ ინფარქტამდე.

აპოპლექსია: მოწევის შედეგად სისხლი სქელდება და ვეღარ ცირკულირებს ნორმალურად. შეიძლება წარმოიშვას სისხლის კოლტები და, როცა ასეთი კოლტი ტვინში წარმოიქმნება, შეიძლება აპოპლექსიამდე მიგვიყვანოს. უკანასკნელი კი არა მარტო თავის ტვინის დაზიანებას და დამბლას ნიშნავს, არამედ სიკვდილსაც.

წყლულები: როდესაც სისხლი ისე შესქელდება, რომ არტერიაში საცობებს წარმოქმნის, შეიძლება წყლულების გაჩენამდე და ხანდახან ამპუტაციამდე მივიდეს საქმე.

ემფიზემა და ბრონქიტი: ვინაიდან ფილტვების საჰაერო არხები დახშული, შევიწროებული და დაზიანებულია, ორგანიზმი მუდმივად განიცდის ჟანგბადის ნაკლებობას. ნიკოტინით გამოწვეული სხვა დაავადებები

- პირის ღრუს, ხახის, საყლაპავი მილის, შარდის ბუშტის, თირკმლების, ყელსა და მკერდის კიბო
- კუჭისა და ნაწლავების წყლულები
- მუდმივად გაძლიერებადი ასთმა.

მოწევა და ორსულობა

დედები: ქალები, რომლებიც სიგარეტს ეწევიან, საფრთხეს უქმნიან თავიანთ ჯერ არდაბადებულ ბავშვს. იზრდება როგორც მუცლის მოშლის, ასევე განუვითარებელი ბავშვის დაბადების საშიშროება.

მამები: გამოკვლევამ გვიჩვენა, რომ ის მამები, რომლებიც დღეში 20 ან მეტ ღერ სიგარეტს ეწევიან, მათ შვილებს უფრო ემართებათ კიბო, ვიდრე არამწეველთა შვილებს. ვინაიდან მოწევა აზიანებს სპერმას, მამებმა უნდა ეცადონ, განაყოფიერების მცდელობამდე 3 თვით ადრე მაინც დაანებონ თავი მოწევას. მოწევა ზრდის ახალშობილთა უეცარი სიკვდილიანობის ალბათობას.

სამართლებრივი მდგომარეობა:

მოწევისათვის ასაკი არ არსებობს, მაგრამ 16 წლამდე ასაკის ბავშვებზე სიგარეტი არ უნდა იყიდებოდეს.

კითხვა: არ გაგიკვირდება მოწევას რომ თავი დავანებო?

პასუხი: ალბათ, მაგრამ, როცა ოდნავ მოგშივდებათ, საღეჭ რეზინას მიმართეთ. წონაში მომატება არ არის წუხილის მიზეზი. ვისაც მოწევის თავის დანებება შეუძლია, იმდენი ნებისყოფა ეყოფა, რომ ისევ დაიკლოს წონაში.

ნარჩენი თამბაქოს ბოლში: სიგარეტის ბოლში 5% ნახშირჟანგია. მსგავს მომაკვდინებელ აირს შეიცავს მანქანის გამონაბოლქვი, რომელიც აფერხებს ჟანგბადის ნორმალურად შთანთქმას. იგივე კუპრი, რომელსაც ხმარობენ ქუჩებზე დასაგებად, შედის სიგარეტის ბოლში და შეიძლება კიბო გამოიწვიოს. კუპრის ყველაზე საშიში სახეობაა ნიტროზის ნაერთი: საკვებში ერთი მემილიარდედი უკვე საშიშია. თამბაქოს ბოლი კი შეიცავს 5000-ს ერთ მილიარდზე. სხვა შემადგენელი ქიმიკატებია: ამონიაკი, რომელსაც ვხვდებით ასაფეთქებელ ნივთიერებებში და მათეთრებლებში, ციანიდი მომაკვდინებელი შხამია, ფენოლი შედის ლაქის მოსაცილებელში.

ალკოჰოლიზმთან შედარებით, კოსმოსური გაფრენის სიძნელეები – ბავშვური თამაშია.

ასტრონავტი ნილ არმსტრონგი

ალკოჰოლური სასმელები

აქ და ქვემოთ გვსურს გაგაცნოთ ალკოჰოლური სასმელების გავრცელებული სახეები.

ნებისმიერი სასმელი, რომელიც ვარგისია დასალევად და შეიცავს ეთილის სპირტს სხვადასხვა კონცენტრაციით – 2–3% –იდან 70% –მდე; მათ ძირითადად ყოფენ შემდეგ სახეობებად: ლუდი (2–5% ალკოჰოლით), ღვინოები (7–14%), შემაგრებული ღვინოები (13–18%), ლიქიორები (20–35%) და ე.წ. მაგარი სასმელები (25–70%).

ლუდი

ლუდის ისტორია მრავალ საუკუნეს ითვლის. ჯერ კიდევ ძვ. წ. III საუკუნეში შუმერებმა აღწერეს მისი დამზადების სეფი. მათ იცოდნენ ქერის, ხორბლისა და შერეული სახის ლუდი. დღესათვის არსებულ ლუდის ძირითადად ორი – ღია და მუქი ფერის ლუდის სახეს; სხვადასხვა ხარისხის ლუდი შეიცავს ალკოჰოლის განსხვავებულ რაოდენობას.

ღვინო

ღვინო მზადდება ყურძნისაგან, სხვადასხვა ხილისაგან (ძირითადად ვაშლი), კენკროვანი მცენარეების ნაყოფისა და თაფლისაგან.

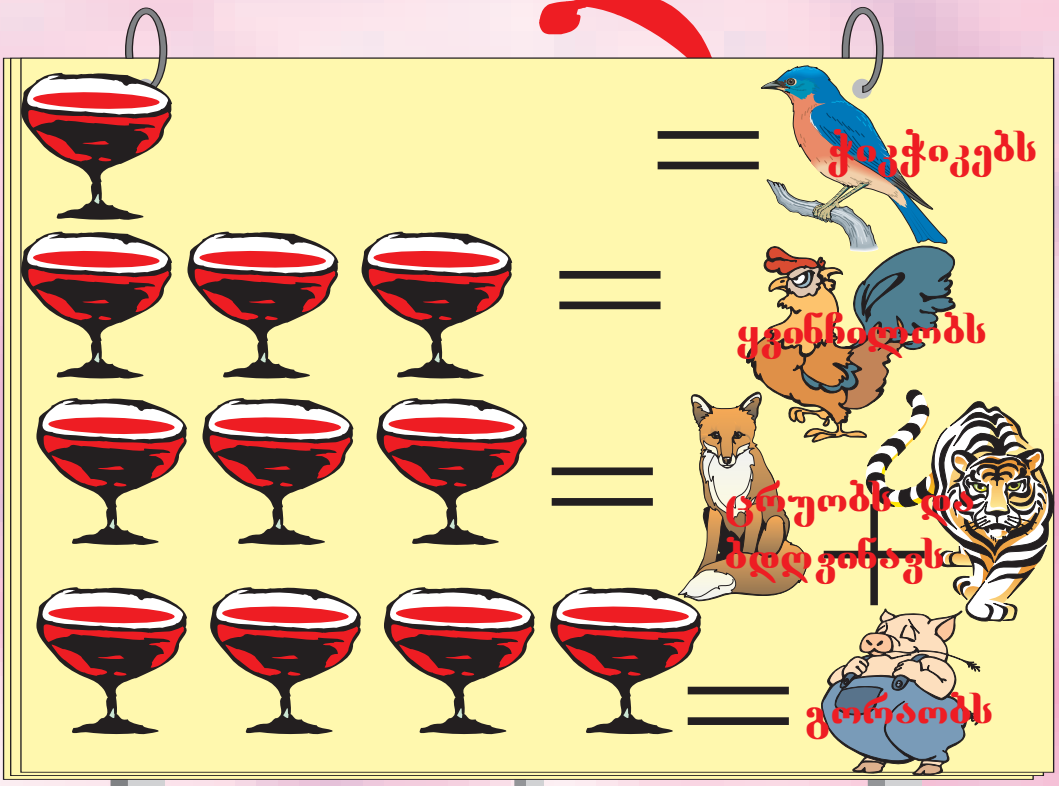
ყურძნის ღვინოები

სასმელი, რომელიც მიღებულია ყურძნის წვენის ალკოჰოლური დუღილის შედეგად. წარმოების მეთოდისა და შემადგენლობის მიხედვით იყოფა 4 ჯგუფად: სუფრის, შემაგრებული (პორტვეინი და სხვ.), შუშხუნა (შამპანური, სიდრი და სხვ.) და არომატიზებული (ვერმუტი და სხვ.). შაქრის შემცველობის მიხედვით არჩევენ: ძმრალ (შაქარი 0,5% –მდე), ნახევრადძმრალ (1–2%), ნახევრადტკბილ (3–12%), ტკბილ (14–20%) და ლიქიორის ღვინოებს (21–35%). ეახასხვავებენ ავრეთვე ორდინარულ ღვინოებს, რომელთა ასაკი არ აღემატება 1,5 წელს, სამარკო ღვინოებს, რომელთა ასაკი 6 წლამდეა, და საკოლექციო ღვინოებს, ასაკი 6 წელზე ზევით, მათ შორის მინიმუმ 3 წელი – ბოთლებში ჩამოსხმული.

როდესაც საუბრობენ ღვინის ასაკზე, მას ხშირად ადარებენ ცოცხალ ორგანიზმს, რომელიც იბადება, მწიფდება, ბერდება და გადაგვარდება. სხვადასხვა ჯიშისა და ხარისხის ღვინოს სხვადასხვა ასაკი აქვს. ღვინის სიცოცხლის პერიოდი განისაზღვრება 10–160 წლით. ყველაზე ხანგრძლივი პერიოდის სიცოცხლე ახასიათებს შემაგრებულ ღვინის – ხერესს. გარდა შაქრისა, ღვინო შეიცავს სხვადასხვა ნივთიერებას: ორგანული მჟავები, ვიტამინები, პექტინები, ფოსფორი, მინერალური მარილები და სხვ.

შამპანური

შუშხუნა ყურძნის ღვინო, გაფერადებული ნახშირორჟანგით, მზადდება სპეციალურად გადამუშავებული ღვინის მასალის ჰერმეტულად დახურულ ბოთლებში ან რეზერვუარებში. შამპანურის დამზადების ბოთლის მეთოდი გრძელდება 1–3 წელი, რეზერვუარის – დაახლოებით ერთი თვე. ნახშირმჟავას შემცველობა განაპირობებს ღვინის აქაფებას ბოთლის გახსნისას. სახელწოდება წარმოდგება პროვინცია შამპანიდან (საფრანგეთი), სადაც შეიქმნა ასეთი ღვინო XVII საუკუნეში. საფრანგეთის სხვა ყურძნის მწარმოებელი რაიონებიდან შუშხუნა ღვინოებს ეწოდება მუსო (mousseaux). ასეთივე ღვინო გერმანიაში გამოდის სექტის (sekt), იტალიაში – სპუმანტეს (spumante), საქართველოში – შუშხუნა ღვინის სახელწოდებით. სხვა სახის სასმელების შესახებ ინფორმაციას მიიღებთ შესაძლებელია სხვა ფურცლებზე



ალკოჰოლი რამდენიმე წამში აღწევს ტვინამდე, მაგრამ ღვიძლს 1 საათი მაინც სჭირდება 1 ჭიქა ღვინის ან ცოტა ლუდის დასაშლელად. რაც უფრო ნაკლები წონის ხარ, მით უფრო ძლიერად მოქმედებს ალკოჰოლი. ალკოჰოლისთვის ასაკსაც აქვს მნიშვნელობა. ახალგაზრდა გაცილებით იოლად თვრება, ვიდრე ხანშიშესული მამაკაცი. ალკოჰოლი ახალგაზრდა ქალზე გაცილებით ძლიერად მოქმედებს, ვიდრე ახალგაზრდა მამაკაცზე.

ალკოჰოლის ზემოქმედება

ალკოჰოლისაგან

- თავს ისე გრძნობ, თითქოს მეტ სიამოვნებას იღებ
- თავს უფრო დარწმუნებულად გრძნობ
- დაძაბულობა გეხსნება და თავს მშვიდად გრძნობ
- შეგიძლია უფრო გულღია გახდე და მეტი ილაპარაკო
- გგონია, რომ შეგიძლია სიძნელეები გადალახო
- თავს ბედნიერად გრძნობ და ბევრს იცინი
- შეგიძლია მოკლე დროით საზრუნავი დაივიწყო
- თავს უფრო გაბედულად გრძნობ და ფიქრობ, რომ ყოველგვარი შიშის დაძლევა შეგიძლია

ალკოჰოლისაგან უფრო მეტი ადამიანი იღუპება, ვიდრე ე.წ. მაგარი ნარკოტიკისაგან

ალკოჰოლი გხდის დამოკიდებულს !

მედლის მეორე მხარე

ზედმეტ ალკოჰოლს ყოველთვის სავალალო შედეგები მოსდევს

- სმას შეუძლია აგრესიული და ძალადობისაკენ მიდრეკილი გაგხადოს
- ყოველთვის იწყებ ჩხუბს
- კარგავ კოორდინაციას და მოუხერხებელი ხდები
- ძალზე ბევრი ალკოჰოლის მიღების შემდეგ ყველაფერი ორად გეჩვენება და გაუგებრად ლაპარაკობ
- თუ თავს ცუდად გრძნობ და სვამ, შეიძლება დეპრესია გაგიძლიერდეს
- ნაბახუსევზე თავს სუსტად გრძნობ, თავი გისკდება
- ალკოჰოლმა შეიძლება ზიანი მოუტანოს მამაკაცის ნაყოფიერებას და პოტენციას

დავლიოთ თუ არ დავლიოთ ?

აუცილებლად უნდა დავლიოთ, რადგან ქართველები ვართ და ჩვენთვის სასმელის მიღება ყოველთვის ტრადიციული იყო. არსებობს სმის ორი კულტურა; პირველი – ეს არის როდესაც სვამ, ცდილობ არ დათვრე, დრო გაატარო და სხვებსაც ასიამოვნო. მეორე – იმისთვის, რომ დათვრე. ქართველები ყოველთვის პირველებს მივეკუთვნებოდით. ნორმალურად სმის დროს ადამიანი არა მარტო საკუთარ თავს უფრთხილდება და პატივს სცემს, არამედ გარშემომყოფებსაც და ყველას მათ, ვინც შეექმნა ეს სასიამოვნო და მარგებელი სასმელი, რომელსაც ღვინო ჰქვია. ალკოჰოლთან ჭიდილში ჯერ არავის გაუმარჯვია. ხომ გაგიგონია, "ღვინომ ძმაც კი გახეთქა". ამიტომ ჩვენი რჩევაა, დალიე, ისიამოვნე და ნურასოდეს ნუ შეეჭიდები მას. 18–19 წლის ასაკიდან ნორმალური კულტურის ფარგლებში მიღებული ალკოჰოლი თითქმის არასოდეს არ უქმნის პრობლემებს პიროვნებას. ყველა სხვა შემთხვევაში გზა ალკოჰოლიზმისაკენ მიდის.

16 წლამდე ასაკის ახალგაზრდებს არ უნდა ეძლეოდეთ ალკოჰოლი
18 წლამდე ასაკის ახალგაზრდებზე უნდა იკრძალებოდეს სპირტიანი სასმელების მიყიდვა

ახალგაზრდების ერთი ქეთილდა, უმეტესად ბიჭები, ალკოჰოლის მიღების გამო ჩხუბში ეწევიან. შემდეგ კი ბოლოცალთან უხდებათ საქმის გარჩევა

გაფრთხილება !

არასოდეს არ დაჯდე საჭესთან, თუნდაც ოდნავ ნასვამ მდგომარეობაში. ერთი ჭიქა ღვინოც კი ორი საათის განმავლობაში ორჯერ-სამჯერ ანელებს ადამიანის რეაქციის დროს რაიმე საფრთხის მიმართ.

სიმთვრალის მეორე დილას შეიძლება ალკოჰოლის შემცველობა სისხლში კვლავ გადაჭარბებული იყოს. გახსოვდეს, რომ ეს კანონით დასჯადია !

იყავით გონიერნი ყოველთვის დალევის წინ რამე შეჭამეთ; ერთი ჭიქა რძესაც კი შეუძლია თავიდან აგაცილოთ მეორე დღის უსიამოვნო შეგრძნებები. ყოველთვის დალიეთ ორჯერ მეტი წყალი, ვიდრე ალკოჰოლი და ნახევარი ლიტრი წყალი დაწოლის წინ. ყოველთვის ცოტ-ცოტა დალიეთ სასმელი და ნუ გადაჭარბებ ერთბაშად. ყოველთვის ერიდეთ სასმელების შერევას. ბუშტუკების მეშვეობით ალკოჰოლი უფრო ჩქარა ხვდება ტვინში. რაიმე სუფრის შემდეგ რამდენიმე დღე დაასვენეთ თქვენი ღვიძლი ალკოჰოლისაგან. ნახიშნეთ დღეები, როდესაც ალკოჰოლი მიიღეთ. ასეთ დღეებს შეუძლია თვალი აგახელოთ. ყოველთვის წინასწარ დაგეგმეთ, როგორ დაბრუნდებით სახლში!

ნუ შეურევთ ალკოჰოლს სხვა ნარკოტიკებს !

ვერმუტი

ყურძნის არომატიზებული ღვინო, რომელიც მზადდება აბზინდისა და სხვა მცენარეებისაგან (კარდამონი, პიტნა, მრავალძარღვა, მოცხარი, დარიჩინი, მუსკატის კაკალი). ფერის მიხედვით ვერმუტი არსებობს თეთრი, ვარდისფერი, წითელი, ხოლო სპირტისა და შაქრის შემცველობის მიხედვით – მაგარი (სპირტი 18%) და დესერტის (სპირტი 16%).

მარტინი

ვერმუტის ტიპის ღვინო, აწარმოებენ იტალიაში. მისი თავისებურებაა დიდი რაოდენობით დანამატები (35-ზე მეტი), რომელშიც შედის არომატული ბალახები, ყვავილები, თესლები და სამკურნალო მცენარეების ფესვები, რომლების მას აძლევს სპეციფიკურ გემოს და მადის აღმძვრელ თვისებებს.

პორტვეინი

ყურძნის ღვინის ტიპი. სახელწოდება დაკავშირებულია პორტუგალიის ქალაქ პორტოსთან. მისი დამახასიათებელი თავისებურებაა კონიაკის გემო, ვინაიდან მისი დამზადებისათვის ღვინის სპირტს ათავსებენ მუხის კასრებში. მეორე დამახასიათებელი თავისებურებაა ხილის გემო.

ხერესი

განსაკუთრებული გემოს მქონე მაგარი ან სუფრის ყურძნის ღვინო (15,5–24%), რომლის მიღების მეთოდი გამოიგონეს ქალაქ ხერეს-დე-ლა-ფრონტერაში, ესპანეთის პროვინცია ანდალუზიაში IX-XII საუკუნეში. მისი დამზადების თავისებურებაა, რომ არასავსე კასრებში მოთავსებული ღვინო იფარება ობის აპკით, რომელიც ღვინოს აძლევს სპეციფიკურ სუნსა და გემოს. 5–6 თვის შემდეგ იღებენ ღვინის 1/3 და ასხამენ ახალ ღვინოს. აპკიდან აღებული ღვინო ერევა სუფრისა და დესერტის ღვინოებს და შემდეგ აჩერებენ 2 თვიდან 2 წლამდე. მნიშვნელობა აქვს აგრეთვე ნიადაგს, რომელზეც იზრდება ყურძენი. დადგენილია, რომ ხერესის მიდამოებში გავრცელებულია ე.წ. სულფატური ნიადაგი და კარბონატული თიხამიწა.

ლიქიორი

არომატული, ტკბილი, მაგარი ალკოჰოლური სასმელი, მზადდება სპირტის, შაქრის სიროფის, ხილისა და კენკრის დასპირტული წვენის, სურნელოვანი ბალახების, ფესვების, თესლის, ფოთლების, ყვავილების სპირტზე დამზადებული ნაყენის, ციტრუსების კანის, ყავისა და კაკაოს მარცვლების, სურნელოვანი სახელებლების (ვანილი, დარიჩინი, მიხაკი) და სხვა კომპონენტებისაგან.

ალკოჰოლი და სხვა ნარკოტიკი

ალკოჰოლის მიღებამ სხვა ნარკოტიკებთან ერთად შეიძლება გამოიწვიოს ძლიერი მოწამვლა ღებინებით და გონების დაკარგვით. გონების დაკარგვისას ღებინებამ შეიძლება საკუთარი პირნაღებით დახრჩობა და სიკვდილი გამოიწვიოს.

ალკოჰოლი ექსტასთან და ამფეტამინებთან ერთად

ის, ვინც ალკოჰოლს სტიმულატორებთან ერთად მიიღებს, სწრაფად აღიდგება ენერგიით, აუწევს ტემპერატურა და შეიძლება ვადასტურდეს კიდეც. იზრდება სითბის დანაკარგი ორგანიზმში და ღვიძლს აღარ შესწევს უნარი დაშალოს (ვადაამუშაოს) ალკოჰოლი. შედეგი გონების დაკარგვაა.

ალკოჰოლთან ერთად მეთადონის და სხვა დამამშვიდებელი საშუალებების მიღება არაიშვიათად იწვევს კომას!

ალკოჰოლი

საქართველოში არჩევენ ორი სახის არაყს: ერთი ეს არის ამა თუ იმ მცენარის (ყურძნის ჭაჭა, პანტა, ქლიავი, მსხალი, თუთა, ლეღვი და სხვ.) ან თაფლის გამოხდის შედეგად მიღებული და, შესაბამისად, უწოდებენ ჭაჭის არაყს, თაფლის არაყს და ა.შ. ალკოჰოლის შემცველობის პროცენტი მერყეობს 15-იდან 70%-მდე. ხოლო მეორე სახის არაყი არის ასევე მარცვლეულისა და მცენარეებისაგან (ხორბალი, ქერი, კარტოფილი, ბრინჯი, შაქრის ჭარხალი და სხვ.) მიღებულ სპირტზე დამზადებული სასმელი. მას უწოდებენ ვოდკას. ვოდკა მაგარი ალკოჰოლური სასმელია (40-56%) ეთილის სპირტისა და წყლის ნარევი, რომელიც დამუშავებულია გააქტივებული ნახშირით და გაფილტრულია. ვოდკის დამზადებისას სპირტს შეიძლება დაემატოს მცირე რაოდენობით გლიცერინი, თაფლი, ეთერზეთები ან ზოგიერთი სხვა ინგრედიენტი სპეციფიკური არომატისა და გემოს მისაღებად. ევროპის ქვეყნებში გამოდის ვოდკის მსგავსი სასმელები: "შნაპსი" - გერმანიაში, "აქვავიტი" - ნორვეგიაში, "სლივოვიცა" - უნგრეთში, სლოვაკეთში, რუმინეთში, "საკე" - იაპონიაში, "მაოტაი" - ჩინეთში და სხვ.

ალკოჰოლით გამოწვეული საფრთხე

- ერთი ჭიქა ალკოჰოლის მიღების შემთხვევაში ხუთჯერ მეტია ავარიის ალბათობა, ვიდრე მაშინ, როცა არა ხარ ნასვამი
- ავარიები ალკოჰოლთან დაკავშირებით უფრო ხშირია, ვინაიდან რეფლექსები შენელებულია და კოორდინაციის უნარი დაკარგულია
- შეიძლება გონება დაკარგო და ვერც კი გაიხსენო სმის ვერც ერთი დროის მონაკვეთი. თუ ამ დროს მარტო დარჩი, შეიძლება გული აგერიოს და საკუთარი პირნაღებით დაიხრჩო
- გადაჭარბებულმა ლოთობამ შეიძლება თვითკონტროლის დაკარგვამდე მიგიყვანოს, შეიძლება დაეცე და გონება დაკარგო
- მთვრალ მდგომარეობაში ადამიანი ზერელედ აზროვნებს და შეიძლება დაუცველი სქესობრივი კავშირები დაამყაროს, რითაც იზრდება არასასურველი ორსულობის ან/და სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების, მათ შორის შიდსის რისკი
- ალკოჰოლში მაღალია შაქრის შემცველობა; დიაბეტით დაავადებულები სასმელს საერთოდ არ უნდა გაეკარონ
- ორსულობის დროს ალკოჰოლის მიღებამ შეიძლება ბავშვში "ჩანასახის ალკოჰოლური დაზიანების სინდრომი" გამოიწვიოს
- ხანგრძლივ ლოთობას მივყავართ დამოკიდებულებამდე, რის შემდეგაც უალკოჰოლოდ ვეღარ ძლებენ. შედეგად კი ვიღებთ გულის, ღვიძლის, კუჭისა და ტვინის დაზიანებებს

რომელი სასმელი როგორი სიმაგრისაა შეიძლება ამოვიკითხოთ ეტიკეტზე. მას აღნიშნავენ გრადუსის ან პროცენტის ნიშნით.

გაფრთხილება !

ზოგჯერ ერთი ჭიქაც კი შეიძლება ძალზე ბევრი აღმოჩნდეს !

ნურასოდეს

- დალევთ ჩუმად
- დალევთ ერთმანეთზე მიყოლებით
- დალევთ და სხვა ნარკოტიკებსაც მიიღებთ
- დალევთ და დაჯდებით საჭესთან და ნურც მთვრალ მძღოლთან ერთად იმგზავრებთ
- ნუ შეეცდებით დალიოთ იმდენი, რამდენსაც თქვენი მეგობარი სვამს. ეს შეჯიბრი არაა
- ნუ იფიქრებთ, რომ ზრდასრული გამოჩნდებით, თუ ბევრს დალევთ

ბრენდი

მაგარი ალკოჰოლური სასმელი, რომელიც მიიღება ყურძნის ღვინის გამოხდით. ჩვეულებრივ, ათავსებენ მუხის კასრებში, რაც მას აძლევს დამახასიათებელ ფერს (ქარვისფერი ან ყავისფერი ელფერი) და გემოს. საფრანგეთში ჰქვია – კონიაკი და არმანიაკი, იტალიაში – გრაპა.

კონიაკი

მაგარი ალკოჰოლური სასმელი, მზადდება კონიაკის სპირტისაგან (სიმაგრე 65–70%). მიიღება თეთრი მშრალი ღვინის გამოხდით, შემდგომში ათავსებენ მუხის კასრებში ან ცისტერნებში. გამოყვანის პროცესი გრძელდება 3–იდან 15 წლამდე და მეტი, მას უმატებენ გამამუხებელ და სხვა ნივთიერებებს, რომელიც კონიაკს აძლევს დამახასიათებელ გემოს, ფერს და ბუკეტს.

ალკოჰოლი ძლიერი საწამლავია
ნუ მიეკარები ალკოჰოლს თუ:
ღებულობ ნებისმიერ წამლებს. ექიმის მიერ
დანიშნულ ან არალეგალურ ნარკოტიკებს იღებ,
ზიხარ საჭესთან,
თუ შენი სამუშაო ყურადღებას მოითხოვს

ვისკი

მაგარი ალკოჰოლური სასმელი (40–50%), რომელიც მზადდება მარცვლოვანი ნედლეულის (ჭვავი, ხორბალი, შვრია, სიმინდი) გამოხდით. ზოგიერთი სახის ვისკის აყენებენ გამომწვარი მუხის კასრებში. ეს სასმელი პირველად გამოჩნდა ინგლისში (1485) და შოტლანდიაში (1490). ძირითადად სვამენ წყალში განზავებული სახით. არჩევენ ვისკის რამდენიმე სახეს: შოტლანდიური ვისკი – მზადდება ქერისა და ქერის ალაოსაგან, აძველებენ მუხის კასრებში, რომელშიც მანამდე ინახებოდა ხერესი ან მადერა. ფერავენ დამწვარი შაქრით; ამერიკული ვისკი – ბურბონი – მზადდება სიმინდის მარცვლების, ხორბლისა და ქერის ალაოსაგან. აძველებენ შიგნიდან გამომწვარ კასრებში. პირველად დაამზადეს კენტუკის შტატში 1789 წელს; ირლანდიური ვისკი – მზადდება ჭვავის მარცლისაგან, ქერისა და ქერის ალაოს დამატებით. სამჯერ გამოხდის შემდეგ აძველებენ მუხის კასრებში; კანადური ვისკი – მზადდება ჭვავისა და ხორბლის მარცვლებისაგან ხორბლის ალაოს დამატებით. გამზადებულ სპირტს უმატებენ კარტოფილის სპირტს და აძველებენ არანაკლებ ორი წლის განმავლობაში.

გაფრთხილება !

ვინც თავიდან უჩუმრად სვამს, მოგვიანებით არალეგალურად ნარკოტიკებსაც მიეძალება
ალკოჰოლს სიფრთხილით უნდა მოვეკიდოთ
ვისაც ოჯახურ სადილებზე შეეძლო ალკოჰოლის გასინჯვა, მან იცის როგორ ხდება ეს – სვამ და თავს აკონტროლებ. თუ შემთხვევით სხვაგან მოგიწია დალევა, ალკოჰოლი წყლით უნდა განაზავო.

რომი

მაგარი ალკოჰოლური სასმელი (55%), რომელიც მზადდება შაქრის ლერწმის წვენის დუღილით. რომის სპირტს ათავსებენ მუხის კასრებში 3–4 წელი 18–22^{0}C ტემპერატურაზე. აქვს მწვავე გემო, მოოქროსფრო ფერი. არსებობს რომის სხვადასხვა სახე: კუბური, იამაიკის, პუერტორიკული, ჰაიტის და სხვ.

"როდესაც ნასვამი ვიყავი ხოლმე, თავი სექსუალურად მეჩვენებოდა, მაგრამ მეორე დღეს [illegible] ვნანებდი, რომ სულელურად ვიქცეოდი და თავს უხერხულ მდ[illegible]ობაში ვიგდებდი".

სმა და სექსი

ვინაიდან ალკოჰოლი წინააღმდეგობებს აქცევებს, ბევრი ახალგაზრდა "ამას" პირველად მაშინ გამიცდის, როცა ასინი მთვრალები არინ. შედეგები კი საკვალალია: ორივე სქესი თავდაცვას ზედმეტად უყურებს, რის გამოც ხშირად არა მარტო არასასურველი ორსულობის, არამედ ინფექციის, შიშის და სხვა სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების რისკი იზრდება. ბევრი ადამიანი ადგა გოგონა ორსულდება, რადგან ნასვამ მდგომარეობაში სქესობრივი კავშირის დროს თავს არ იცავს. თითქმის შეუძლებელია ნასვამ მდგომარეობაში ერექციის შენარჩუნება. გოგონებს მიაჩნიათ, რომ ნასვამი ბიჭები სქესობრივი კავშირის დროს უმიზნოდ ცოდვილობენ.

ჯინი

მაგარი ალკოჰოლური სასმელი (45%), მზადდება ღვიის ნაყოფისაგან, რომელსაც უმატებენ ფორთოხლის ქერქს, იის ფესვებს და სხვა დანამატებს. სვამენ განზავებული სახით სხვადასხვა მატონიზებელ სასმელებთან ერთად.

უგონო მდგომარეობა

- თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, მიიყვანე იგი უსაფრთხო მდგომარეობაში (გვ.134), გამოუძახე სასწრაფოს. მოუყევი სასწრაფოს ექიმს რა და რა რაოდენობით დალია შენმა მეგობარმა.
- იყავი მზად, თუ შენი მეგობარი შეწყვეტს სუნთქვას, მოაბრუნე (გვ.135)
- თუ შენი მეგობარი უგონოდაა და გული აერია, შეამოწმე, სუნთქავს თუ არა.
- შეაჩერე შენი მეგობრის დაცემა, თუ შეგიძლია გაანთავისუფლე ადგილი მის გარშემო, რათა თავი არ დაიზიანოს. შეუსვენი ტანსაცმელი ყელთან და თავქვეშ რაიმე რბილი ამოუდე. **გამოუძახე სასწრაფოს!**

შესაძლებელია გახდე მსმელი, თუ

- და-ძმა სვამს ბევრს
- მშობლები სვამენ ბევრს
- უკვე გყავთ ალკოჰოლიზმით დაავადებული ოჯახში
- მამა სვამს და მოძალადე ხდება
- ნაკლები თვითშეგნება გაქვს, შენი თავის ფასი არ იცი

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

თუ მეგობარს გული ერევა, უნდა წამოაყენო, რომ არ დაიხრჩოს. დაალევინე წყალი, როგორც კი მორჩება ღებინებას და იზრუნე იმაზე, რომ სახლში მშვიდობით მივიდეს.

თუ შენი მეგობარი ურევს და სახლში მარტო სურს წასვლა, ხელი შეუშალე და იზრუნე იმაზე, რომ სახლში მშვიდობით მივიდეს. თუ იგი მარტო დარჩა და გული წაუვა, შეიძლება დაიღუპოს ან საკუთარი პირნაღებით დაიხრჩოს. თუ შენც ნასვამი ხარ, ვინმეს თხოვე დახმარება

ნუ წახვალ მარტო. თუ ნასვამი ხარ და მარტო დაბოდიალობ, შეიძლება დაიღუპო!

ჰაშიში

ქართულად – კანაფი, საერთაშორისო ენაზე კი – კანაბისი არის ერთწლიანი მცენარე Cannabis sativa, რომლის სამშობლოა აზია და სამხრეთ ამერიკა. თუმცა მას აშენებენ ჩრდილოეთ ამარიკასა და ევროპაშიც, მათ შორის საქართველოშიც.

მოკლე ისტორია:

კანაფის გამოყენებას 8 000–წლიანი ისტორია გააჩნია. თავდაპირველად მისგან ამზადებდნენ თოკებს, ძაფებს, ქსოვილებს. 5 000 წლის წინ ჩინელებმა დაიწყეს მისი სამკურნალო საშუალებად გამოყენება. ბერძენი ისტორიკოსი ჰეროდოტე თავის ნაწარმოებებში იხსენიებს კანაფს, როგორც ფსიქოაქტიურ საშუალებას. XX საუკუნის დასაწყისიდან მას სულ უფრო ფართოდ იყენებდნენ ნარკოტიკული ეფექტისათვის. 60–იან წლებში მისმა გამოყენებამ მაქსიმუმს მიაღწია. ამჟამად მისი მომხმარებელთა რიცხვი შედარებით შემცირდა, თუმცა მაინც საკმაოდ გავრცელებულია ნარკომანებს შორის. აღსანიშნავია, რომ მიმდინარეობს სამეცნიერო ძიება კანაბისის სამკურნალო თვისებების გამოსაკვლევად ზოგიერთი დაავადების სამკურნალოდ. კანაბისის ყველაზე აქტიური შემადგენელი ნაწილი, რომლითაც "კაიფობენ" არის Tetrahydrocannabinol (THC). მცენარეში THC–ის შემცველობა მნიშვნელოვნად ვარირებს. კანაბისში ტეტრაჰიდროკანაბინოლის შემცველობა დამოკიდებულია მცენარის თავისებურებებზე, მისი მოყვანის ადგილზე, შენახვისა და გადამუშავების ტექნოლოგიაზე. კანაფს, რომელიც დიდი რაოდენობით შეიცავს THC–ს, ძლიერი ზემოქმედება შეუძლია.

მოხმარების ფორმები

მცენარის აქტიური ნაწილებია აყვავებული წვერები, ნაყოფის მომცემი ნაწილები, მტვერი, ფისი. არჩევენ საკუთრივ Cannabis–ს ანუ მარიხუანას, ჰაშიშს ანუ ანაშას, რომელიც არის კანაფის ფისი (Cannabis resin), და ჰაშიშის ანუ კანაფის ზეთს (Cannabis oil).

კანაფის პროდუქტებიდან მარიხუანა ყველაზე გავრცელებულია. იგი მზადდება მცენარის გამხმარი ფოთლებისა და ყვავილისაგან. გარეგნულად წააგავს დაჭუცმაცებულ მწვანილს. როგორც წესი, იგი მომწვანო–მოყავისფროა და ტკბილი სუნი აქვს. იგი საკმაოდ ძლიერია და შეუძლია ჰალუცინაციების გამოწვევა. მას ეწევიან ან ღეჭავენ.

ანაშა ფირფიტებად და გროვად დაპრესილი კუპრია. მზადდება მდედრობითი კანაფის მცენარისაგან. იგი ან შავია, ან მოოქროსფერო–მოყავისფრო. ჰაშიშის ზოგიერთი სახე მყარი და ფხვიერია, როგორც ხის ნახშირი, ზოგიკი რბილია. როგორც წესი, მას თამბაქოსთან ერთად ახვევენ და ეწევიან, მაგრამ შეიძლება მისი მარიხუანასავით დაღეჭვაც.

ჰაშიშის ზეთი მზადდება მცენარე კანაფის ნებისმიერი ნაწილების დამუშავებით სხვადასხვა გამხსნელით და ცხიმების დამატებით. იგი არის შავი ან ყავისფერი და დამპალი ბოსტნეულის სუნი აქვს. უფრო ხშირად მას თამბაქოში ურევენ ან სიგარეტს უსვავენ და ეწევიან.

კანაბისს მოიხმარენ სუფთა სახით ან თამბაქოსთან ერთად მოწევის გზით, ღეჭავენ, ხარშავენ, ამზადებენ კანაბისის შემცველ სასმელებს, ნამცხვრებს და სხვა საკონდიტრო ნაწარმს.

კანაბისი სხვადასხვა სახით

ჰაშიშის ერთი მოწევაც საბედისწერო შეიძლება გახდეს!!!

კანაფის ზემოქმედება

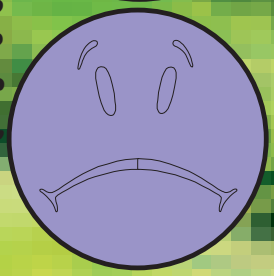
კანაფის ეფექტურობა დამოკიდებულია იმაზე, თუ რა სიხშირით ეწევიან მას, როდის მოწია იგი უკანასკნელად და როგორ რეაგირებს ორგანიზმი. კანაბისის მოწევისას

- თავს მოდუნებულად, ბედნიერად და კომუნიკაბელურად გრძნობ, განსაკუთრებით მეგობრების წრეში
- ენაწყლიანი ხდები და ფიქრობ, რომ ყველა საკითხზე შეგიძლია მსჯელობა, რის ნაცვლად სისულელეებს როშავ
- ყველაფერი სასაცილოდ გეჩვენება და ყველა წვრილმანზე იცინი
- საოცარი მადა გაქვს და მთელი გროვა საჭმელი გინდა ჭამო, განსაკუთრებით ტკბილეული, შოკოლადი და ნამცხვარი
- აღქმა გეცვლება, საგნები ბუნდოვნად გეჩვენება, ფერები თითქოს უფრო მკვეთრია

სამართლებრივი მდგომარეობა

- აკრძალულია კანაფის მოშენება, შენახვა, გაყიდვა ან გაჩუქება
- კანაფზე ისევე ვრცელდება კანონი, როგორც ჰეროინზე ან სხვა ნარკოტიკებზე

განწყობა და გარემო



კანაფის მოხმარების ეფექტში ყველაზე მნიშვნელოვანია როგორ გუნება-განწყობაზე ხარ, სად და ვისთან ერთად იმყოფები. ხშირად კანაფი მხოლოდ აძლიერებს იმ მდგომარეობას, რომელიც მოწევის მომენტში გაქვს. ასე, რომ ის, ვინც ენაწყლიანი, ბედნიერი და კმაყოფილია, ალბათ თავს უფრო უკეთესად იგრძნობს. მეორე მხრივ, კი ის, ვინც თავს ცუდად და დათრგუნულად გრძნობს, უფრო უტყვი და დეპრესიული ხდება.

კანაფის მოხმარება

მოწევა

უმრავლესობა კანაფს ეწევა მარტო ან თამბაქოსთან ერთად თვითნაკეთი სიგარეტით. ნაფაზი უფრო ღრმა და ხანგრძლივია, ვიდრე სიგარეტისა. ამ არსებობს ფილტრი, რომელიც კუპრს შეაკავებს და თუ მ[illegible] ხარ, შეიძლება ხველა აგიტყდეს. ზოგჯერ კანაფს ჩიბუხით ეწევა. **ფრთხილად! თუ კანაფის ძლიერ სახეობას ჩიბუხით მოსწევ, ზემოქმედებაც ძლიერდება. შედეგი შეიძლება იყოს ჰალუცინაციები და გარემოს არასწორი აღქმა!**

კანაფი და ალკოჰოლი

არ არის რეკომენდირებული ერთდროულად კანაფის მოწევა და სმა. ეს კომბინაცია იწვევს ორგანიზმიდან სითხის გაძლიერებულად გამოყოფას და ორგანიზმის დასუსტებას. მას შეუძლია ასევე ძალადობის სურვილი გაგიჩინოს. გარდა ამისა, შეიძლება ცუდად გახდე, განსაკუთრებით მაშინ, თუ კანაფი არასოდეს გაგისინჯავს.

საფრთხე

- კანაფი ალკოჰოლზე მეტი დროის განმავლობაში რჩება ორგანიზმში, დაახლოებით 2 თვე
- შეიძლება თავი ფხიზლად მოგეჩვენოს, ვიდრე ზემოქმედება გაივლიდეს. ამიტომ, მოწევის შემდეგ 4–5 დღის განმავლობაში არ შეიძლება მანქანის მართვა
- კანაფმა შესაძლებელია ფსიქიკური პრობლემები გამოიწვიოს
- კანაფი საშიშია სასუნთქი გზების დაავადებების დროს, როგორიცაა ბრონქიტი და ასთმა. ორ კანაფიან სიგარეტში კუპრის შემცვლელობა იმდენია, რამდენიც 6–10 სიგარეტში
- კანაფს შეუძლია შეამციროს სპერმის რაოდენობა და გამოიწვიოს მასში სიცოცხლის უუნარო სპერმატოზოიდების რაოდენობის ზრდა
- ქალები, რომლებიც ხმარობენ კანაფს, საფრთხეს უქმნიან თავიანთ მომავალ ახალშობილს
- რეგულარულად მომხმარებლებს ხშირად ეუფლებათ პანიკური შიშები, ხასიათის მკვეთრი მერყეობა და დევნის მანია
- კანაფი სულ უფრო მეტ ფულს გთხოვს.

ნუ მოსწევ კანაფს სხვა ნარკოტიკთან ერთად!

განსაკუთრებით საშიშია კანაფის კომბინირება ექსტაზთან ან სხვა ნარკოტიკებთან, ვინაიდან მას შეუძლია ორგანიზმი სითხისაგან დაცალოს. თუ კანაფს მიიღებ სხვა ნარკოტიკებთან ერთად, შეიძლება სერიოზული გვერდით მოვლენებსაც ჰქონდეს ადგილი, მაგ.: ცნობიერების შეცვლას, ჰალუცინაციებს, მოძრაობის შეუძლებლობას ან ინფარქტს.

არც თუ ისე სასიამოვნო მოვლენები

- ზიანდება აზროვნების უნარი და მოძრაობის კოორდინაცია
- კარგავ ლაპარაკის უნარს
- კანაფი აშრობს სხეულს. ყელი, ენა და ტუჩები გამომშრალი გაქვს. ალკოჰოლის დამატებისას მდგომარეობა შეიძლება უფრო გაუარესდეს
- გაქვს შეგრძნება, თითქოს დრო არ იძვრის, წუთები საათებად გეჩვენება
- შესაძლებელია გაგიჩნდეს ჰალუცინაციები
- შეიძლება პანიკური შიში ან დევნის მანია დაგეუფლოს.

ყველაფერი ეს შეიძლება მცირე დოზის მიღებამ გამოიწვიოს!

მითი და სინამდვილე

მრავალი მოსაზრება არსებობს კანაფზე. სკეპტიკოსები ამბობენ, რომ ეს საშიშია, მომხმარებელი კი ამბობს, რომ უსაფრთხო და სასიამოვნოა.

შემდეგ გვერდზე მოცემულია ფაქტები, არა ერთი გარკვეული ჯგუფის აზრი. დასკვნები შენ გამოიტანე

მივყავართ თუ არა კანაფს უფრო მაგარ ნარკოტიკებამდე?

კანაფი ისეთივე ზეგავლენას ახდენს ორგანიზმზე, როგორც ნებისმიერი სხვა ნარკოტიკი, ამიტომ არაიშვიათია შემდგომში უფრო ძლიერ ნარკოტიკებზე გადასვლა, თუმცა არ არის სავალდებულო. თუ ეწევი მარიხუანას ან იშვიათად ჰაშიშს, უმჯობესია გამონახო შენში საღი აზრი და ძალები, რათა დროულად ჩააბარო იგი წარსულს, ხელი აიღო მის მოწევაზე.

იწვევს თუ არა კანაფი შეხსიერების მოშლას?

იწვევს! კანაფის ხანგრძლივად ან დიდი დოზით მიღებისას შესაძლებელია გაგიჩნდეს პრობლემები მეხსიერების მხრივ.

იწვევს თუ არა კანაფი დარღვევებს ტვინში?

იწვევს! კანაფის ერთ-ერთი თვისებაა შეცვალოს გარემოს აღქმა და გამოიწვიოს ჰალუცინაციები. რიგ შემთხვევებში კი ისეთი მძიმე ფსიქიკური დაავადება, რომელიც არაფრით არ განსხვავდება შიზოფრენიისაგან. ამიტომ, ვფიქრობთ, არ ღირს გარისკვა.

შეუძლია კანაფს ნაყოფის თანდაყოლილი დაზიანება გამოიწვიოს?

იწვევს! არსებობს აშკარა კავშირი ორსულობის დროს კანაფის მოწევასა და ანომალიური ბავშვის დაბადებას, მუცლის მოშლას, მკვდრადშობადობასა და დაბადებისთანავე ბავშვის შეცარიელებას შორის. თუ ორსული ქალი კანაფს ეწევა, ნარკოტიკი პლაცენტის საშუალებით ბავშვის ორგანიზმში ხვდება. იგი ისეთივე ზემოქმედებას განიცდის, როგორსაც დედა, თუმცა უფრო ინტენსიურად, რის გამოც ბავშვის დაბადების შემდეგ მრავალი ანომალია ვლინდება. ნურასოდეს მიიღებ კანაფს ორსულობისას. გარდა ამისა ორივე პარტნიორმა ბავშვის ჩასახვამდე 3 თვით ადრე თავი უნდა დაანებონ კანაფის მიღებას.

იწვევს თუ არა კანაფი ფილტვების კიბოს?

იწვევს! მასში კუპრის დიდი რაოდენობით შემცველობის გამო შესაძლებელია გამოიწვიოს ფილტვის ან ხორხის კიბო. მეცნიერულად ამის დამტკიცება ძნელია, დანაიდან მომხმარებელთა უმეტესობა, ვისაც კიბო აქვს, სიგარეტსაც ეწევა. ეს უკანასკნელიც ხომ კიბოს იწვევს.

გაუმკლავდი შენს პრობლემებს

ზოგიერთ ადამიანს ჰგონია, რომ თუ კანაფს მიიღებს სისუსტისა და შიშების პრობლემების დაძლევის მიზნით, მოერევა მათ. როცა კანაფის ზემოქმედება წყდება, პრობლემები ისევ რჩება და ისინი უფრო ღრმავდება.

პრობლემებს უნდა გაუმკლავდე ისეთი საშუალებებით, რომლებიც ზიანს არ მოგიტანს.

იწვევს თუ არა კანაფი დამოკიდებულებას?

იწვევს! ფიზიკურად დამოკიდებულს კანაფი არ გხდის. იგი სხეულს ისე არ იმორჩილებს, როგორც ჰეროინი ან თამბაქო.

- მაგრამ შეიძლება განვითარდეს ფსიქიკური დამოკიდებულება. როცა ხშირად იღებ კანაფს, იმდენად ეჩვევი ამ მდგომარეობას, რომ მის გარეშე საქმიანობა გიჭირს
- კანაფის ხშირ მომხმარებელს შეიძლება სხვადასხვა ფსიქიკური გამოვლინებები ჰქონდეს, მაგ.: შიში, პარანოია და უძილობა
- ვინც ხშირად და ბევრს მოიხმარს, უძნელდება თავის დანებება.

თუ შენ თვითონ ვერ ერევი საკუთარ თავს, ესე იგი დახმარება გესაჭიროება. **მიმართე ექიმს.**

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

ღებინება – თუ შენ მეგობარს აქვს ღებინება, წინ წამოსწიე, მიეცი წყალი როგორც კი ღებინებას მორჩება და იზრუნე იმაზე, რომ მინ მშვიდობით მივიდეს.

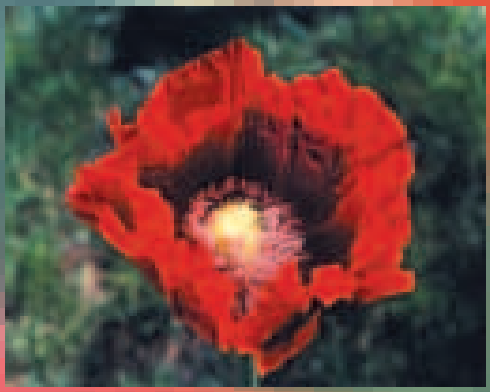
პანიკური შიში – თუ შენს მეგობარს პანიკური შიში აქვს, გაიყვანე ცალკე და წყნარად ესაუბრე. მარტო ნუ დატოვებ. თუ იგი დაიწყებს ჰაერის გამალებით ყლაპვას, ეცადე დაარწმუნო, რომ შენთან შეთანხმებულ რითმში ისუნთქოს.

საშინელებათა ხედვა – შეიძლება შენმა მეგობარმა საშიში ხილვები დაინახოს ან მოჩვენებითი ხმები გაიგონოს. ეს ნიშნავს, რომ მას ჰალუცინაცია აქვს. ამას შეუძლია იგი პანიკაში ჩააგდოს. ესაუბრე წყნარად და დაარწმუნე, რომ ყველაფერი ეს არ არის ნამდვილი და, რომ ისინი გაქრება. ნუ დატოვებ მარტო, დარჩი მასთან ერთად, სანამ ჰალუცინაციები არ გაუვლის.

ოპიატები

ოპიატის ქვეშ იგულისხმება ოპიუმის ყაყაჩოსაგან (Papaver somniferum ან მისი ოჯახის სხვა წარმომადგენლები) მიღებული ბუნებრივი პროდუქტები, როგორიცაა მორფინი, კოდეინი და ოპიუმის სხვა ალკალოიდები.

ოპიოიდები ან ოპიოიდური ნარკოტიკები ეწოდებათ ცენტრალური ნერვული სისტემის დეპრესანტების დიდ ჯგუფს, რომელთაც გააჩნია მორფინისმაგვარი ეფექტი. ისინი მოიცავს როგორც ნატურალურ, ასევე სინთეზურ ოპიოიდურ ნაერთებს, როგორიცაა მეთადონი, ჰეროინი, ფენტანილი და სხვ.



მოკლე ისტორია

ოპიატების მოხმარება თარიღდება შუმერული ცივილიზაციის პერიოდიდან და მოიხსენიება არაბულ ლიტერატურაშიც. ოპიუმზე დამოკიდებულება ბერძნებს აღწერილი აქვთ ჯერ კიდევ ახ. წ. III საუკუნეში. უკვე X საუკუნეში ცნობილი იყო ოპიუმის გამოყენება მოწევის და ღეჭვის საშუალებით. ჩინეთში XVII საუკუნიდან იწყება ოპიუმის ბოროტად გამოყენების ისტორია. XIX საუკუნეში მომხდარი სამი მოვლენა: მორფინის გამოყოფა, კანქვეშა ინექციისათვის შპრიცის გამოგონება და 1874 წელს დიაცეტილმორფინის (ჰეროინი) სინთეზი – გახდა ოპიატების ტკივილგამაყუჩებელი მიზნით ფართო გამოყენების მიზეზი და ამავდროულად, მისი მასობრივი ბოროტად გამოყენების დასაწყისიც, რაც ძირითადად განაპირობა სისხლში ინექციის გზით მორფინის ან ჰეროინის სწრაფად მაღალი კონცენტრაციის მიღწევამ.

ოპიოიდები

დღეს მსოფლიოში დაახლოებით ასამდე ოპიოიდური ბუნების ნარკოტიკია ცნობილი, რომელიც ფართოდ გამოიყენება სამედიცინო მიზნით. ასევე მრავალრიცხოვანია კუსტარულად დამზადებული ნარკოტიკების სახეები, რომელთაც იყენებენ ნარკომანები. მაგრამ ჩვენ მხოლოდ ორზე შევჩერდებით, ესენია ჰეროინი და მეთადონი. ერთი ფართოდ არის გავრცელებული როგორც "ქუჩის ნარკოტიკი", ხოლო მეორის სამკურნალო თვისებებზე მრავალი მითია შექმნილი. ამასთან ერთად მათ ახასიათებთ ყველა ის თვისება, რომელიც აქვთ სხვა ოპიატებს და ოპიოიდებს.

რა არის ჰეროინი?

ჰეროინი (დიაცეტილმორფინი, დიამორფინი) მზადდება ოპიუმის ყაყაჩოსაგან სინთეზური პროცესით. იმის მიხედვით, თუ რამდენად სუფთაა ანუ გაწმენდილია იგი და, რომელ რეგიონში არის მოყვანილი ყაყაჩო, მას აქვს სხვადასხვანაირი ფერი, კონსისტენცია და აქტივობა.

არსებობს სამი სახის ჰეროინი: ყავისფერი ჰეროინი, თეთრი ჰეროინი და ფარმაცევტული ჰეროინი.

ყავისფერი ჰეროინის არის ყველაზე გავრცელებული სახეობა. იგი არის კრისტალური ფხვნილი, რომელიც ღია და მუქ ყავისფერ ფერებს შორის ვარირებს. რაც უფრო ღია ფერისაა ჰეროინი, მით უფრო დიდია ჰეროინის შემცველობა. მასში ჰეროინის შემცველობა მერყეობს 10–60%. დანარჩენი არის სიბინძურე. მას მხოლოდ ეწევიან, არ შეიძლება მისი შპრიცით შეყვანა.

თეთრი ჰეროინი არის კრისტალური თეთრი ფხვნილი, სუფთაა 90%. შეიძლება მისი მოწევა და შპრიცით შეყვანაც.

ფარმაცევტული ჰეროინი – სუფთა ჰეროინია, მას ინგლისში დღესაც იყენებენ სამედიცინო სფეროში, იგი არსებობს ფხვნილის, ტაბლეტების ან სითხის სახით ამპულებში.

რა ხდება?

რადგან ჰეროინი დეპრესანტია, იგი ამშვიდებს მთელ ცენტრალურ ნერვულ სისტემას: ანელებს გულისცემას, სუნთქვას, ამიტომ ორგანიზმს ნაკლები რაოდენობის ჟანგბადი მიეწოდება, წნევა იწევს დაბლა და ა.შ.

ჰეროინის ზემოქმედება

ჰეროინის ზემოქმედება ბევრად უფრო ძლიერია, ვიდრე სხვა ნარკოტიკული საშუალებებისა. ეს გრძნობა არაფერს შეედრება. როდესაც ჰეროინი ნემსით შეჰყავთ, "კაიფი" მაშინვე მოდის, მოწევის შემდეგაც არ სჭირდება ამას ბევრი დრო.

ადამიანს მოიცავს ეიფორია და წარმოუდგენელი განცხრომის შეგრძნება. ყოველგვარი ტკივილი – ხორციელი თუ სულიერი, ქრება.

ყველაზე მიმზიდველი და ეფექტურია ის, რომ ადამიანი საკუთარ თავს ძალიან დადებითად აღიქვამს.

ჰეროინის მცირე დოზით მიღება ადამიანებში აღძრავს ლაპარაკის სურვილს, აღავსებს მათ ენერგიით, ხდის მათ საკუთარ თავში დარწმუნებულებს.

ჰეროინის დიდი დოზით მიღება იწვევს ტრანსისმაგვარ მდგომარეობას. ადამიანები თავიანთ შინაგან სამყაროში იკეტებიან და ზოგჯერ არ სურთ სხვასთან ურთიერთობა.

პირველი დარტყმის შემდეგ დგება აღსრულებული კმაყოფილების ხანგრძლივი მდგომარეობა.

ჰეროინის ზემოქმედება 1–2 საათის შემდეგ ნელ–ნელა გადის. ეს დამოკიდებულია, თუ რა სიხშირით იღებს მას მომხმარებელი. ყოველ შემთხვევაში 3–6 საათის შემდეგ მისი მოქმედება აღარ შეიგრძნობა.

ჰეროინის მოწევა

ჰეროინის მოწევა ნაკლებად საშიშია, ვიდრე მისი შპრიცით შეყვანა და მისი ზემოქმედებაც უფრო ინტენსიური და სწრაფია. ზოგჯერ ჰეროინს ჩიბუხით ეწევიან ან ურევენ თამბაქოში და ალუმინის ფოლგაზე ქვემოდან ახურებენ.

ჰეროინის შპრიცით შეყვანა საშიშროებები !

ჰეროინის შპრიცით პირდაპირ ვენაში შეყვანა არის ყველაზე საშიში ქმედება. ზოგიერთი ჰეროინი წყალში ხსნადია, ზოგი კი მჟავაში უნდა გაიხსნას. ზოგ შემთხვევაში ჰეროინს ხსნიან C ვიტამინის ფხვნილში. დამტვრეული ტაბლეტების გახსნა ბევრად უფრო საშიშია. ამ დროს რჩება პატარა ნატეხები, რომლებსაც კაპილარების დახშობა შეუძლია. ეს იწვევს შესიებას და ინფექციებს. ეს რომ თავიდან აიცილოს, ზოგიერთი მომხმარებელი სითხეს სიგარეტის ფილტრში ფილტრავს.

ჰიგიენა

შპრიცი და სხვა საგნები უნდა იყოს გასტერილებული. ყოველთვის გამოყენებული უნდა იქნას ახალი შპრიცი.
გამოყენებული შპრიცები არ დატოვოთ უყურადღებოდ. ისინი უნდა გადაიყაროს.
ერთი შპრიცით არასოდეს არ უნდა გაიკეთოს რამდენიმე ადამიანმა, რადგან ამ გზით შესაძლებელია ისეთი ინფექციების გავრცელება, როგორიცაა შიდსი და B და C ჰეპატიტები.

“მე უკვე
10 წელია წამალზე ვარ. მან მე
სრულიად შემცვალა. მე ვარ
ასოციალური, ავადმყოფი, ვიპარავ
და ვიტყუები. ძალიან ვნანობ,
რომ დავიწყე წამლის კეთება”.

გაფრთხილება!

ჰეროინმა ყოველთვის შეიძლება გამოიწვიოს სიკვდილი, რადგან შენ არ იცი, რა მოგყიდეს, რა შედის მის შემადგენლობაში. იგი ხომ თითქმის არასოდეს სუფთა არ არის.

უსაფრთხო სექსი

ჰეროინის მომხმარებლებში არსებობს შიდსის ვირუსით ინფიცირების დიდი საშიშროება. სექსის დროს გამოიყენეთ პრეზერვატივი.

გადაჭარბებული დოზა

თუ შენ შეჩვეული არ ხარ ჰეროინს და მას შპრიცით შეიყვან ორგანიზმში, ადვილი შესაძლებელია დოზის გადაჭარბება. თუ ეს მოხდა, მაშინ ნელდება შენი სუნთქვა და იგი იმდენად სუსტი ხდება, რომ ორგანიზმი ვეღარ იღებს საკმარის ჟანგბადს. შედეგად მოსდევს გულის წასვლა და, თუ სასწრაფო დახმარება არ აღმოგიჩინეს, შეიძლება სუნთქვა გაჩერდეს და დაიღუპო.

გულისრევა და ღებინება: თუ შენ პირველად იღებ ჰეროინს, შეიძლება დაგეწყოს გულისრევა, წაგივიდეს გული და დაიხრჩო.

როდესაც შენ მომხმარებელი ხდები, ჰეროინი ყველაზე მნიშვნელოვანი რამ ხდება შენს ცხოვრებაში. შენ კარგავ წონას, არ იკვებები, იფიტები და ცუდად გამოიყურები, რადგან საკუთარი თავის მოვლაც აღარ გაინტერესებს. ერთადერთი, რაც შეიძლება გაინტერესებდეს, არის შემდეგი "კაიფი".

ნანემსარზე ჩნდება შესიებები და ღია ჭრილობები, ისინი საშინლად გამოიყურება და მტკივნეულია.

არასოდეს აურიოთ ჰეროინი სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს. იგი საკმაოდ ძლიერია, კომბინირებული სახით მას საგვალალო შედეგები მოსდევს!

ჰეროინი და მასზე დამოკიდებულება

ჰეროინი ადამიანს ხდის სრულიად დამოკიდებულს: ადამიანი სულიერად და ფიზიკურად ხდება ჰეროინზე დამოკიდებული, თუნდაც ფიქრობდეს, რომ თითქოს ყველაფრის კონტროლი შეუძლია. რაც უფრო დაუფიქრებლად და უკონტროლოდ მიჰყვები ჰეროინს, მით უფრო მალე ხდები დამოკიდებული ჰეროინის მიერ გამოწვეულ გრძნობებზე.

რას ნიშნავს დამოკიდებულება?

შენს ორგანიზმს სჭირდება ჰეროინი, რათა ნორმალურად იმუშაოს. შენი ფიზიკური მოთხოვნილება იზრდება და შენ მხოლოდ მომავალ "კაიფზე" ზრუნავ.

ფსიქიკური მოთხოვნილება ისეთივე ძლიერია, როგორც ფიზიკური. საშინლად გეშინია, რომ ჰეროინი აღარ გექნება, მხოლოდ ამაზე ფიქრობ და საბოლოოდ შენ ცხოვრების დიდი შიში გიყალიბდება და ჰეროინზე დამოკიდებულებით რეალური სამყაროსაგან სრულიად იზოლირებული ხდები.

სიმპტომები

შენ გემუქრება საფრთხე, თუ ღრმად ჩაგეძინა, შეიძლება ვერ გაიგო როდის გახდი ცუდად

სულ უფრო ხშირად თავს იჩენს კუნთების ტკივილი

მუდმივად თავს გრძნობ ცუდად, გაქვს კუჭის შეკრულობა

მთელი სხეული დაჩხვლეტილი, წყლულებით და სისხლნაჟღენთებით დაფარული გაქვს

გაწუხებს ქრონიკული უძილობა

ძილში სიზმრადაც ჰეროინს ხედავ

ერიდები ახლობლებს.

ცხოვრება კანონს გარეთ!

ერთადერთი შესაძლებლობა იმისა, რომ გადაიხადო ჰეროინის საფასური, არის მოპარვა. მომხმარებელს შეუძლია ყველგან მოიპაროს. ზოგი საკუთარ ოჯახებსაც ქურდავს. დანაშაულს კი ყოველთვის საპატიმროსაკენ მივყავართ.

სამართლებრივი მდგომარეობა

ჰეროინი ექვემდებარება კანონს. იგი ყველგან, მთელ მსოფლიოში არალეგალურია. მისი ფლობა და ჰეროინით ვაჭრობა ყველგან მკაცრად ისჯება.

პატიმრობის ვადა შეიძლება ძალიან ხანგრძლივი იყოს. ზოგიერთ ქვეყანაში ჰეროინით მოვაჭრე და ჰეროინის მფლობელი სიკვდილითაც ისჯება.

ჰეროინის ტოლერანტობა

ადამიანი უცბად ეჩვევა ჰეროინს. სხეულს სულ უფრო მეტი რაოდენობა სჭირდება, რათა თავდაპირველი ძლიერი "კაიფი" განიცადოს.

დროთა განმავლობაში დიდი დოზები გიყუჩებს ტკივილს და გიკმაყოფილებს მოთხოვნილებას, თუმცა ეიფორიას აღარ იწვევს. მაგრამ თუ ჰეროინს თავს მიანებებ და ცოტა ხანში ისევ დაიწყებ მიღებას, შენი სხეული შეიძლება ვეღარ შეეგუოს ჰეროინის იგივე რაოდენობას და მიღებული დოზა შენთვის გადაჭარბებული აღმოჩნდეს.

როდესაც ჰეროინს ეწევი, ტოლერანტობა უფრო ნაკლებად მატულობს, ვიდრე ჰეროინის შპრიცით მიღებისას.

ჰეროინზე უარის თქმა

ძნელია ჰეროინზე თავის დანებება, როდესაც უკვე მასზე ხარ დამოკიდებული. მაგრამ ეს შეუძლებელი არ არის. ბევრმა შეძლო ეს და შენც შეძლებ ამას. მაგრამ პირველ რიგში უნდა გაი-თვალისწინო რამდენიმე რამ:

შენ ეს უნდა გსურდეს

შენ ეს უნდა მოინდომო

შენ შეგიძლია ეს გააკეთო, მაგრამ გჭირდება სხვების დახმარებაც

შენ პირველ რიგში ამას აკეთებ შენთვის

ეს ამავდროულად შენს ახლობლებსაც გააბედნიერებს

შენ სიამაყით აღიავსებ, თუ ამას შეძლებ

შხამისთვის თავის დანებება

არასოდეს ეცადო, მარტომ დაანებო თავი ჰეროინს. თუ შენ ან შენი მეგობარი ჰეროინზე "ზიხართ", მიმართეთ პროფესიონალურ დახმარებას. შენ პრობლემას ნარკომანთა ყველა საკონსულტაციო ცენტრი ყურადღებით მოეკიდება. პირველი დღეები განსაკუთრებით ძნელია. თუ ეს გადალახე, შენ შეძლებ თავი დაანებო ჰეროინს.

როგორ გავცილდეთ ჰეროინს

ეს ყველაზე რთულია. ხანგრძლივ, იპოვე შენთვის სამსახური და შენი ჰობი. მოერიდე ყველაფერს, რაც ჰეროინს გახსენებს. მოერიდე ჰეროინის მომხმარებლებს და იმ ადგილებს, სადაც ნარკოტიკებია. თუ გრძნობ, რომ შენი ნებისყოფა შესუსტდა, მიმართე დახმარებას, მეგობრებს, ოჯახს და ნარკომანთა საკონსულტაციო ცენტრს.

ოპიუმის ყაყაჩოს
პროდუქტები

ჰეროინზე თავის განებება ძალიან ძნელია. თუ მომხმარებელი უცბად ანებებს თავს, განიცდის ფსიქოლოგიურ და ფიზიკურ გამოვლინებებს:

ძლიერ ფსიქოლოგიურ მოთხოვნილებას
პანიკას
უძილობას
გულისრევას და კუჭის აშლილობას
ოფლიანობას
სპაზმებს კუჭის არეში
კიდურების და სხვა კუნთების სპაზმებს

ვერანაირ სიტუაციაში თავს კარგად ვერ გრძნობს ყოველივე ამის შიში მომხმარებელს ათქმევინებს უარს, თავი გაანებოს ჰეროინს.

იცოდე, თუ მიმართავ ექიმებს, აუცილებლად გიშველიან !

მაგრამ შენ უნდა მოინდომო!

როგორ ავიცილოთ საფრთხე თავიდან?

ნუ გაიკეთებ შპრიცით. მოწევას იგივე ეფექტი აქვს და ამ შემთხვევაში შენც ბევრად უფრო დაზღვეული ხარ. არასოდეს გაიკეთოთ რამდენიმემ ერთი შპრიცით. ჯერ დაფიქრდი, რას იკეთებ. გადაჭარბებული დოზის შემთხვევაში არ ინანო. აღარ დაამატო, რასაც გაიკეთებ. გადაჭარბებულ დოზას სიკვდილამდე მივყავართ. იცოდე ზღვარი. თუ შენ დიდი ხანია ჰეროინი არ გაგიკეთებია, ნორმალური დოზაც შეიძლება ზედმეტი იყოს და სიკვდილიც გამოიწვიოს. იყავი ფრთხილად. ჰეროინის ზემოქმედების ქვეშ ნუ დაჯდები საჭესთან.

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

არტერიაში მოხვედრის შემთხვევაში ნანემსარ ადგილს დააჭირე თითი და რაც შეიძლება ზემოთ ასწიე სხეულის ეს ნაწილი

დაურეკე სასწრაფო დახმარებას ან გადაიყვანე მომხმარებელი საავადმყოფოში!

გულის წასვლა: თუ შენი მეგობარი ჯერ კიდევ სუნთქავს, მოიყვანე იგი უსაფრთხო მდგომარეობაში.

დაურეკე სასწრაფოს! და აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა ნარკოტიკული საშუალება მიიღო შენმა მეგობარმა

იყავი მზად იმისათვის, რომ გააცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ 85).

რა არის მეთადონი?

მეთადონი არის სინთეზური ნარკოტიკი, რომელსაც ჰეროინის მსგავსი თვისებები აქვს. ჰეროინის შესახებ მიღებული ინფორმაცია ვრცელდება მეთადონზეც. იგი მხოლოდ ექიმების მეთვალყურეობის ქვეშ შეიძლება იქნეს გამოყენებული იმისათვის, რომ ნარკომანმა თავი გაანებოს ჰეროინს ან ოპიუმს.

გამოშვების ფორმები

მეთადონი არსებობს ფხვნილის, წვეთების ან შესქელებული სიროფის სახით. ქუჩებში იყიდება სხვადასხვა სიძლიერისა და ფერის მქონე მეთადონი.

> არასოდეს გაიკეთო მეთადონი შპრიცით. ყოველთვის სახიფათოა ამა თუ იმ ნარკოტიკული საშუალების შპრიცით მიღება. არსებობს ზედოზირების საფრთხე და, თუ რამდენიმე ადამიანი გამოიყენებს ერთ შპრიცს, არსებობს ისეთი ინფექციების საშიშროება, როგორიცაა შიდსი ან B და C ჰეპატიტები.

AIDS

მეთადონი და სხვა ნარკოტიკული საშუალებები

ექსტაზისა და ამფეტამინის "კაიფიდან" გამოსასვლელად ზოგიერთი მიმართავს მეთადონს. ეს, რა თქმა უნდა, აადვილებს გამოსვლას, მაგრამ ძალიან საშიშია. ამ ნარკოტიკული საშუალებების მონაცვლეობით მიღებისას განსაკუთრებით ზიანდება გული. თუ შენ არ იცი, რას იკეთებ, შეიძლება ბევრი მოგივიდეს ან ამას დაამატო სხვა დეპრესანტები, როგორიცაა ალკოჰოლი ან ბარბიტურატები და გულმა შეიძლება მალე სულაც შეწყვიტოს მუშაობა.

დამოკიდებულება

მეთადონი ისევე ხდის ადამიანს მასზე დამოკიდებულს, როგორც ჰეროინი. თუ ადამიანი მეთადონს სისტემატურად იღებს, ხდება მასზე არა მარტო ფიზიკურად, არამედ ფსიქიკურად დამოკიდებული. დამოკიდებულება მეთადონზე ისევე ძლიერია, როგორც ჰეროინზე, თავის დანებება კი ზოგჯერ უფრო ძნელი და საშიში.

მეთადონის ტოლერანტობა

ტოლერანტობა იზრდება მისი ხშირი გამოყენებისას, მაგრამ არა ისე სწრაფად, როგორც ჰეროინის დროს. მეთადონის ტოლერანტობა სწრაფად კლებულობს. თუ შენ მეთადონს ერთი კვირის განმავლობაში არ იღებ, მეთადონის ტოლერანტობა ნულს უტოლდება. ამის შემდეგ ჩვეული დოზა შენთვის შეიძლება ბევრიც იყოს.

მეთადონზე უარის თქმა

მეთადონზე თავის დანებება ისეთივე რთულია, როგორც ჰეროინზე. თუ შენ გინდა მეთადონს თავი დაანებო, გჭირდება პროფესიონალური დახმარება, რადგან მეთადონის დოზები კვირების განმავლობაში თანდათან უნდა შემცირდეს. ფიზიკური და ფსიქიკური გამოვლინებები ისეთივე ძლიერია, როგორც ჰეროინის შემთხვევაში. ყველაზე მთავარი პრობლემა არის ის, რომ ეს გამოვლინებები ნ კვირა ან უფრო მეტი ხანი გრძელდება. ტკივილი და შიშის მდგომარეობა პირველი ორი–სამი კვირის შემდეგ სუსტდება. რაც არ უნდა ძნელი იყოს ეს, იფიქრე იმაზე, რომ არსებობენ ადამიანები, რომლებმაც ყველაფერი ეს გადალახეს.

სამართლებრივი მდგომარეობა

მეთადონი ექვემდებარება კანონით კონტროლს. მისი გაყიდვა და გავრცელება აკრძალულია. იგი შეიძლება დანიშნოს ჰეროინის მოხმარებელს მკურნალობის მიზნით ფსიქოსოციალურ თერაპიასთან ერთად.

უსაფრთხოება

! ისევე როგორც ჰეროინის მოხმარებისას, მეთადონის დროსაც არსოდეს არ ხარ დაზღვეული, თუმცა შეგიძლია ეს საფრთხე აიცილო თავიდან. ყველაზე მნიშვნელოვანია, არასოდეს შეურიო მეთადონი სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს!

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

გულის წასვლა: თუ შენი მეგობარი ჯერ კიდევ სუნთქავს, მოიყვანე იგი სტაბილურ მწოლიარე მდგომარეობაში (იხ. გვ. 134)

დაუყოვნებლივ სასწრაფო დახმარებას !

აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა ნარკოტიკული საშუალება მიიღო შენმა მეგობარმა. ამას შეუძლია შენი მეგობრის სიცოცხლის გადარჩენა. იყავი მზად იმისათვის, რომ გააცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135)

თუ შენმა მეგობარმა გულწასულ მდგომარეობაში შეწყვიტა სუნთქვა, იზრუნე, რომ მან ისევ დაიწყოს სუნთქვა.

კოკაინი

რა არის კოკაინი?

იმ ნივთიერებას, რომელიც ქუჩაში იყიდება, სამედიცინო ენაზე კოკაინის ჰიდროქლორიდი ჰქვია. იგი იწარმოება მცენარე კოკას ფოთლებიდან. კოკა ძირითადად ბოლივიაში, კოლუმბიასა და პერუში იზრდება. კოკაინი ერთ-ერთი ძლიერი სტიმულატორია, რომელსაც ამფეტამინის მსგავსი თვისებები აქვს. თავდაპირველად იგი თავისუფლად იყიდებოდა როგორც სასარგებლო საშუალება, სანამ არ გაირკვა, რომ იგი საკმაოდ საშიში ნარკოტიკია, თუმცა ამ დროისათვის უკვე საკმარისი რაოდენობის კოკაინის ნარკომანი იყო ცნობილი.

გაფრთხილება!

ქუჩაში კოკაინი არასოდეს არ არის სუფთა.

კოკაინს აქვს მასზე დამოკიდებულების განვითარების დიდი პოტენციალ!

მოკლე ისტორია

სუფთა კოკაინი XIX საუკუნეში გერმანელმა ქიმიკოსებმა მიიღეს კოკას ფოთლებიდან. 1886 წელს პირველად გამოვიდა გასაყიდად კოკა-კოლა. საშუალოდ ერთი ჭიქა კოკა-კოლა შეიცავდა მილიგრამ კოკაინს, სანამ იგი 1903 წელს კოფეინმა არ შეცვალა. კოკაინი თავდაპირველად ევროპასა და ამერიკაში თავისუფლად იყიდებოდა, როგორც სასარგებლო საშუალება, სანამ მასში საფრთხე არ დაინახეს. 1914 წლიდან ამერიკაში, შემდეგ კი თანდათანობით ყველგან გამოცხადდა მავნე ნარკოტიკად.

როგორ ზემოქმედებს იგი?

შესუნთული კოკაინი ცხვირის გავლით გადადის სისხლში და რამდენიმე წამში აღწევს ტვინს. იგი აღიზიანებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას, იწვევს გულისცემის აჩქარებას, ზრდის სხეულის ტემპერატურას და არტერიულ წნევას.

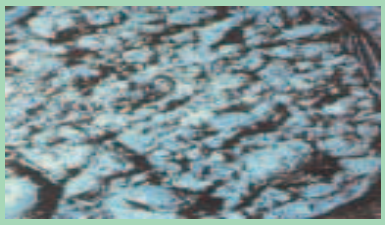
კოკაინი გვხვდება

უმეტეს შემთხვევაში კოკაინს ვხვდებით თეთრი, კრისტალური ფხვნილის სახით, რომელიც წმინდა მარილივით გამოიყურება. ჩვეულებრივ, მას ყიდიან პატარა კონვერტებში, რომელშიც 1 გრამამდე კოკაინია ჩაყრილი, მაგრამ არავინ იცის, რამდენი კოკაინია სინამდვილეში ამ 1 გრამში. კოკას ფოთლისაგან წარმოებული ფხვნილის სისუფთავე დაახლოებით 85%-ია, მაგრამ როდესაც კოკაინს ქუჩაში ყიდიან, იგი სრულიად სხვაგვარად გამოიყურება.

რაც უფრო დიდ გზას გადის კოკაინი მწარმოებლიდან საცალო გამყიდველამდე, მით უფრო იკარგება მისი სისუფთავე. მას ურევენ გლუკოზას, ლაქტოზას და ასევე ტკივილგამაყუჩებელ საშუალებებს. ქუჩაში გაყიდულ კოკაინში მხოლოდ 30%-ია კოკაინი, დანარჩენი კი შხამი და სიბინძურეა.

კოკაინის ბუჩქი

პასტა



ფხვნილი

კოკაინის ზემოქმედება

ორგანიზმზე ზემოქმედება იწყება მიღებიდან რამდენიმე წამის შემდეგ და გრძელდება არაუმეტეს ნახევარი საათისა. ზემოქმედება დამოკიდებულია კოკაინის შემადგენლობაზე, გარემომცველ პირობებზე, რომელშიც ხდება მისი მიღება და ასევე იმაზე, თუ რა სიხშირით მიიღება და რამდენად იტანს მას მომხმარებელი.

- ხარ ეიფორიაში და თავს კარგად გრძნობ
- ცხოვრება გეჩვენება ვარდისფრად, ყოველგვარი შიში ქრება
- ენერგია გემატება, ხდები აქტიური, ვინდა ლაპარაკი, ხალისიც ეკარგა
- ყველაფერი მნიშვნელოვნად გეჩვენება, შეხედულებები და იდეები შეცვლება, იცინი ყველაფერზე ისე, რომ აზრს არ აყოლებ
- შებოჭილობა ქრება და თავს გრძნობ ხეშუალურად აგზნებულად.

რა ხდება შემდეგ?

სწრაფ ინტენსიურ აღმაფრენას მოსდევს ძლიერი ჩავარდნა, რომელიც სწრაფად ვითარდება. შეიძლება ეცადო გამოისწორო მდგომარეობა და ისევ მიიღო კოკაინი, რომ ეს ჩავარდნა დაძლიო, მაგრამ ეს მხოლოდ ხანმოკლე აღმაფრენას იწვევს. შემდეგ დაშვება ბევრად უფრო ინტენსიურია. შენ უფრო და უფრო ღრმად ეშვები

მიუხედავად იმისა, რომ ეიფორიაში აღარ ხარ, აზრებიც თითქოს ეწყობა, მაგრამ შენ აღარ შეგიძლია დაძინება, გეუფლება დეპრესია, ეჭვები და პარანოია

თუ ჩაგეძინა, მალევე გეღვიძება დაღლილობის და შფოთვის გრძნობით

თუ გუშინ ფიქრობდი, რომ ყველაფერი ისე ხდება, როგორც შენ გინდა, დღეს გაქვს შეგრძნება, რომ ყველა და ყველაფერი შენს წინააღმდეგაა მომართული

შენ შეიძლება მოგიცვას პანიკამ. თუ კოკაინის დოზა ზეტმეტი მოგივიდა, შესაძლებელია გაგიჩნდეს უცნაური ქცევები და აგრესია გარშემომყოფთა მიმართ.

"ეს საშინელება იყო. დეპრესია მთელი შაბათ-კვირა გამოგრძელდა"

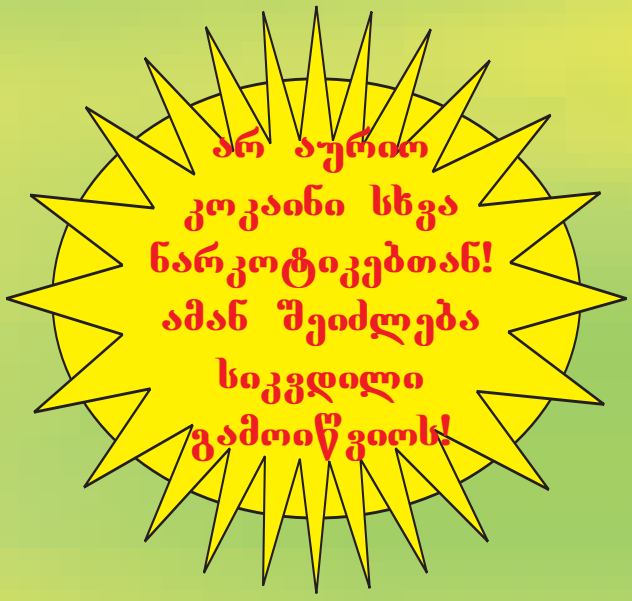
კოკაინის გამოყენება

- კოკაინს საპარსი სამართებლით ან საკრედიტო ბარათის მეშვეობით სიგრძივად აწყობენ და შემდეგ პატარა მილაკის საშუალებით შეისუნთქავენ
- შესუნთქვაზე ნაკლებად საშიშია კოკაინის მიღება საკვებში ან სასმელში შერევით. ამ შემთხვევაში მოქმედება უფრო გვიან იწყება და გართულებებიც ნაკლებია
- ზოგიერთი კოკაინს იყრის პირში და იზელს სასაში და ღრძილებში. ვინაიდან კოკაინი ტკივილგამაყუჩებელი თვისებების მატერებელია, იწვევს სასისა და პირის ღრუს დაბუჟებას.

არასოდეს შეიყვანო კოკაინი შპრიცით!

იმისათვის, რომ კოკაინმა სწრაფად და ინტენსიურად იმოქმედოს, ზოგიერთი ცდილობს იგი შპრიცით შეიყვანოს ორგანიზმში. ეს ძალიან საშიშია, რადგან იქმნება დოზის გადამეტების საშიშროება. ასეთ შემთხვევაში საშინლად ჩქარდება გულისცემა, რამაც შესაძლებელია სიკვდილი გამოიწვიოს!

ძალიან საშიშია მისი სხვა ნარკოტიკებთან ან ალკოჰოლთან შერევა. თავიდან შესაძლებელია ამ შერევამ არაფერი არ გამოიწვიოს, მაგრამ ის როდისმე აუცილებლად გამოიწვევს სავალალო შედეგებს. შენ თუ ძალიან თამამი იქნები კოკაინთან, ამას მალევე ინანებ. კოკაინის და ჰეროინის ნარევს უწოდებენ Speedball-ს. ამ ორი ნივთიერების ერთმანეთში არევა საშინელი იდეაა, ჰეროინი ამცირებს კოკაინით გამოწვეულ შფოთვას და ნერვიულ მოუსვენრობას და მომხმარებელი მიჰყავს კოკაინის ან ჰეროინის ახალ დოზამდე. ამ შემთხვევაში კი ზედოზირების ალბათობა იზრდება.



საკანონმდებლო მდგომარეობა

საქართველოში კოკაინის მოხმარება და მისი ფლობა კანონით აკრძალულია. მისი მცირე რაოდენობით ფლობა, გაყიდვა ან გაჩუქება იწვევს სისხლის სამართლის პასუხისმგებლობას.

გაფრთხილება!

ვისაც მაღალი წნევა ან სუსტი გული აქვს, ერიდოს კოკაინს!!!

დამოკიდებულება: "თოვლის გუნდის ეფექტი"

ვინც გადაწყვეტს კოკაინის მიღებას, მან ყველაფერი უნდა იცოდეს მის შესახებ. კოკაინის მიღებისას ფიზიკურმა დამოკიდებულებამ შეიძლება არ შეგაწუხოს, მაგრამ ფსიქიკური დამოკიდებულების განვითარება გარდაუვალია. მალე შენ კარგი გრძნობები მიგატოვებს და ცუდი დაგეუფლება. მაშინვე დაგებადება სურვილი მიიღო კიდევ უფრო მეტი. ამის შემდეგ დგება პიკი, რომელსაც მოსდევს გარდაუვალი დაშვება, დაცემა, დანარცხება. მუდმივად გაქვს იმის მცდელობა, რომ სულ უფრო და უფრო მეტი მიიღო. ასეთი მდგომარეობიდან უკან დაბრუნების შანსი ძალიან მცირეა. კოკაინის რეგულარულმა მოხმარებამ შეიძლება ღრმა ფსიქოლოგიურ დამოკიდებულებამდე მიგიყვანოს, რომელსაც ძნელად თუ დაძლევ!

კოკაინი განსაზღვრავს შენს ცხოვრებას

- კოკაინის მომხმარებელი უამრავ ფულს ხარჯავს
- შენ გიფუჭდება ხასიათი, ურთიერთობა გაქვს არასასიამოვნო ადამიანებთან
- სკოლის დავალებების შესრულებას ვეღარ ახერხებ. მთლიანად დაკავებული ხარ კოკაინით, მუდმივად ჩადიხარ რაღაც დანაშაულს
- ისევ მოხმარება და ისევ უსიამოვნო შეგრძნება

კოკაინს, თუ დიდი ხანია იღება, ხასიათებს უამრავი გვერდითი ეფექტი

ძლიერი პარანოია – ადამიანი ხდება დეპრესიული და პარანოიული, შეიძლება განუვითარდეს კოკაინის ფსიქოზი, რომელიც მას სულით ავადმყოფად აქცევს

წონაში დაკლება – ადამიანი ცუდად იკვებება და მინიმალურ წონამდე აღწევს

იმპოტენცია – მამაცებს აღარ აქვთ ერექცია და აღარ შეუძლიათ სქესობრივი აქტის წარმოება

ქრონიკული უძილობა – ძილი წარსულს ჩაბარდა. შენ მუდმივად დაღლილი და მოთენთილი ხარ, მაგრამ ძილი არ შეგიძლია. მცირე მოქმედებაც კი შენში დაღლილობას იწვევს

ცხვირის პრობლემები – კოკაინის ყნოსვა იწვევს ცხვირის ძგიდის გახვრეტას.

როგორ დავანებოთ თავი კოკაინს ?

ზოგიერთი კოკაინს მხოლოდ დროდადრო იღებს, მაგრამ ვინც სუსტი პიროვნული თვისების მატარებელია (აქვს საკუთარ თავში დაურწმუნებლობის და საკუთარი თავისადმი უნდობლობის გრძნობა), რისკავს და მაინც ხდება მომხმარებელი, იგი უნდა შეეგუოს შიშს, დეპრესიას, პანიკას და პარანოიას. ყოველივე ეს რამდენად ძნელი გადასალახია, მით უფრო მეტი კოკაინი უნდება ნარკომანს. ზოგიერთი საბოლოო გამოსავალს თვითმკვლელობაში პოულობს და არის ამის უამრავი შემთხვევებიც. იმისათვის, რომ კოკაინს მოეშვა, **მიმართე პროფესიონალებს!**

გაფრთხილება!

კოკაინი არ ხსნის შენს პრობლემებს,
პირიქით, აძლერებს მათ.
ამიტომ ჯობს შეეშვა!

კონტროლის გარეშე

შენ ფიქრობ, რომ შეგიძლია აკონტროლო კოკაინის მიღება, მაგრამ ერთ დილას გაიღვიძებ და მიხვდები, რომ შენ მის კლანჭებში ხარ. მაშინ შეიძლება უკვე გვიან იყოს!

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

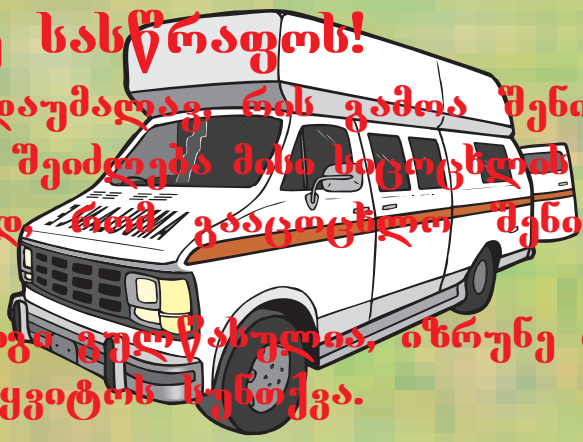
პანიკური შეტევები – თუ შენ მეგობარს შიშები ან პარანოია დაეწყო ან პანიკაშია, გაიყვანე მშვიდ ოთახში, შესთავაზე ცხელი სასმელი ან წყალი და ელაპარაკე. არსად არ გაუშვა. თუ მას ჰიპერვენტილაციის შეტევა დაეწყო, ეცადე აიყოლიო და ერთ რითმში ისუნთქოთ.

გულის წასვლა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, მოიყვანე იგი სტაბილურ მდგომარეობაში (იხ. გვ. 134–135).

დაურეკე სასწრაფოს!

ექიმებს ნუ დაუმალავ, რის გამოა შენი მეგობარი ცუდად. ამით შეიძლება მისი სიცოცხლის გადარჩენა.

- იყავი მზად, რომ გააცოცხლო შენი მეგობარი (იხ. გვ. 135)
- როდესაც იგი გულწასულია, იზრუნე იმაზე, რომ მან არ შესწყვიტოს სუნთქვა.



ქრეკი

რა არის კრეკი?

კრეკი არის კოკაინის ფუძე, რომელიც 80–100% სუფთაა და ამიტომ ბევრად უფრო საშიშია, ვიდრე ე.წ. "ქუჩის" კოკაინი, რომელიც მხოლოდ 30–60% კოკაინს შეიცავს. ორგანიზმზე კრეკი ბევრად უფრო სწრაფად მოქმედებს, ვიდრე კოკაინი. მისი ზემოქმედება ჰგავს კოკაინისას, მაგრამ უფრო ძლიერია.

კრეკის გამოშვების ფორმები

კრეკი არის კრისტალური ნივთიერება, რომელიც პატარა კენჭების მსგავსია. ზოგჯერ მისი სიდიდე ქვიშის ცალკეული მარცვლის ზომისაა, მაგრამ არსებობს 2 სმ დიამეტრის მქონე კრეკიც. მას აქვს ღია ყვითელი ან თეთრი ფერი. თავისუფალი ფუძე არის თეთრი წმინდა ფხვნილი, რომელიც ვანილის ფხვნილს წააგავს.

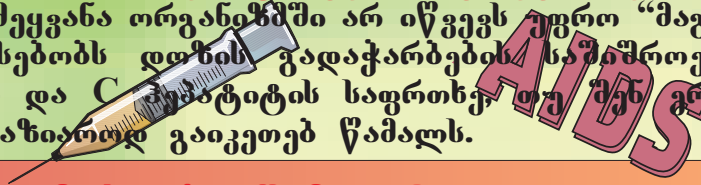
კრეკის ზემოქმედება

კრეკს ძირითადად ეწევიან. იგი რამდენიმე წამში იწყებს მოქმედებას და 15 წუთის განმავლობაში გრძელდება. ადამიანი გრძნობს:

- წარმოუდგენელ ეიფორიას, აღფრთოვანებას და ენერგიის მომატებას
- თავს კარგად გრძნობს. ყველა სხვა ე.წ. "ქუჩის" ნარკოტიკული საშუალებიდან ყველაზე ძლიერი "კაიფი" აქვს კრეკს.

გაფრთხილება!
კერკი ყველა სტიმულატორზე უფრო ძლიერია და მის მოხმარებას დიდი უსიამოვნება მოაქვს!

არასოდეს გაიკეთო კრეკი ნემსით!



კრეკის შპრიცით შეყვანა ორგანიზმში არ იწვევს უფრო "მაგარ კაიფს", მაგრამ არსებობს დიზის, ვადაჭარბების, საშიშროება. არსებობს შიდსის, B და C ჰეპატიტის საფრთხე, თუ შენ ერთი შპრიცით სხვასთან საზიზღოდ გაიკეთებ წამალს.

რა მოხდება შემდეგ?

კრეკი აგიტაცებს შენ საფრენად, მაგრამ 5–15 წუთის შემდეგ ყოველივე ეს ქრება. 20 წუთში იწყება უსიამოვნო შედეგები.

- შენ გაქანავებს და ვერ აკონტროლებ შენს მოძრაობებს
- შენ კანკალებ, თითქოს საყინულეში იჯდე
- შენ ხარ დასუსტებული და დაღლილი
- შენ ხარ აფორიაქებული და დეპრესიული
- შენ თავს გრძნობ მარტო და საფრთხეში, თითქოს რაიმე გემუქრება
- შენ ხარ აგზნებული და აგრესიული

ეს "დაშვება" შეიძლება გაგრძელდეს რამდენიმე დღე.

- კრეკის მომხმარებლები ამბობენ, რომ "დაშვება" აუწერლად საშინელი პროცესია
- რეგულარული მომხმარებლები იღებენ სულ უფრო და უფრო მეტ კრეკს, რათა "კაიფის" მსგავსი რამ განიცადონ
- ზედმეტი კრეკი იწვევს ჯოჯოხეთურ "დაშვებას" და სიკვდილის საშიშროებას!

სხვა საშინელი მოულოდნელობები კრეკთან დაკავშირებით

ფსიქიკური პრობლემები – შენ გრძნობ საშინელ აგრესიას, ზიზღს და უნდობლობას სხვა ადამიანებისადმი, ოჯახისა და მეგობრების მიმართ. კარგავ კავშირს რეალობასთან და აღარ შეგიძლია სიტუაციების რაციონალურად შეფასება.

სოციალური პრობლემები – ბევრი მომხმარებელი ყიდის ეფექტაფერს, რაც მას გააჩნია, რათა იშოვოს ფული. როცა გახდები ალკოჰოლიკი, ალკოჰოფერი რჩება, ჩადიან დანაშაულს და ხვდებიან საშიშროებაში.

სრული იზოლაცია – როდესაც შენ ეშვები, არ გსურს არავინ შენს გარშემო და არც არავის არ სურს შენთან ყოფნა. იზოლაცია სულ უფრო იზრდება, ცხოვრება კარგავს აზრს.

კრეკს თავს ვერ ანებებ

კრეკს თუ ერთხელ მიიღებ, ველარ ეშვები. ეს შეიძლება ყოველთვის ასე არ არის, მაგრამ უნდა ითქვას, რომ კრეკი ყველა სხვა ნარკოტიკულ საშუალებასთან შედარებით, იწვევს ძლიერ ფიზიკურ დამოკიდებულებას. ორგანიზმს სულ უფრო მეტის მიღება სურს. ასევე ფსიქიკურადაც შეიძლება დამოკიდებულად იქცე და იფიქრო, რომ სამყარო კრეკის გარეშე მართლაც რომ აუტანელი იქნებოდა. მაგრამ შენ ვერ ხვდები, რომ სწორედ კრეკი ხდის შენს ცხოვრებას აუტანელს.

შენ თუ კრეკთან დაკავშირებით პრობლემა გაქვს, მიმართე პროფესიონალურ დახმარებას!

როგორ დავანებოთ თავი კრეკს?

კრეკის თავის დანებება ძალიან ძნელია, რადგან მასზე მოთხოვნილება უსაზღვროდ დიდი გაქვს. თუ შენ კრეკს იღებ ან ხანდახან ცვლი მას სხვა საშუალებით, ეს მაინც გიჭირს, რადგან გინდა მიიღო სულ უფრო მეტი. შენ ხდები დეზორიენტირებული, პანიკური, დეპრესიული. ამიტომ ყველა მომხმარებელი დგას თვითმკვლელობის საფრთხის წინაშე!!!

სანამ შენ მიხვდებოდე, კრეკი შენს აზროვნებას იპყრობს. შენ უკვე დაპყრობილი ხარ მის მიერ. შენ ყველაფერს გააკეთებ მისთვის

ნარკოტიკების კომბინაცია

კრეკი თავისთავად იმდენად ძლიერია, რომ სხვა ნარკოტიკული საშუალების დამატება სიკვდილს ნიშნავს. ზოგს სურს, რომ ჰეროინით შეიმსუბუქოს გამოსვლა, მაგრამ ეს ნამდვილად შეცდომაა.

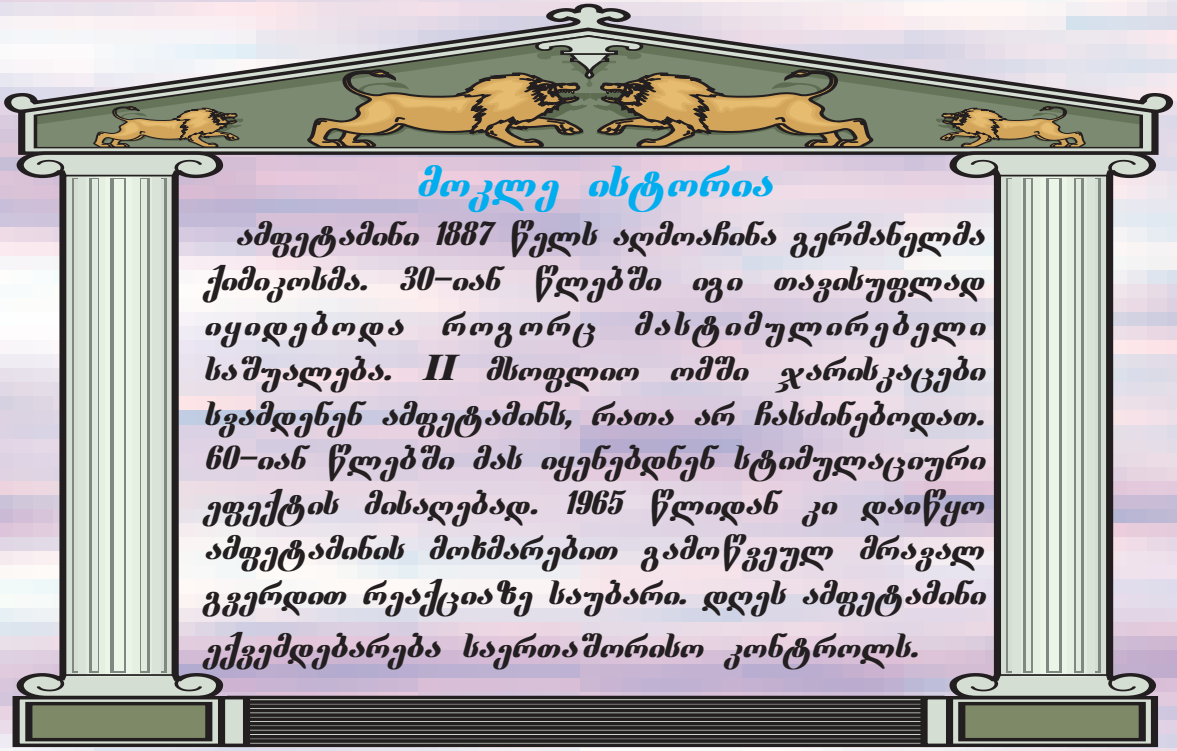
სამართლებრივი მდგომარეობა

კრეკი ისევე ექვემდებარება კანონს, როგორც სხვა ნარკოტიკები

- მისი ფლობა, გაყიდვა ან გაჩუქება აკრძალულია
- კრეკის მცირე ოდენობით ფლობაც კი დასჯადია, რასაც შეიძლება მოჰყვეს თავისუფლების აღკვეთა

რა არის ამფეტამინი?

ამფეტამინი, ალფა-მეთილფენეთილამინი, არის სტიმულატორული ნარკოტიკი, რომელიც პირველად 100 წლის წინ იქნა სინთეზირებული. ეს არის ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე მოქმედი ძლიერი საშუალება, რომელიც ადამიანს აღავსებს ძალით და უშიშარს ხდის.

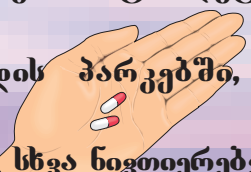


მოკლე ისტორია

ამფეტამინი 1887 წელს აღმოაჩინა გერმანელმა ქიმიკოსმა. 30-იან წლებში იგი თავისუფლად იყიდებოდა როგორც მასტიმულირებელი საშუალება. II მსოფლიო ომში ჯარისკაცები სვამდნენ ამფეტამინს, რათა არ ჩასძინებოდათ. 60-იან წლებში მას იყენებდნენ სტიმულაციური ეფექტის მისაღებად. 1965 წლიდან კი დაიწყო ამფეტამინის მოხმარებით გამოწვეულ მრავალ გვერდით რეაქციაზე საუბარი. დღეს ამფეტამინი ექვემდებარება საერთაშორისო კონტროლს.

არსებობის ფორმები

- ამფეტამინი ძირითადად არის თეთრი ან ღია ყავისფერი ფხვნილი, რომელიც მარილს წააგავს, იგი აგრეთვე არსებობს ტაბლეტების, კაფსულებისა და მალამოს სახითაც
- ამფეტამინის დაფასოება ხდება ქაღალდის პარკებში, ე.წ. კონვერტებში, რომელიც შეიცავს 1 გრამს
- ხშირად ამფეტამინის წონის მომატების მიზნით სხვა ნივთიერებებსაც ურევენ და წმინდა ამფეტამინი მხოლოდ 5 მილიგრამია. ეს მინარევები განსაკუთრებით შეყნოსვის ან ინექციის დროს ძალზე საშიში შეიძლება იყოს. არავინ იცის, ერთ კონვერტში მოთავსებული ფხვნილიდან რამდენია სუფთა ამფეტამინი, ამიტომ ნახევარ მასას უკვე შეიძლება საკმაოდ ძლიერი ზემოქმედება ჰქონდეს.



ამფეტამინის გამოყენება

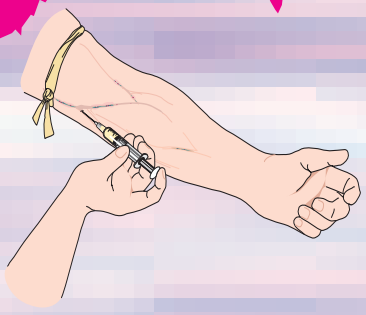
გადაყლაპვა – ყველაზე ნაკლებად ამფეტამინი მაშინ არის საშიში, როცა მას ყლაპავენ.

შესუნთქვა – ზეგჯერ სასმელი მილით ან დახვეული ფულის კუპიურით შეიყნოსავენ. შესუნთქვისას იგი უფრო სწრაფად და ინტენსიურად მოქმედებს, ვიდრე სხვა შემთხვევებში. შესუნთქვა აზიანებს ცხვირის შიდა გარსს.

ინექცია – ზოგიერთი მოშხმარებელი მას შპრიცით იღებს, რაც ძალზე საშიშია. ამ შემთხვევაში დიდია გადაჭარბებული დოზის მიღების ალბათობა, რადგან დოზის სიძლიერე ზუსტად ადამიანმა არასოდეს არ იცის. გულმა შეიძლება ვეღარ გაუძლოს. თუ რამდენიმე ადამიანმა გამოიყენა ერთი და იგივე შპრიცი, არსებობს ისეთი ინფექციების საშიშროება, როგორიცაა შიდსი, B ან C ჰეპატიტები.

ამფეტამინის გამოშვების ფორმები

ნუ მიიღებ შპრიცით!



რა შეიძლება მოხდეს?

ამფეტამინი ასტიმულირებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას. იგი მოქმედებს როგორც ადრენალინი. მატულობს არტერიული წნევა და სხეულის ტემპერატურა, ძლიერდება გულისცემა.

მინები

ამფეტამინის ზემოქმედება

ამფეტამინის ზემოქმედება წინასწარ მხოლოდ იმ შემთხვევაში შეიძლება განვსაზღვროთ, თუ მას ცოტა რაოდენობით მივიღებთ. დიდმა დოზამ მოულოდნელი არასასიამოვნო რეაქციები შეიძლება გამოიწვიოს.

- ამფეტამინის მიღებიდან 20–30 წუთში (შეყნოსვის ან ინექციის შემდეგ უფრო სწრაფად) მთელ ორგანიზმს ედება პირველი ტალღა, ადამიანი გრძნობს ძალების მოზღვავებას, სიფხიზლეს და საკუთარ თავში დარწმუნებას
- გგონია, რომ ყველა და ყველაფერი აჩქარებულია. გგონია, რომ შეგიძლია შეუძლებელის გაკეთება, მაგ., ავტომობილის ძალიან სწრაფად ტარება. მაგრამ ეს ასე არ არის
- ხშირად საათობით აგზნებული ხარ, ხარ ფხიზლად და შეგიძლია იცეკვო შეუჩერებლად
- ბევრი ათას სისულელეზე იწყებს ლაპარაკს
- ამფეტამინი მაღლა სწევს სხეულის ტემპერატურას. არსებობს სწრაფად გადახურების საფრთხეც. ეს საფრთხე კიდევ უფრო იზრდება, თუ ამფეტამინს ალკოჰოლს ან ექსტაზს დაამატებ.

იწვევს თუ არა დამოკიდებულებას?

იწვევს!

სისტემატური მიღების შემდგე არსებობს ფსიქიკური დამოკიდებულების საფრთხე. ერთადერთი საშუალება იმისა, რომ თავი დააღწიო დეპრესიას და დაღლილობას, არის ამფეტამინის დამატება. თუ ეს სიმპტომები რამდენიმე დღე გაგრძელდა, მაშინ ადამიანი სრულიად ნადგურდება, ხდება ნერვიული, უჩნდება ფსიქიკურად დაავადებულის ნიშნები.

ყურადღება!
ნუ მიიღებ ალკოჰოლს
ამფეტამინთან ერთად!

მეგობრებთან დარჩენა – მეგობრებთან ერთად ყოფნისას შეგიძლიათ ერთმანეთს მიაქციოთ ყურადღება. ყოველთვის უთხარით ერთმანეთს, რა გაქვთ გაკეთებული.

დაკარგული სითხის ბალანსი – სტიმულატორების მიღებისას მატულობს სხეულის ტემპერატურა. გადახურებული სხეული ოფლად იწურება და უამრავ სითხეს კარგავს. დაკარგული სითხე უნდა შეივსოს. ყოველ ნახევარ საათში მიიღე სითხე, ხილის წვენები ან წყალი. **ნუ დალევ ალკოჰოლს!**

ალკოჰოლი ახდენს დეჰიდრატაციას და ამფეტამინთან ერთად იწვევს გართულებებს.

მინერალური ნივთიერებების შევსება – გაოფლიანებისას ორგანიზმი ძალიან ბევრ მარილსა და მინერალურ ნივთიერებას კარგავს. იმისათვის, რომ ეს დანაკარგი შეივსოს, უნდა ჭამოთ მარილიანი ჩიპსები და მარილიანი მიწის ასხვა, თუნდაც თქვენ შიმშილს ვერ გრძნობდეთ.

სისტემატური გაგრილება – ხანგრძლივმა ცეკვამ შეიძლება ორგანიზმის გადახურება გამოიწვიოს. ცოტა ხნით გასაგრილებლად გადით ხოლმე სხვა მოსასვენებელ ოთახში. შენ შეგიძლია ცივი წყალიც შეისხა ან გარეთ გახვიდე. ნურასოდეს დაიხურავ ამ დროს თავსაბურავს, რადგან ამასაც გადახურება მოსდევს.

ამფეტამინი და ექსტაზი

ბევრი ადამიანი ამფეტამინსა და ექსტაზს ერთმანეთში ურევს, რადგან მათ ექსტაზისაგან დადებითი ემოციების, ხოლო ამფეტამინისაგან ენერგიის მოზღვავება სურთ. ასეთი კომბინაცია აორმაგებს გადახურების ან გულის ინფარქტის ალბათობას.

ეს ყოველთვის არ არის მზის სხივი

ამფეტამინმა შეიძლება ადამიანს სიამოვნება არ მიანიჭოს. ყოველი ადამიანი ინდივიდუალურად რეაგირებს ამფეტამინზე

- ენერგიის მოზღვავების, თვითდარწმუნების ნაცვლად შეიძლება შიში და აგზნება დაგეუფლოს
- გულისცემის გაძლიერებამ და კუნთების ოროთოლვამ შეიძლება ადამიანს კონტროლის უნარი დააკარგვინოს
- მიღებიდან 12 საათის შემდეგ შეიძლება მაინც ვერ მოახერხოს დაძინება. მეორე დღეს ადამიანი თავს დაღლილად და სუსტად გრძნობს. ამასთან დარღვეულია ძილის რითმი.

რა შეიძლება მოხდეს?

ამფეტამინი იწვევს საკმაოდ სერიოზულ შემდგომ გართულებებს

გადახურება – სხეულის ტემპერატურა უცბად შეიძლება 38^{0}C–მდე ავარდეს და ადამიანს შეიძლება მოჩვენებები განუვითარდეს. როდესაც ადამიანი სითხეს კარგავს, მას შეიძლება მოუვიდეს ორგანიზმის გადახურება და გული წაუვიდეს.

ტვინის შეშუპება – ერთბაშად ბევრი წყლის დალევისას შეიძლება მოხდეს ტვინის წყლით გაჯერება, რასაც ცნობიერების დაკარგვა და უცაბედი სიკვდილი მოსდევს. რისკი ფაქტიურად იმაზეა დამოკიდებული, თუ რამდენად ოფლიანდება ადამიანი. საათში 1,5 ლიტრ წყალზე მეტის დალევა ძალიან საშიშია.

ტკივილები და გულისრევა – ადამიანს შეიძლება დაეწყოს სპაზმები, ან საშინლად უფეთქავდეს გული, ან გულიც აერიოს.

უცაბედი გულის შეტევა – ამფეტამინმა შეიძლება გამოიწვიოს გულის ინფარქტი და უეცარი სიკვდილი ახალგაზრდა ჯანმრთელ ადამიანშიც კი.

ღვიძლისა და თირკმლების ფუნქციონირების დარღვევა – ეს შესაძლებელია მოხდეს, თუ დიდი დოზით ალკოჰოლს დააყოლებ. თუ ორივეს ერთად მიიღებ, შედეგი მომაკვდინებელი იქნება.

მაღალი წნევა – ტვინში სისხლის ბატარა კაპილარები შეიძლება გასკდეს. შედეგი არის კომა და ინვალიდობა.

ჰიპერვენტილაცია – სუნთქვა არათანაბარი ხდება.

სიცოცხლისათვის საშიში სიტუაციები შეიძლება წარმოიქმნას იმ შემთხვევაში, თუ ამფეტამინს სხვა ნარკოტიკულ საშუალებასთან ერთად მიიღებ, როგორიცაა ექსტაზი, კეტამინი ან ალკოჰოლი. ადამიანი ამ დროს ყინულივით ცივია, საშინლად კანკალებს და ისეთი შეგრძნება აქვს, თითქოს კვდება (ეს შეიძლება ასეც მოხდეს). ადამიანს აღარ შეუძლია მოძრაობა და ლაპარაკი. ექმნება ისეთი შთაბეჭდილება, თითქოს დაუსრულებლად ძილ–ბურანში იძირება და ვეღარასოდეს გაიღვიძებს (რაც აგრეთვე შესაძლებელია).

თუ ვინმეს ასეთი სიმპტომები ექნება, მაშინვე დაურეკე სასწრაფოს!

გაფრთხილება!
ადამიანებისათვის, რომლებსაც სუსტი გული ან მაღალი წნევა აქვთ, ამფეტამინის მიღება არაფრით არ შეიძლება!

ამფეტამინი და ალკოჰოლი

ალკოჰოლს ამფეტამინისაგან განსხვავებით სრულიად საწინააღმდეგო ზემოქმედება აქვს. ორივე ერთად კი სწრაფად მოქმედებს, ისე, რომ შენ აგრესიული ხდები და/ან სექსუალურად იგზნები. შენ საკუთარ თავში დარწმუნებული და ენერგიით სავსე ხარ. გაქვს სექსუალური ურთიერთობების მცდელობა ან ამისათვის იყენებ ძალადობას, რასაც სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებები ან არასასურველი ფეხმძიმობა შეიძლება მოჰყვეს. სავარაუდოა, რომ უფრო მეტი ალკოჰოლის მიღების სურვილი დაგებადოს.

სამართლებრივი მდგომარეობა

- ამფეტამინის ფლობა, გაყიდვა ან გაჩუქება კანონით აკრძალულია
- ვისაც აღმოაჩნდება ამფეტამინი მცირე რაოდენობით, ემუქრება თავისუფლების აღკვეთა
- დიდი რაოდენობით ამფეტამინის მფლობელს ემუქრება თავისუფლების აღკვეთა ხანგრძლივი ვადით

როცა "კაიფი" გაგივლის

- შენი ორგანიზმი იცლება ენერგიისგან
- შენ გეძინება, ხარ დასუსტებული და დაღლილი
- შენ თავს დაღლილად და დამცირებულად გრძნობ
- შესაძლებელია ბევრ უსიამოვნო რამეზე ფიქრობდე
- შენ თავი ადამიანებისგან იზოლირებული გგონია
- ხარ ძალიან დაღლილი, მაგრამ შენი აზრები არ გაძლევენ იმის საშუალებას, რომ დაიძინო

ზოგიერთი სვამს დამამშვიდებელ საშუალებებს, რათა დაიძინოს, მაგრამ შენ არასოდეს არ იცი, რამდენი ხანი რეაგირებს შენი სხეული ნარკოტიკებზე. ამიტომ ნუ მიიღებ დამამშვიდებელ საშუალებებს!

გაფრთხილება!

ნურასოდეს მიიღებ სხვა ნარკოტიკს იმისთვის, რომ გამოსვლა გაიადვილო. ამით შენ ამ პრ[illegible] უფრო გაახანგრძლივებ და გამოსვლა კიდევ უფრო გაგიჭრდება!

როგორ გამოვიდეთ?

შენს მეგობართან ერთად წადი სახლში

იმისათვის, რომ მოეშვე და გათბე, შეგიძლია მიიღო აბაზანა, გამოიცვალო ტანსაცმელი და დალიო ტკბილი ჩაი

უმჯობესია, თუ კარგად დანაყრდები. წყალი, შოკოლადი, რძე, ბანანი, ხილი და ნაყინი ძალიან დაგეხმარება მდგომარეობიდან გამოსვლაში

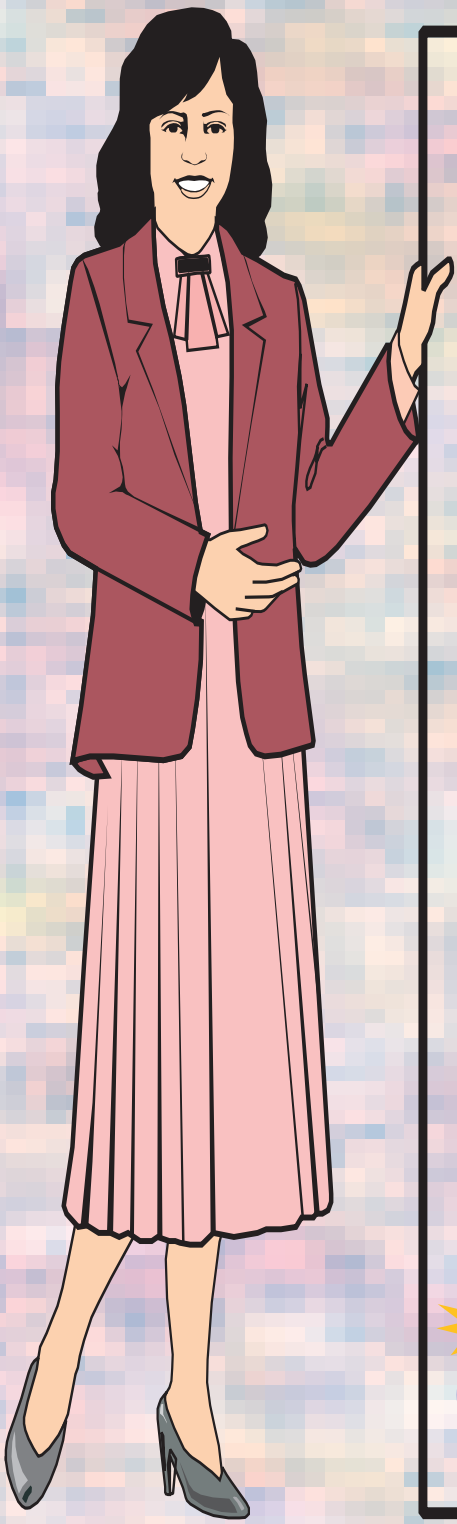
მოუსმინე მშვიდ მუსიკას

ეცადე დაიძინო, მხოლოდ ასე შეძლებ დასვენებას.

საფასური, რომლის გადახდაც უწევს ორგანიზმს

შენმა ორგანიზმმა და შენმა საფულემ საკმაოდ ძვირი უნდა გადაიხადოს. ამფეტამინმა შენი ორგანიზმი აიძულა, გამოყოს ენერგია. როდესაც წყდება ნარკოტიკის მოქმედება, საშინლად დაღლილი ხარ და თავს ცუდად გრძნობ. ამფეტამინის ხშირმა მიღებამ შეიძლება სერიოზული ფსიქიკური აშლილობები და ფსიქოზი გამოიწვიოს. ეს ნიშნავს, რომ შენ ხარ აფორიაქებული და ყველას მიმართ უნდობლობას განიცდი.

გაფრთხილება!
ნუ მიიღებ ამფეტამინს სისტემატურად, რომ შენთვის მისი მიღება აუცილებლობად იქცეს!



თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

პანიკა და შიში – თუ შენს მაგობარს პანიკა და შიშის გრძნობა დაეუფლა, გაიყვანე წყნარ ოთახში. შეასხი წყალი სახეზე და ესაუბრე. მას ნურსად ნუ გაუშვებ. თუ მას ჰიპერვენტილაცია დაეწყო, ეცადე აიყოლიო იგი, რომ შენს რითმში ისუნთქოს.

ცნობიერების დაკარგვა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე იგი ისე, როგორც ეს 134 გვ–ზეა ნაჩვენები. **დაურეკე სასწრაფოს!** აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა

- იყავი მზად დაეხმარო მეგობარს, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135)
- მიაქციე ყურადღება შენი მეგობრის სუნთქვას, თუ მან ცნობიერება დაკარგა.

გადახურება – გადაიყვანე შენი მეგობარი გრილ ადგილას და დაალევინე მას იზოტონური სასმელი, ხილის წვენი ან წყალი პატარა ყლუპებით. მან სწრაფად არ უნდა დალიოს. თავზე დაასხი ცივი წყალი, თუ თავი გახურებული აქვს. **მიმართე სამედიცინო დახმარებას!**

ლაპარაკის ან მოძრაობის უნარის დაკარგვა – ეს ორი სიმპტომი სიცოცხლეს დიდ საფრთხეში აგდებს. თუ შენი მეგობარი საშინელმა სცივემ და კანკალმა აიტანა, დრო არ უნდა დაკარგო. ეცადე, რომ შენს მეგობარს არ ჩაეძინოს.

დაურეკე სასწრაფო დახმარებას!

რა არის მეთილამფეტამინი?

მეთამფეტამინი ანუ მეთილამფეტამინი არის სინთეზური სტიმულატორი. იგი მოქმედებით წააგავს ამფეტამინს, მაგრამ გაცილებით უფრო ძლიერია. მისი მოქმედების თანაფარდობა ამფეტამინთან ისეთივეა, როგორც კრეკისა კოკაინთან.

მეთილამფეტამინი

გვხვდება

თეთრი ან ქვიშისფერი ფხვნილის სახით, რომელიც როგორც ამფეტამინი, პატარა კონვერტებში დაფასოებული იყიდება სხვადასხვა ფორმის, ზომისა და ფერის ტაბლეტების სახით. ზოგიერთ მათგანს შეიძლება ეწეროს "Speed King".

მეთამფეტამინის გამოყენება

ყველაზე უსაფრთხო მეთოდია მისი მიღება გადაყლაპვის საშუალებით. მოქმედება იწყება მიღებიდან დაახლოებით ნახევარი საათის შემდეგ. რაოდენობრივად მეთამფეტამინის გაცილებით ნაკლები რაოდენობაა საჭირო იგივე შედეგის მისაღწევად, ვიდრე ამფეტამინისა.

მოწევა იწვევს მეთამფეტამინის ეფექტის დაჩქარებას. ჩვეულებრივ, ფხვნილს არ ეწევიან, რადგან მისი ეფექტურობა გახურებისას კლებულობს.

არასოდეს არ მიიღო მეთამფეტამინი შპრიცით და არ შეურიო იგი სხვა ნარკოტიკებს!!!

მეთამფეტამინის ზემოქმედება

- ამ სტიმულატორის მცირე რაოდენობაც კი საკმარისად ძლიერად მოქმედებს. ეს ზემოქმედება დიდხანს გრძელდება
- მისი ზემოქმედების სიძლიერე და ხანგრძლივობა დამოკიდებულია ადამიანის წონაზე და მიღებული მეთამფეტამინის რაოდენობაზე
- "კაიფი" ძალიან ინტენსიურია, ადამიანი ეიფორიაშია, გრძნობს ენერგიის მოზღვავებას და თავი დაუმარცხებელი ჰგონია
- აღენიშნება სექსუალური აგზნება

რა არის უსიამოვნო?

მეთამფეტამინმა შეიძლება გამოიწვიოს არასასიამოვნო ჰალუცინაციები, რის გამოც ადამიანმა შეიძლება თავის მოქმედებებსა და გრძნობებზე კონტროლი დაკარგოს. მისი ზემოქმედების ქვეშ ადამიანებს არაერთხელ ჩაუდენიათ ისეთი დანაშაულები, როგორიცაა გაუპატიურება და სხვა ფიზიკური ძალადობა.

რა ხდება შემდეგ?

გამოსვლა მეთამფეტამინის "კაიფიდან" ბევრად უფრო ძნელია, ვიდრე ამფეტამინის მიღებისას

- რამდენიმე დღის განმავლობაში შენ არ გტოვებს მოწყვეტილობის და არაქათგამოცლის გრძნობა
- შენ ყველაფერი გაღიზიანებს, ადვილად გაგზნებს, გეუფლება პანიკა
- რამდენიმე კვირაში შენი საქციელი ხდება ექსცენტრული, გაჩნდება ეჭვები და არასწორი აზრები
- ზოგჯერ ადგილი აქვს მოჩვენებებსაც და სხვა ფსიქოზურ მოვლენებს, რომელიც ხშირად შეუქცევად ხასიათსაც ატარებს

"ყინულზე სრიალი და მოცურება"

- ეს ნარკოტიკი მეტად საშიშია და მან შეიძლება სიკვდილამდე მიიყვანოს მომხმარებელი
- იგი განსაკუთრებით საშიშია, თუ შენ ისეთ ადგილზე იმყოფები, სადაც სასწრაფო სამედიცინო დახმარებას უცებ ვერ აღმოგიჩენენ
- მისმა მიღებამ შეიძლება ისე სწრაფად აგიწიოს სხეულის ტემპერატურა და ისეთ სიმაღლეზე, რომ სასიკვდილო აღმოჩნდეს შენთვის
- მან შეიძლება გამოიწვიოს გულის ინფარქტი
- ამ ნარკოტიკის მიღება ძალიან ძალე იქცევა ჩვევად. ვინც სისტემატიურად ღებულობს მას, ძალე სულ უფრო და უფრო მეტი რაოდენობით მეთამფეტამინი სჭირდება, რომ ნორმალურად იყოს
- არსებობს გადაჭარბებული დოზის დიდი საფრთხე, ვინაიდან სულ მცირე რაოდენობაც კი შეიძლება გამოიწვიოს ზედმეტი, გამოიწვიოს კრუნჩხვები, გულის წასვლა და სიკვდილი
- მცირე დროის განმავლობაში მეთამფეტამინის მომხმარებელი ფიზიკურად დამოკიდებული ხდება ამ ნარკოტიკის მიმართ
- თუ ამ ნარკოტიკს სისტემატურად იღებ, შენ ფსიქიკურადაც დამოკიდებული ხდები მის მიმართ და აღარ შეგიძლია მის გარეშე ცხოვრება

სამართლებრივი მდგომარეობა

მეთამფეტამინის მოხმარება და მისი ფლობა კანონით აკრძალულია ყველა ქვეყანაში და მათ შორის საქართველოშიც. მისი მცირე რაოდენობით ფლობაც კი იწვევს სისხლის სამართლის პასუხისმგებლობას

დახმარება

თუ შენ ან შენ ნაცნობებს პრობლემები გაგიჩნდათ მეთამფეტამინთან დაკავშირებით, სასწრაფოდ მიმართეთ პროფესიონალებს დახმარებისათვის!

რა არის ექსტაზი?

დასავლეთის ქვეყნებში ფართოდ გავრცელებული ე.წ. სადისკოთეკო ნარკოტიკი ექსტაზი არის ქიმიური ნაერთი 3–4–მეთილენდიოქსი–N–მეთილამფეტამინი ანუ MDMA. ეფექტი მასტიმულირებელია და აგრეთვე ჰალუცინაციური. ექსტაზი მოქმედებს ემპათიურად, ვინაიდან იგი თავის ტვინში ათავისუფლებს ადამიანის ხასიათზე და გუნება–განწყობაზე მოქმედ ნივთიერებებს, სეროტონინს და L–დოფას. იგი იწვევს სიყვარულისა და კეთილგანწყობის შეგრძნებას. გრძნობ, რომ უყვარხარ და ბედნიერების გრძნობით ხარ აღსავსე. ექსტაზი ადამიანებს მეგობრულებს და კეთილგანწყობილებს ხდის.

მოკლე ისტორია

ექსტაზი (MDMA) აღმოაჩინეს აშშ–ში 1912 წ. თავიდან იყენებდნენ როგორც მადის მომგვრელ საშუალებას. მას შემდეგ, რაც აღმოაჩინეს მისი დამამშვიდებელი ზემოქმედება, მას იყენებდნენ საოჯახო კონსულტაციებში წყვილების ერთმანეთთან შესარიგებლად. 1988 წლიდან კი ექსტაზი ყველაზე გავრცელებული საცეკვაო ნარკოტიკია.

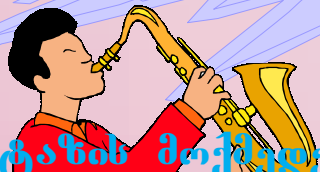
გამოშვების ფორმები

ექსტატის ტაბლეტები სხვადასხვა ზომისა და ფერისაა. ხშირად მათზე ინიციალებია (ლოგოები) ამოტვიფრული.

MDMA შეიძლება შერეული იყოს სხვა ნივთიერებებთან ან ნარკოტიკებთან, მაგ., პუდრა, ამფეტამინი ან სელეგილინი (პარკინსონის დაავადების საწინააღმდეგო საშუალება), რასაც საშინელი გვერდითი მოვლენები ახლავს თან.

სინამდვილეში გასაყიდი ტაბლეტების მხოლოდ ერთი მესამედი შეიცავს საკმარისი რაოდენობით MDMA-ს რომ "ნამდვილი ექსტაზი" განიცადო. მრავალ სახეობას გაუკეთდა ანალიზი: მაგ., ერთ–ერთ მათგანში მხოლოდ 29 მგ MDMA იყო, მეორეში – 170 მგ, მესამეში – საერთოდ არა. იგი შედგებოდა მხოლოდ კეტამინისაგან და საშინლად უსიამოვნოდ მოქმედებდა.

ყურადღება!
ერიდეთ უჩვეულო უსიამოვნო განცდებს!



ექსტაზის მოქმედება

მოქმედება იწყება დაახლოებით 30 წუთში, 1 საათში აღწევს მწვერვალს და გრძელდება 2–3 საათი. ფაზლება აღთქმა.

- სიცოცხლე უფრო მშვენიერი გეჩვენება. ყველაფერი მკვეთრად აღიქმება, სინათლე და ფერები უფრო ინტენსიურია, ხმები კი განუმეორებელი
- მუსიკა უფრო ხმამაღალი გეჩვენება, ტაქტი უფრო შეუმჩნეველი, თითქოს ისინი შიგნიდან მოდიან
- ენერგიის დონე იმდენად იწევს მაღლა, რომ გსურთ მთელი ღამე იცეკვო და იმოძრაო
- ყველას ერთმანეთი უყვარს, თითქოს ერთი დიდი ბედნიერი ერთობის ნაწილი ხარ

ყველაფერი შენს გარშემო საოცრად ჰარმონიული გეჩვენება

ფრთხილად!

შეიძლება ერთი ტაბლეტიც კი სასიკვდილო აღმოჩნდეს!

✓ გაფრთხილება!
ადამიანისათვის, რომელსაც მაღალი წნევა და სუსტი გული აქვს, ექსტაზი განსაკუთრებით საშიშია!!!

არც თუ ისე სასიამოვნო მოვლენები

ექსტაზის მიღებით გამოწვეული უსიამოვნო შეგრძნებები არც თუ ისე იშვიათია

- გული გიცემს და თავს ცუდად გრძნობ, თითქოს გულიც უნდა აგერიოს
- შეიძლება ზედმეტად მასტიმულირებელი აღმოჩნდეს და პანიკაში ჩავარდე. ხელ-ფეხი გაგიშეშდეს, სახეზე ერუნჩხვები დაგეწყოს. მეორე დღეს მთელი სხეული გტკივა
- შეიძლება ჰალუცინაციებიც დაგემართოს
- საათების მანძილზე ცეკვა გაგასუსტებს. ოფლიანობის გამო კარგავ მარილებს, მთელი შენი ენერგია სწრაფად იხარჯება. წყლის დანაკლისმა შეიძლება სითბური დაკვრა გამოიწვიოს
- შეიძლება უეცრად მეხსიერება დაკარგო
- შეიძლება მოძრაობები ვეღარ აკონტროლო და წონასწორობა დაკარგო
- როცა ზემოქმედება გაივლის, თავს უსიცოცხლოდ გრძნობ.

შეიძლება პანიკის შეტევები, დეპრესია და პარანოია დაგეუფლოს.

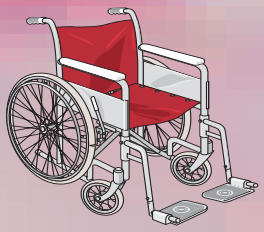
იწვევს თუ არა ექსტაზი დამოკიდებულებას?

ექსტაზის ხშირი გამოყენებისას ქრება ყოვლისმომცველი სიყვარულის შეგრძნობა და ზემოქმედება შემოიფარგლება მხოლოდ სტიმულირებით. ვინც ექსტაზს ხშირად იყენებს, შეიძლება განუვითარდეს მასზე დამოკიდებულება, ჰქონდეს უძილობა, დეპრესია, პარნოია და შიშები!

რეალური საშიშროება

ტემპერატურის კონტროლი – ექსტაზი გავლენას ახდენს თავის ტვინში ტემპერატურის რეგულაციის ცენტრზე და სხეულის ტემპერატურამ შეიძლება ნორმალურს გადააჭარბოს. შეიძლება ჰალუცინაციები დაგემართოს ან გულის გაჩერებით დაიღუპო!

ტვინის შეშუპება – როდესაც გახურებული ხარ, რაც შეიძლება ბევრ წყალს სვამ. ამას შეუძლია ტვინის შეშუპება გამოიწვიოს და გონების დაკარგვასა და სწრაფ სიკვდილამდე (12 საათის განმავლობაში) მიგიყვანოს



საშიში ხილვები – შეიძლება კოშმარული ჰალუცინაციები გამოიწვიოს. თუ განმეორებით მიიღებ ექსტაზს, ისინიც განმეორდება. შეიძლება არაბუნებრივი ძალების მოზღვავება იგრძნო და გადააჭარბო კიდეც შენს შესაძლებლობების შეფასებას, მაგ., სიმაღლიდან გადმოხტე

თავის ტვინის დაზიანებები – ექსტაზს შეუძლია შეაფერხოს სისხლის მიწოდება თავის ტვინში და დამბლა (ახალგაზრდებშიც კი) გამოიწვიოს. შედეგი კი ინვალიდობა, მოძრაობის შეუძლებლობა და აზროვნების შეზღუდვაა

ღვიძლისა და თირკმლების დაზიანება – თუ რაიმე გაწუხებს, შეიძლება ერთმა ტაბლეტმაც კი მომაკვდინებელი შედეგები, ღვიძლისა და თირკმლების ფუნქციონირების დარღვევა გამოიწვიოს, რასაც წინასწარ ვერ განსაზღვრავ

სიცოცხლისათვის საშიში მდგომარეობა – შეიძლება ადგილი ჰქონდეს სერიოზულ გვერდით ეფექტებს, თუ ექტაზს სხვა ნარკოტიკებთან ერთად მიიღებ. ეს შეიძლება პირველივე ტაბლეტის მიღებაზე მოხდეს. ყინულივით ცივი ხარ, კანკალებ და გეჩვენება, თითქოს კვდები, რაც მართლაც შეიძლება მოხდეს. აღარ შეგიძლია ლაპარაკი და მოძრაობა. თავს ისე გრძნობ, თითქოს ღრმა ძილს უნდა მისცე თავი, რომლიდანაც ალბათ ვეღარასოდეს გამოხვალ.

გამოსვლა

თუ საკმარისად გამოიძინე, უარი თქვი კანაფის მოწევაზე, არ დალიე და განუწყვეტლივ არ იცეკვე, შესაძლოა თავს უკეთესად გრძნობდე. მაგრამ მეორე დღეს შენი კარგი განწყობა ქრება, დათრგუნული და არეული ხარ. არც მომდევნო დღეს გრძნობ უკეთესობას. მხოლოდ ერთი კვირის შემდეგ ნელ-ნელა აღიდგენ სულიერ წონასწორობას. ზოგჯერ კი ერთი კვირაც არ არის საკმარისი.

ექსტაზის ნაბახუსევი ათჯერ უფრო უარესია ალკოჰოლისაზე.

გვერდითი მოვლენები ექსტაზის ხანგრძლივი მოხმარების შემთხვევაში – ექსტაზი მოქმედებს თავის ტვინში სეროტონინის ცვლაზე. თუ ყოველი კვირის ბოლოს ღებულობ ტაბლეტებს, უკვე 2 კვირაში გამოვლინდება მისი ზემოქმედება შენს განწყობაზე, ძილსა და მეხსიერებაზე. არსებობს დეპრესიის განვითარების დიდი რისკი!

სამართლებრივი მდგომარეობა

ექსტაზი ისევე ექვემდებარება კანონს, როგორც ჰეროინი და სხვა ნარკოტიკი. მისი შენახვა, მოხმარება, გაყიდვა აკრძალულია.

ექსტაზის "ოჯახი"

ექსტაზი (MDMA) მიეკუთვნება სინთეზური ნარკოტიკების "ოჯახს" და მის "ნათესავებს" ხანდახან ექსტაზებად ასაღებენ. თუმცა ისინი განსხვავდებიან ექსტაზისაგან და ადვილი შესაძლებელია სხვა მოვლენებიც განავითარონ.

MDA (მეთილენდიოქსიამფეტამინი) – "დედა" ნარკოტიკი, აქვს ამფეტამინის მსგავსი ეფექტი, მოქმედებს ისევე ჰალუცინოგენურად, როგორც ლსდ და უფრო ხანგრძლივი დროით

MDEA (მეთილენდიოქსეთილამფეტამინი) – მოქმედებს როგორც ექსტაზი, თუმცა ყველასა და ყველაფრის მიმართ კეთილგანწყობის შეგრძნება თან არ ახლავს. ეს მხოლოდ სუფთა MDMA-ს შემთხვევაში ხდება.

საფრთხილო ღონისძიებები და გაფრთხილება

ექსტაზის მოხმარებით გამოწვეული სიკვდილის მიზეზი ძირითადად არის ის, რომ ტაბლეტები არ არის სუფთა ან ორგანიზმის გადახურებას დროზე არ მივხედეთ. როდესაც ადამიანი ცდილობს გაგრილდეს, იგი სვამს ბევრ წყალს. უმჯობესია თუ დალევ ნელა და პატარ-პატარა ყლუპებით.

- მიიღე ყოველი ნახევარ საათში ერთხელ პატარა ჭიქით სითხე, უმჯობესია იზოტონური სასმელები, ხილის წვენი ან წყალი
- შეინარჩუნე ორგანიზმში მარილების ნორმალური რაოდენობა, ჭამე მარილიანი ჩიპსები და მიწის თხილი
- ნუ დაგცხება: არ ატარო თავსაბურავი, თუ დაგცხა, სისტემატურად შეისვენე
- ნუ დააამატებ ტაბლეტებს. იგი ორგანიზმიდან ნელა გამოიყოფა და მის ზემოქმედებას ვერ აკონტროლებ
- არასოდეს შეურიო ექსტაზი სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს ან ალკოჰოლს

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

პანიკა და შიში – თუ შენს მეგობარს პანიკა და შიშის გრძნობა დაეუფლა, გაიყვანე წყნარ ოთახში. შეასხი წყალი სახეზე და ესაუბრე. მას ნურსად ნუ გაუშვებ. თუ მას ჰიპერვენტილაცია დაეწყო, ეცადე აიყოლიო იგი, რომ შენს რითმში ისუნთქოს.

ცნობიერების დაკარგვა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე იგი ისე, როგორც ეს 134 გვ-ზეა ნაჩვენები. **დაურეკე სასწრაფოს!** აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა

- იყავი მზად დაეხმარო მეგობარს, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135)
- მიაქციე ყურადღება შენი მეგობრის სუნთქვას, თუ მან ცნობიერება დაკარგა.

გადახურება – გადაიყვანე შენი მეგობარი გრილ ადგილას და დაალევინე მას იზოტონური სასმელი, ხილის წვენი ან წყალი პატარა ყლუპებით. მან სწრაფად არ უნდა დალიოს. თავზე დაასხი ცივი წყალი, თუ თავი გახურებული აქვს. **მიმართე სამედიცინო დახმარებას!**

ლაპარაკის ან მოძრაობის უნარის დაკარგვა – ეს ორი სიმპტომი სიცოცხლეს დიდ საფრთხეში აგდებს. თუ შენი მეგობარი საშინელმა სიცივემ და კანკალმა აიტანა, დრო არ უნდა დაკარგო. ეცადე, რომ შენს მეგობარს არ ჩაეძინოს.

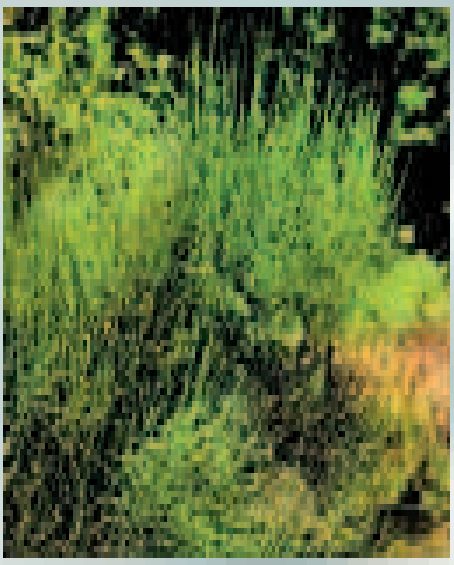
დაურეკე სასწრაფო დახმარებას!

რა არის მცენარეული ნარკოტიკი?

მცენარეები, რომლებსაც მასტიმულირებელი ეფექტი აქვთ, განსაკუთრებით პოპულარულია დასავლეთის ქვეყნებში ღია ცის ქვეშ ჩატარებულ ფესტივალებზე. ჰერბალ-ექსტაზი არის ექსტაზისა და ფსიქოაქტიური მცენარის ნაყოფის ნარევი; ითვლება ექსტაზის (MDMA) ალტერნატიულ საშუალებად. ბევრი სახეობა შეიცავს ისეთ ნარკოტიკულ საშუალებას, როგორიცაა ეფედრინი და ძალიან საშიშია.

ჰერბალ-ექსტაზი

ეგი არის მასტიმულირებელი, რის შედეგადაც გემატება ენერგია, მახვილდება ყურადღება და აღქმა. ეს დამოკიდებულია მის შემადგენლობაზე, რამდენად ძლიერია ეგი და, რამდენ ხანს მოქმედებს. ზოგიერთი ამტკიცებს, რომ ეგი ისევე მოქმედებს, როგორც ექსტაზი, სხვები კი ამბობენ, რომ ეგი დაახლოებით ისეთივეა, როგორც ერთი ჭიქა ჩაი და კოკა-კოლა. ჰერბალ-ექსტაზმა, რომელიც ეფედრინს შეიცავს, შეიძლება გამოიწვიოს თავის ტკივილი, უძილობა, თავბრუსხვევა, ტკივილები გულის არეში ან გულისცემის აჩქარება.



ეფედრას ბუჩქი

კათის ბუჩქი

კათი

კათი არის სტიმულაციური მოქმედების ბუჩქოვანი მცენარეული ნარკოტიკი, შეიცავს ალკალოიდებს კათინსა და კათინონს, მოიხმარენ მცენარის ფოთლებს. ეგი იზრდება აღმოსავლეთ აფრიკასა და არაბეთის ნახევარკუნძულზე. ეგი ისევე ზემოქმედებს, როგორც ამფეტამინი. იწვევს ეიფორიას, აგზნებას, თუმცა შეიძლება დამამშვიდებელი ეფექტიც ჰქონდეს.

- კათის ხშირმა დაღეჭვამ შეიძლება გამოიწვიოს პირის ღრუს ანთებითი პროცესები, ინფექციები და კიბოც კი
- კათის რეგულარული გამოყენება იწვევს დეპრესიებს, შიშს, აგზნებადობას, აგრესიულობას და თვითმკვლელობასაც კი
- კათს შეუძლია თავის ტვინისა და შინაგანი ორგანოების მძიმე დაზიანებების გამოწვევა

სამართლებრივი მდგომარეობა

კათი და ეფედრონის შემცველი მცენარეები ისევე ექვემდებარება კანონს, როგორც ჰეროინი და სხვა ნარკოტიკები

გამოშვების ფორმა

კათის ფოთლებს ან ბუნებრივი სახით ყიდულობენ, ან ყიდულობენ მისგან დამზადებულ ჩაის. იგი სუფთა არასოდეს არ არის, ვინაიდან სტიმულაციური ეფექტი გააჩნია მხოლოდ ახლადმოკრეფილ ფოთლებს და ღეროებს

კათის ღეროები

გამოშვების ფორმა

ჰერბალ-ექსტაზი, ჩვეულებრივ, კაფსულების სახით გამოდის

გაფრთხილება!

ეფედრინი და კათი ისევე საშიშია, როგორც MDMA

რა არის კეტამინი?

კეტამინი საინექციო ნარკოტიკია, რომელიც მოქმედებს როგორც სხეულზე, ასევე თავის ტვინზე. იგი გამოიყენება ვეტერინარიაში ცხენების დამაწყნარებელ საშუალებად და "ენათესავება" ვეტერინარულ ნარკოტიკს PCP-ს.

გამოშვების ფორმა

კეტამანი გამჭირვალე სითხეა, ქუჩებში მას თეთრი ფხვნილის ან ტაბლეტების სახით ყიდიან. ფხვნილი პატარა კონვერტებშია დაფასოებული, ისე როგორც ამფეტამინი. იგი შეიძლება ან გადაყლაპო, ან შეისუნთქო

გაფრთხილება!
ნურასოდეს გაიკეთებ კეტამინს შპრიცით!

კეტამინის ზემოქმედება

თუ კეტამინს შპრიცით შეიყვანთ, "კაიფი", ისევე როგორც კოკაინის შემთხვევაში, საკმაოდ სწრაფად, 30 წამში იწყება, გადაყლაპვის შემთხვევაში კი 20–30 წუთში და გრძელდება სამი საათი.
სხეული გაშეშებული და უმოძრაოა
შესაძლებელია თან ახლდეს უსიამოვნო შეგრძნებები და გულისრევა
კარგავ კოორდინაციის უნარს
ხარ დამძიმებული და გეჩვენება, თითქოს ხარ სხეულის გარეთ
შეიძლება წარმოიქმნას საშინელი ჰალუცინაციები. გეჩვენება, რომ კიდურები გეზრდება ან გეკრუნჩხება, შეიძლება მოგელანდოს ბნელი გვირაბები ან დამახინჯებული სახეები.
ასე გგონია, რომ ჰალუცინაციები არასოდეს დასრულდება
და სიკვდილი გიახლოვდება

კეტამინი ისევე ექვემდებარება კანონს, როგორც სხვა ნარკოტიკები, ამიტომ მისი მოხმარება, გაყიდვა ან გავრცელება აკრძალულია

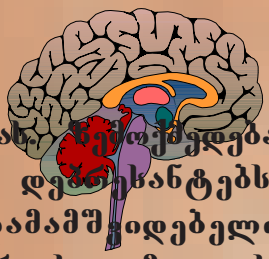
კეტამინი და ექსტაზი

ფრთხილად! კეტამინი ხშირად ექსტაზის ტაბლეტებში MDMA-თან ერთად შედის

კეტამინი საშინელებაა!

ხმაურიანი გარემო ამძაფრებს კეტამინის არასასიამოვნო ზემოქმედებას. არასოდეს შეურიო იგი სხვა ნარკოტიკებს. კეტამინი და ალკოჰოლი კატასტროფას იწვევს!

საფრთხე!



- კეტამინი აზიანებს თავის ტვინს
- კეტამინი ანელებს გულისცემას და სუნთქვას. ზემოქმედება ძლიერდება, როდესაც კეტამინს ურევენ დამამსუსანტებს, როგორიცაა ალკოჰოლი, ჰეროინი და დამამშვიდებელი საშუალებები. ადამიანმა შეიძლება გონება დაკარგოს და მოკვდეს!

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

შესაძლებელია შენს მეგობარს საშინელი ხილვები აქვს ან ესმის შემაშინებელი ხმები. დაარწმუნე იგი, რომ ეს საშინელებები მის გარშემო სინამდვილეში არ არის და, რომ მას მალე გაუვლის ყველაფერი. არ მიატოვო იგი. დარჩი მასთან, ვიდრე უკეთესად არ გახდება. **დაურეკე სასწრაფოს!**

რა არის გამხსნელი საშუალებები ?

უმეტესი გამხსნელი საშულებები ხანმოკლე ზემოქმედების მქონე ნივთიერებებია; მათ მიეკუთვნება წებოები, ბენზინი, აცეტონი, ლაქები და საყოფაცხოვრებო ქიმიის სხვა პროდუქტები. ისინი ორთქლდებიან ჰაერში. გამხსნელ საშუალებებს ძირითადად ყნოსავენ.

გაფრთხილება!

გამხსნელ საშუალებებს ძირითადად მოიხმარენ 12–16 წლის ახალგაზრდები. მათი მოხმარებისას სიკვდილიანობა უფრო მაღალია, ვიდრე სხვა ნარკოტიკული საშუალებებისას!

ყველა გამხსნელი საშუალება შხამიანია და შეუძლია სიკვდილი გამოიწვიოს!!!

გამხსნელი საშუალებების ზემოქმედება

გამხსნელი საშუალებების "კაიფი" საკმაოდ ძლიერია და დაახლოებით ნახევარი საათი გრძელდება

- შესუნთქვისას გრძნობ ეიფორიას, საგნები ხდება არარეალური. მომხმარებლები ამ "კაიფს" სწრაფ დათრობას აძსგავსებენ
- გულისცემა და სუნთქვა სუსტდება
- გეწყება თავბრუსხვევა
- გიჭირს დგომა და სიარული
- თავს აგზნებულად და ბედნიერად გრძნობ და ამ მიზნით თუ კიდევ განაგრძობ შესუნთქვას, შეიძლება ჰალუცინაციები დაგეწყოს

თავს დაუმარცხლებლად გრძნობ. გგონია, რომ ყველაფერს გადაიტან, ამიტომ ხშირია თვითმკვლელობები ფანჯრიდან გადახტომის ან მანქანის ქვეშ შევარდნის გამო.

გამხსნელი საშუალებების გამოყენება

გამხსნელ საშუალებებს სხვადასხვაგვარად იყენებენ, ათავსებენ ნაჭერში ან პარკში და შეისუნთქავენ ან პირდაპირ პირის ღრუში შეისხამენ, რამაც შეიძლება სუნთქვის უეცარი გაჩერება და სიკვდილი გამოიწვიოს!

გამოშვების ფორმები

თხევადი აირი (ბუტანი და პროპანი) [illegible] დეოდორანტებში და სანთებელებში.

გამხსნელი საშუალებები (ბენზოლი და ჰექსანი) [illegible] ლაქში, ასევე ლაქის მოსაცილებელ სითხეში, [illegible] მენდ საშუალებებში.

წებო შეიცავს ტოლუოლსა და ჰექსანს [illegible]

ხდები თუ არა გამხსნელ ნივთიერებებზე დამოკიდებული?

როდესაც თავს ანებებ გამხსნელი ნივთიერებების მიღებას, [illegible] საშინელი მოთხოვნილება, კვლავ მიიღო იგი. სასურველი ეფექტის მისაღწევად კი სულ უფრო მეტი გჭირდება. ვინც ხშირად და სისტემატურად იყენებს ამ საშუალებებს, ვეღარ წარმოუდგენია სიცოცხლე მის გარეშე. თავის დანებების შემთხვევაში თავს იჩენს შიშის გრძნობა. თუ შენ პრობლემა შეგექმნა, **მიმართე ნარკომანთა საკონსულტაციო ცენტრს** (მისამართები იხ. გვ. 142–143)

გაფრთხილება!
ყველა გამხსნელი საშუალება შეიძლება იყოს ხანძრის გამომწვევი. ისინი შეიძლება ასევე ადვილად აფეთქდნენ!!!

სამართლებრივი მდგომარეობა

გამხსნელი საშუალებები არ ექვემდებარება კანონს. მათი ფლობა არ არის დასჯადი, რადგან მათ რიცხვში ძირითადად ისეთი საშუალებები შედის, რომლებიც ხშირად გამოიყენება ყოველდიურ ცხოვრებაში.

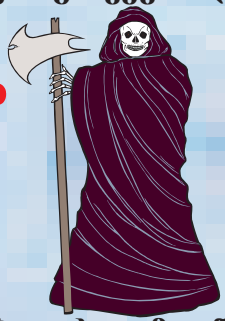
- თუ შენ პოლიციამ წაგასწრო წებოს ან სხვა საშუალებების ყნოსვის დროს, შენიშვნა უსაფრთხოებისათვის დაგაკავებენ
- თუ შენ გამხსნელი საშუალების გამოყენების შემდეგ ვინმეს ემუქრები ან აგრესიულად იქცევი, შეიძლება ამისათვის დაისაჯო

რა ემართება ადამიანს?

ადამიანი კარგავს ორიენტაციას, აგზნებული და გაბრუებულია. ამ მდგომარეობაში ყველაფერია მოსალოდნელი. ხშირია ჰალუცინაციები, გაუფრთხილებლობით ხანძრის გაჩენა, სიკვდილის შემთხვევები და თვითმკვლელობებიც კი.

სერიოზულ საფრთხეს წარმოადგენს ასევე შხამები ან ტოქსინები, რომლებიც შედის გამხსნელ საშუალებებში. მათ შეუძლიათ სხვადასხვა დაავადებები გამოიწვიონ, განსაკუთრებით ღვიძლის, თირკმლებისა და გულის, რაც სიკვდილის მომასწავებელია.

გამხსნელი საშუალებები აძლიერებენ ადრენალინის გამოყოფას, ენერგიის მოზღვავება გულის მოქმედებას საკმაოდ აჩქარებს. ასეთმა უეცარმა ცვლილებამ შეიძლება გამოიწვიოს თავბრუსხვევა და სუნთქვის გაჩერება.



ძალიან საშიშია გამხსნელი საშუალებების შესუნთქვა! ნუ გარისკავ!!!

- ნურასოდეს შეისხურებ დეზოდორანტებს ან სანთებელას დამტენს პირდაპირ პირის ღრუში
- თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა, ყოველთვის დარჩი ხალხმრავალ ადგილზე, ვინმე დაგეხმარება ან დაგაწყნარებს
- ნუ გამოიყენებ გამხსნელ საშუალებებს სისტემატურად. მათი კვირაში ერთხელ გამოყენებაც კი საკმაოდ ბევრია
- მოერიდე ისეთ ქუჩებს, სადაც დიდი მოძრაობაა, მდინარეებს, ლიანდაგებს, სახლის სახურავებს
- ზედმეტად ნუ გადაიტვირთები. ყნოსვის შემდეგ ეცადე, არაფერი დამღლელი არ გააკეთო

მნიშვნელოვანია!
გაიტანე გამხსნელი საშუალება ოთახიდან. გააღე კარები და ფანჯრები და გაანიავე ოთახი!

რა მოსდევს გამხსნელი საშუალებების მიღებას?

გამხსნელი საშუალებების მიღების შემდეგ თავს იჩენს ფიზიკური და ფსიქიკური გვერდითი ეფექტიები

- გამონაყარი კანზე – კანი, პირი და ენა გამომშრალი გაქვს
- ხშირია თავის ტკივილები
- წონაში დაკლება და კანკალი
- ღვიძლისა და თირკმლის ფუნქციის დარღვევა. ტოქსინები იწვევს სასიცოცხლო მნიშვნელობის ორგანოების ტოქსიკურ დაზიანებას
- მეხსიერების დარღვევა
- ხასიათისა და გუნება-განწყობის მერყეობა
- აგრესიულობა
- დეპრესიები

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

შესაძლებელია შენი მეგობარი ხედავდეს საგნებს ან ესმოდეს საშიში ხმები, რომლებიც სინამდვილეში მის გარშემო არ არის. ეს ნიშნავს, რომ მას ჰალუცინაციები აქვს. დაარწმუნე იგი, რომ ეს სინამდვილეში არ არსებობს და მალე გაქრება. დარჩი მასთან, სანამ არ გაუვლის.

დამწვრობა – თუ შენს მეგობარს სერიოზული დამწვრობა აქვს, მაშინვე **დაურეკე სასწრაფოს!** მანამდე დამწვარ ადგილზე დაასხი ცივი წყალი და მოხერხებულად დააწვინე.

გულის წასვლა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე ისე, როგორც ეს 134 გვ-ზეა ნაჩვენები.

დაურეკე სასწრაფოს!

აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა. იყავი მზად დაეხმარო შენს მეგობარს, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (გვ.135).

თუ შენს მეგობარს გული წაუვიდა, მიაქციე ყურადღება მის სუნთქვას!

რა არის პოპერსი?

მას შეიკუთვნება სწრაფად მოქმედი ამილ- და იზობუტილ-პრეპარატები, რომელთა შორის ყველაზე გავრცელებულია ამილნიტრიტი. პოპერსს, რომელიც ოთახის ტემპერატურაზე ორთქლდება, ყნოსავენ. "კაიფი" სულ რამდენიმე წუთი გრძელდება. აქდან მოდის მისი სახელწოდებაც.

არსებობის ფორმები

- იგი პატარა ბოთლებში ჩასხმული მოოქროსფრო სითხეა, რომელსაც ბოთლიდან ან ნაჭრიდან შეიყნოსავენ
- ახალ პოპერსს აქვს ტკბილი, ხილის სუნი, ხოლო დაყენებულ ქიმიურ ნაერთს კი ჭუჭყიანი წინდების სუნი აქვს.

პოპერსის ზემოქმედება

პოპერსის ზემოქმედებას შეყნოსვისთანავე გრძნობ, მაგრამ ეს დიდხანს არ გრძელდება

- გრძნობ ენერგიის მოზღვავებას და გულისცემის აჩქარებას
- დასაწყისში თავს გრძნობ მსუბუქად, არტერიული წნევა ეცემა. ხარ მთვრალივით, კარგავ წონასწორობას და შეიძლება გულიც წაგივიდეს
- გაქვს ისეთი შეგრძნება, თითქოს დრო ძალიან ნელა გადის
- სექსუალური ტემპერამენტი ქვეითდება, მაგრამ შესაძლებელია გქონდეს შეგრძნება, რომ აგზნებული ხარ.

რატომ არ შეიძლება მოეწონოს პოპერსი ადამიანს?

პოპერსის მიღებას ყოველთვის თან ახლავს გულისრევა, თავბრუსხვევა და ფეთქვითი თავის ტკივილი

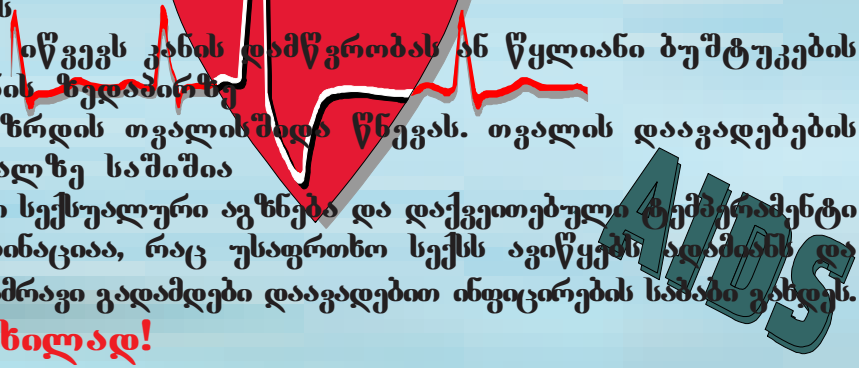
სამართლებრივი მდგომარეობა

პოპერსი ექვემდებარება კანონს. მისი არც თავისუფლად გაყიდვა და არც გავრცელება არ შეიძლება.

რისკი !!!

გარდა ზემოთაღნიშნული ეფექტებისა, შესაძლებელია გამოვლინდეს:

- ამილნიტრიტი სისხლის მიმოქცევას აჩქარებს და სისხლის წნევას აქვეითებს, ადამიანს შეიძლება შეექმნას პრობლემები გულთან დაკავშირებით და დაბალი წნევის გამო.
- სისტემატური გამოყენება იწვევს ცხვირისა და პირის ღრუს პრობლემებს
- ნიტრიტები იწვევს კანის დამწვრობას ან წყლიანი ბუშტუკების გაჩენას კანის ზედაპირზე
- შესუნთქვა ზრდის თვალისშიდა წნევას. თვალის დაავადებების დროს ეს ძალზე საშიშია
- მომატებული სექსუალური აგზნება და დაქვეითებული ტემპერამენტი საშიში კომბინაციაა, რაც უსაფრთხო სექსს ავიწყებს ადამიანს და შეიძლება უამრავი გადამდები დაავადებით ინფიცირების საბაბი გახდეს.



იყავი ფრთხილად!

- ნუ დაამატებ მიღებულ დოზას. შენ უფრო ცუდად იგრძნობ თავს და შემდგომი გართულებების ალბათობა უფრო დიდი იქნება
- ნუ შეურევ პოპერსს სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს
- ნუ მიიღებ ალკოჰოლს პოპერსთან ერთად

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

დამწვრობა – თუ ნიტრიტმა კანი დაგიწვა, 20 წუთი მაინც შეუშვირე დამწვარი ადგილი ცივ წყალს.

მოწამვლა – თუ შენმა მეგობარმა პოპერსი გადაყლაპა, **დაურეკე სასწრაფოს!** თუ მას გონება არ დაუკარგავს, დაალევინე წყალი. ეცადე, რომ მას გული აერიოს.

გულის წასვლა – თუ შენს მეგობარს გული წაუვიდა, იგი დააწვინე და ფეხები მაღლა აუწიე. დაალევინე მას ცოტა წყალი. უცბად ნუ წამოაყენებ.

ცნობიერების დაკარგვა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე ისე, როგორც ეს 134 გვ–ზეა ნაჩვენები.

დაურეკე სასწრაფოს. აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა.

- იყავი მზად, დახმარება გაუწიო შენს მეგობარს, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135).
- თუ შენს მეგობარს გული წაუვიდა, მიაქციე ყურადღება მისი სუნთქვის რითმს.

რა არის GHB?

GHB (Gammahydroxybutiras) - გამა–ჰიდროქსიბუტირატი არის საინექციო ნარკოტიკი, რომელსაც ოპერაციების წინ იყენებენ. დასავლეთის ქვეყნებში ფართოდ გამოიყენება დისკოთეკებზე, მას განსაკუთრებით ფართოდ მოიხმარენ ჰომოსექსუალისტები.

გამოშვების ფორმა

- GHB, ჩვეულებრივ, თხევადია და ბოთლებში იყიდება
- გამოდის ავრეთვე ტაბლეტების, ფხვნილისა და კაფსულების სახით
- მას ყლაპავენ, აქვს ცოტა მარილიანი გემო

გაურკვეველი სიძლიერე

GHB ძალიან საშიშია, რადგან ბოთლში მისი კონცენტრაცია მერყეობს. ერთ ბოთლში შეიძლება GHB საკმაოდ ცოტა იყოს ან 20გ–ით მეტს შეიცავდეს. შეუძლებელია სითხის სიძლიერის ზუსტი განსაზღვრა, ამიტომ მაღალია ზედოზირების საფრთხე.

არასოდეს დაამატოთ GHB, თუ იგი უკვე მიღებული გაქვთ

✓ გაფრთხილება!

ეფექტურ და მომაკვდინებელ დოზებს შორის განსხვავება ძალიან მცირეა!

ნუ შეურევ სხვა ნარკოტიკებს!

GHB კიდევ უფრო საშიში ხდება, თუ მას სხვა ნარკოტიკებს შეურევ, განსაკუთრებით დეპრესანტებს, როგორიცაა დამამშვიდებელი საშუალებები ან ალკოჰოლი

არის ეს სექსუალური ნარკოტიკი?

შესაძლებელია გაიზარდოს სექსუალური მოთხოვნილება და არა მისი რეალიზაციის საშუალება,

მაგრამ....

GHB-ს ზემოქმედება

- GHB-ს ზემოქმედება გრძელდება 10 წუთიდან 1 საათამდე, ამასთან მნიშვნელობა აქვს როგორც მიღებულ რაოდენობასა და კონცენტრაციას, ასევე სხეულის წონას
- მცირე რაოდენობით GHB ზემოქმედებს როგორც ალკოჰოლი, იწვევს აგზნებასა და ეიფორიას
- უფრო მაღალი დოზის მიღებისას ეიფორიული ეფექტი იცვლება დათრგუნულობით და დეპრესიით

გაფრთხილება!

ნუ გამოცდი გამაჰიდროქსიბუტირატის მომაკვდინებელ ეფექტს საკუთარ თავზე!

მძიმე ფიზიკური დაზიანებები

თუ შენ დოზას გაზრდი, არსებობს გართულებების რისკი:

- თავს ცუდათ იგრძნობ და გულისრევა დაგეწყება
- შესაძლებელია გაშეშდე და მოძრაობის უნარი დაკარგო
- დაკარგო ორიენტაცია
- დაგეწყოს კრუნჩხვები
- შეიძლება შეწყვიტო სუნთქვა და კომატოზურ მდგომარეობაში აღმოჩნდე

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

კრუნჩხვები (შეტევები) – ეცადე შენი მეგობრის დაცემის შეჩერება, თუ რა თქმა უნდა შეგიძლია. გაუნთავისუფლე გარშემო ადგილი, რათა არ დაშავდეს. შეუხსენი ტანსაცმელი კისერთან და თავქვეშ ამოუდე რაიმე რბილი. როდესაც შეტევა გაუვლის, დააწვინე იგი ისე, როგორც ეს 134 გვ–ზეა ნაჩვენები. **დაურეკე სასწრაფოს!**

გულის წასვლა – თუ შენი მეგობარი ჯერ კიდევ სუნთქავს, დააწვინე იგი, როგორც ეს 134 გვ–ზეა ნაჩვენები. აუცილებლად უთხარი ექიმს, თუ რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა.

- იყავი მზად, ისევ გამოაცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (გვ. 135)
- თუ შენს მეგობარს გული წაუვიდა, მიაქციე ყურადღება მის სუნთქვას.

კომატოზური მდგომარეობიდან გამოსვლა მხოლოდ სამედიცინო დახმარების დროული აღმოჩენის შემთხვევაშია შესაძლებელი!

რა არის ლსდ?

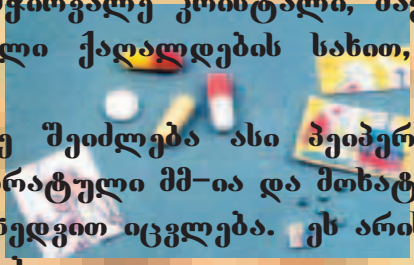
ლსდ (LSD) ანუ დიეთილამიდი ლიზერგინის მჟავასი არის საკმაოდ ძლიერი ნარკოტიკული საშუალება, რომელიც ცვლის ცნობიერებას. იგი ზემოქმედებს ტვინზე და იწვევს ჰალუცინაციებს, რასაც აღქმის შეცვლა და ძლიერი ოპტიკური შთაბეჭდილებები მოსდევს.

მოკლე ისტორია

ლსდ-ს ჰალუცინოგენური ზემოქმედება 1943 წელს აღმოაჩინა შვეიცარიელმა ქიმიკოსმა ალბერტ ჰოფმანმა, რომელიც აღმავზნებ საშუალებას ეძებდა. მან მიიღო 250 მიკროგრამი ლსდ. ეს არის ჩვეულებრივი დოზის გახუთმაგებული რაოდენობა. ჰოფმანი აღნიშნავდა, რომ ეს საშინელება იყო. მას ისეთი შეგრძნება და ხილვა ჰქონდა, თითქოს კვდებოდა და საკუთარი სხეულიდან გამოდიოდა. 60-იან წლებში მთელ მსოფლიოში პალუცინოგენურ ნარკოტიკულ საშუალებებს დიდი გატაცებით იკვლევდნენ და ცდილობდნენ მის გამოყენებას ფსიქიატრიაში. 70-იანი წლებიდან მოყოლებული, მისი გამოყენება ადამიანზე თანდათან ყველა ქვეყანაში აიკრძალა და ექვემდებარება კონტროლს.

არსებობის ფორმა

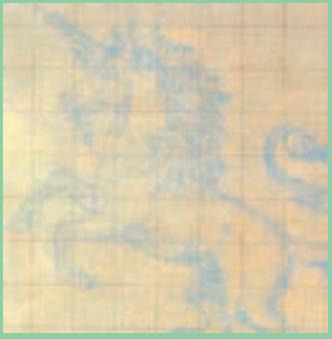
ლსდ არის გამჭირვალე კრისტალი, მაგრამ ქუჩაში იყიდება ლსდ-თი გაჟღენთილი ქაღალდების სახით, რომელსაც პეიპერს (Paper) უწოდებენ.



ერთ ფურცელზე შეიძლება ასი პეიპერსი იყოს. თითოეული დაახლოებით 5 კვადრატული მმ-ია და მოხატულია რაიმე ნახატით, რომელიც მოდის მიხედვით იცვლება. ეს არის პატარა ოთკუთხედი ქაღალდის ფურცლები.

Microdots არის პატარა ფერადი ტაბლეტები, რომელშიც შედის ლსდ. ისინი იმდენად ხშირად არ გვხვდება, როგორც პეიპერსები. მათი დიამეტრი 2-3 მმ და აქვთ სხვადასხვა ფერი.

ლსდ-ს ქაღალდის ნიმუშები



რაოდენობა

ჰეიპერსში არის დაახლოებით 50 მიკროგრამი ლსდ, რაც შეადგენს ერთ დოზას. ჰეიპერსი და მიკროდოტი შეიძლება შეიცავდეს ლსდ-ს 25-იდან 250-მიკროგრამამდე რაოდენობას. ეს სრულიად საკმარისია ჰალუცინოგენური ეფექტის გამოსაწვევად.

ლსდ-ს ზემოქმედება

მოქმედება იწყება მიღებიდან 30 წუთის შემდეგ, თავის უმაღლეს წერტილს აღწევს 2 საათის შემდეგ და გრძელდება ვიდრე მომხმარებელს არ ჩაეძინება. ლსდ, პირველ რიგში, ზემოქმედებს გარე და შინაგანი სამყაროს აღქმაზე.

ლსდ-ს მოქმედებით:

იცვლება გარე სამყაროს აღქმა

იცვლება სინათლის აღქმა

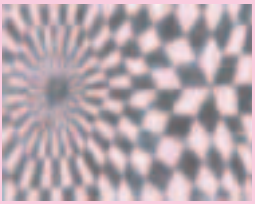
ხმები ხან ხმამაღალია, ხან ხმადაბალი

მომხმარებელი ამჩნევს, როგორ იცვლება მისი ცნობიერება

ისინი იწყებენ სამყაროს სრულიად სხვადასხვა პერსპექტივიდან ხედვას. საკუთარ თავს უჩვეულო შეკითხვებს უსვამენ და თითქოს პასუხიც იციან. ზოგი აღნიშნავს, რომ მათ უკეთესად შეუძლიათ გაიგონ ყველაფერი, რაც მათ გარშემო ხდება. განსაკუთრებით ინტენსიური ძლიერი "კაიფისას" აქვთ ისეთი შთაბეჭდილება, თითქოსდა საკუთარ სხეულს შორდებიან. ადამიანი აკვირდება თავის სხეულს გარედან, მისი ცნობიერება მოშორებულია საკუთარ სხეულს.

ადამიანს აქვს ჰალუცინაციები. ხედავს საგნებს, რომლებიც სინამდვილეში მის გარშემო არ არის. ეს შეიძლება სასიამოვნო ან უსასიამოვნო იყოს.

ლსდ-ს ნიმუშები



როგორია "კაიფი"?

კარგი "კაიფი" შეიძლება სასიამოვნო აღსაქმელი იყოს.

ცუდ "კაიფს" მოსდევს ნარკოტიკული ფსიქოზი, ისე, რომ ადამიანი კოშმარებს თავს ვეღარ აღწევს. ცუდი "კაიფი" ყოველთვის მოსალოდნელია.

ლსდ-ს მიღება წინასწარ უნდა იყოს მოფიქრებული და დაგეგმილი. გადამწყვეტ როლს თამაშობს ისიც, თუ როგორ გრძნობ თავს, ასევე სად და ვისთან ერთად ხარ. არასოდეს მიიღო ლსდ სპონტანურად, დაუფიქრებლად.

თუ შენ დაღლილი, განერვიულებული, შეშინებული ან [illegible] ხარ, გექნება ცუდი "კაიფი". თუ შენ ბედნიერი და მოდუნებული ხარ, [illegible]აში არსებობს კარგი "კაიფის" ალბათობა.

იმისათვის რომ [illegible] ექონდეს ცუდი "კაიფი", უნდა იყო ისეთ ადგილას და ისეთ ხალხთან, ვისაც ენდობი და ვინც შენ [illegible] არასოდეს მიიღო ლსდ ისეთ სიტუაციაში, რომელსაც შენ ვერ აკონტროლებ. თუ ცუდი "კაიფი" [illegible] ეფექტურდება იქიდან გამოსვლა.

გაფრთხილება!
ლსდ იმდენად ძლიერია, რომ სულ მცირე რაოდენობამ შეიძლება გამოიწვიოს თორმეტსაათიანი ჰალუცინაციები!!!

რა პრობლემები შეიძლება შეგექნას?

ვინც ლსდ-ს ღებულობს, არ უნდა ჰქონდეს ფიზიკური დამოკიდებულების განვითარების შიში, მასზე დამოკიდებული არ ხდებიან, მაგრამ მოსალოდნელი ზემოქმედება შეიძლება სერიოზულიც იყოს: შენ შეგიძლია პარანოია დაგეუფლოს. გგონია, რომ ყველას რაღაც უნდა შენგან, დაგცინიან, შენზე ლაპარაკობენ. შენ თუ ვინმემ არ დაგამშვიდა და არ დაგარწმუნა, რომ ეს გეჩვენება, ეს გრძნობა შეიძლება გაგიძლიერდეს.

რადგან ლსდ ახდენს ძლიერ ზემოქმედებას ადამიანის ფსიქიკაზე, შეიძლება სულიერმა აშლილობამ იჩინოს თავი და ფსიქიატრის დახმარებაც დაგჭირდეს.

რა ხდება "ცუდი ექსკურსის" დროს?

"ცუდი ექსკურსი" ესაა ხატოვანი, მრავალპერსონაჟიანი, კალეიდოსკოპური ჰალუცინაციები. რომ წარმოიდგინო, თუ რამდენად საშინელი შეიძლება იყოს "ცუდი ექსკურსი", გაიხსენე ის ინტენსიური პანიკური შიში, რომელიც კოშმარის დასიზმრების შემდეგ გქონია. შენი ჰალუცინაციები მხიარული და სასიამოვნო ნოტიდან შეიძლება სწრაფად საშინელ ნოტაზე გადავიდეს. რაც უფრო მეტს მიიღებ, მით უფრო მალე მოხდება ეს. რასაც შენ "კაიფის" დროს გააკეთებ, შეიძლება საშიში იყოს.

ზოგიერთი არაერთხელ ეცადა ჰალუცინაციების ან პარანოიასაგან დაეღწია თავი. ვინც ამას აკეთებს, ბოლოს იქამდე მიდის, რომ მანქანას უვარდება ან სიმაღლიდან ხტება.

ზოგი ფიქრობს, რომ შეუძლია ფრენა, წყალზე სიარული ან სწრაფი მოძრაობის შეჩერება. ამით ისინი საკუთარ თავს და სხვებსაც საფრთხეს უქმნიან. ასეთი შემთხვევები იშვიათია, მაგრამ ეს მაინც ხდება. ამიტომ ყურადღება მიაქციე შენს მეგობარს. როდესაც "ცუდი ექსკურსი" გაგიფლის, რამდენიმე კვირის ან თვის შემდეგ მაინც შეიძლება გაგიჩნდეს შიშის მომგვრელი "რეტროსპექტული სცენები" ანუ "უკუაფეთქება". ესაა იმ ჰალუცინაციური განცდების გამეორება ნარკოტიკის მიღების გარეშე, რომლებიც ჰალუცინოგენის მიღების დროს აღინიშნა. არ გაუწიო წინააღმდეგობა მათ. ნუ გააკეთებ მათ ანალიზს, არასოდეს ჰკითხო შენს თავს, ნორმალურია თუ არა ეს, თორემ ჩაიძირები პარანოიაში. ჯობს, "კაიფს" მოეშვა!!!

!

არ შეურიო ლსდ სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს, რადგან წარმოიქმნება კონტროლის დაკარგვის საფრთხე!
არ მიიღო ლსდ მარტომ!
არასოდეს დაამატო ლსდ, თუ იგი უკვე მიღებული გაქვს!
არ მიიღო ლსდ, თუ დაძაბული ხარ ან უბედურად გრძნობ თავს!
არ მიიღო ლსდ, თუ 12 საათის შემდეგ ისევ ნორმალურად გინდა გამოიყურებოდე!
არასოდეს მიიღო ლსდ კვირა საღამოს, თუ ორშაბათს სამსახურში ან სასწავლებელში მიდიხარ!
არ მიიღო ლსდ, თუ არ იცი მისი სიძლიერე!
პირველად არ მიიღო ბევრი ლსდ!
ლსდ-მ შეიძლება წარმოაჩინოს სულიერი დაავადებები, რომლის შესახებაც შენ მანამდე არაფერი იცოდი!!!

"უკუაფეთქება"

ლსდ-ს შეიძლება ჰქონდეს ხანგრძლივი, არასასიამოვნო ზემოქმედება, ე.წ. "უკუაფეთქება". მართალია იგი იშვიათია, მაგრამ იგი შეიძლება "კაიფიდან" დღეების, კვირების ან თვეების შემდეგ წარმოჩინდეს.

"უკუაფეთქება" შეიძლება ძალიან საშიში იყოს და ხშირად იგივე ჰალუცინაციები ან გრძნობები გამოიწვიოს, რაც "კაიფში" გქონდა.

ადამიანს უჭირს თავი დააღწიოს მას. ასინი არ გრძელდება დიდი ხანი, მაგრამ შეიძლება რამდენიმე საათს გასტანოს.

"უკუაფეთქება" შეიძლება ყველაფერმა გამოიწვიოს. მისგან თავდაცვის საშუალება არ არსებობს!!!

რა უნდა გააკეთო, თუ "უკუაფეთქება" გაქვს

ეცადე იყო მშვიდად, დაარწმუნო შენი თავი, რომ ეს ჩვეულებრივი ამბავია და მალე გავივლის.
თუ მანქანით ხარ, უმჯობესია გაჩერდე.
თუ ხმაურიან ადგილზე ხარ, გადაინაცვლე მშვიდ ადგილზე, სადაც "უკუაფეთქებას" უფრო მალე დააღწევ თავს.

სამართლებრივი მდგომარეობა

ლსდ ექვემდებარება კანონით კონტროლს. მისი ფლობა, გაყიდვა, გაჩუქება და წარმოება კანონით დასჯადი ქმედებებია. დიდი რაოდენობის ლსდ-ს მფლობელს ემუქრება ხანგრძლივი დროით თავისუფლების აღკვეთა.

შენი საშინელი კოშმარი

"უკუაფეთქების" დროს შეიძლება უამრავი რამ განიცადო. წარმოიდგინე, რომ სარკის წინ დგეხარ და შენი სახე შენს თვალწინ სანთელივით იღვენთება და დნება, ან შენი შარდი სისხლივით წითელ ან კუპრივით შავ ფერს იღებს. ეს იმდენად ხატოვნად გამოიყურება, რომ იმ მომენტში რეალობად მიგაჩნია.

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

პანიკური შეტევა – თუ შენს მეგობარს შიში, პანიკა და პარა-ნოია მოიცავს, მოაცილე იგი ხალხმრავლობას და გაიყვანე მშვიდ ოთახში. დაამშვიდე, ესაუბრე და შესთავაზე წყალი. არ დატოვო იგი მარტო. თუ მას ჰაერის უკმარისობა აქვს, აიყოლიე, რომ მისი სუნთქვა შენი სუნთქვის ტემპში მიმდინარეობდეს.

შესაძლებელია ესმოდეს ან ხედავდეს ისეთ შემაშინებელს, რაც მის გარშემო სინამდვილეში არ არის ანუ ჰალუცინაციებს. ეს შეიძლება პანიკაში გადაიზარდოს. ესაუბრე შენს მეგობარს, დაამშვიდე იგი და დაარწმუნე, რომ ეს საშინელებები მის გარშემო არ არის. დარჩი შენს მეგობართან, სანამ არ გაუვლის მოჩვენებები. ნუ მიატოვებ მას შემდგომაც.

პსილოციბინი

რა არის ჯადოსნური სოკო და კაქტუსი?

ჯადოსნური სოკოს და კაქტუსის ზემოქმედება მსგავსია ლსდ-სი, რადგან ისინიც შეიცავს ისეთ ნივთიერებებს, რომლებიც ჰალუცინაციებს იწვევს.

მოკლე ისტორია

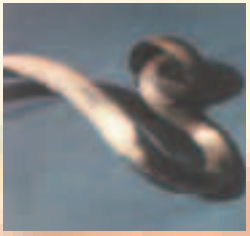
საუკუნეების მანძილზე სამხრეთ-ამერიკელი ინდიელები ცნობიერების შეცვლის მიზნით რელიგიური რიტუალების დროს იყენებდნენ სოკოებს და კაქტუსებს. მათგან ამზადებდნენ ნარკოტიკულ ჩაისა და ნაყენებს. მრავალ მოგზაურს აღწერილი აქვს ეს რიტუალები. როგორც აღმოჩნდა, სოკოებში მოიპოვება ნივთიერებები პსილოციბინი და პსილოცინი, ხოლო კაქტუსში, რომელიც ძირითადად მექსიკაში იზრდება, ზეთოვანი ნივთიერება – მესკალინი. ევროპაში ეს მცენარეები დაახლოებით 150 წლის წინ გახდა ცნობილი, ხოლო შემდეგ მათი შემცველი ჰალუცინოგენური ნივთიერებები სინთეზურად იქნა მიღებული.

ჯადოსნური სოკოს და კაქტუსის გამოყენება

სოკოს ზოიხმარენ უმად, გამხმარს ან მისგან აყენებენ ჩაის. გამხმარ სოკოს ახვევენ სიგარეტის ქაღალდში ან ეწევიან ჩიბუხით. სვამენ კაქტუსის წვენს, ღეჭავენ ცოცხლად ან მის გამხმარ ნაწილებს.

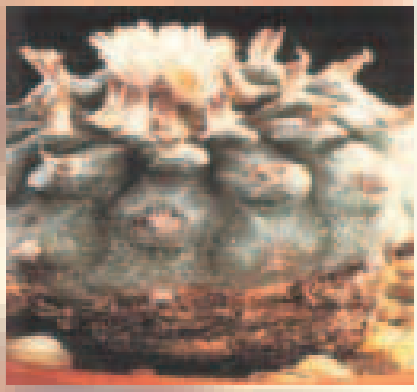
მ ე ს კ ა

პსილოცინი



არსებობის ფორმები

არსებობს სოკოების სხვადასხვა სახეობა, რომელთაგან ზოგიერთი ნაჩვენებია სურათზე. რაც შეეხება კაქტუსს, მესკალინს შეიცავს მხოლოდ კაქტუსი პეიოტი.



გაფრთხილება!
წინასწარ ვერ განსაზღვრავ მათი ზემოქმედების ხარისხს!!!

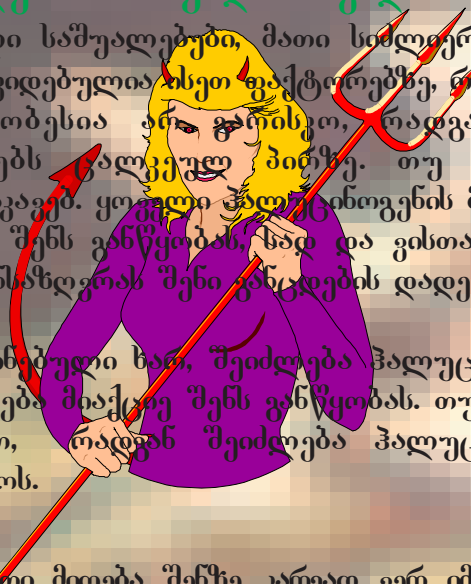
ზემოქმედება

ამ მცენარეების ზემოქმედება დამოკიდებულია იმაზე, რა რაოდენობით მიიღებს მას ადამიანი და, რამდენად იტანს მათ მიღებას. მიღებიდან პირველი ნახევარი საათის განმავლობაში ძირითადად არაფერი არ ხდება. ზოგიერთს არაერთხელ უცდია კიდევ უფრო მეტის მიღება, რადგან თავიდანვე არ დაწყებია ჰალუცინაციები. ეს დამღუპველია. უმაღლეს წერტილს ადამიანი აღწევს 3 საათის შემდეგ და მოქმედება 9 საათი გრძელდება. "კაიფი" შემდეგნაირად მიმდინარეობს:

ადამიანები განიცდიან ეიფორიას და აქვთ ბედნიერების შეგრძნება
იწყებენ ხითხითს და ყველაფერზე ეცინებათ
გრძნობენ თავს სამყაროსგან მოწყვეტილად
აფორიაქებული არინ და იძირებიან საკუთარ განცდებში
ზოგიერთი ხედავს ან ესმის ის, რაც სინამდვილეში არ არსებობს ხმები და ფერები სუსტდება ან ინტენსიური ხდება, საგნები იცვლის ფერს
იცვლება დროის აღქმა
კანზე შეიგრძნობა სინამდვილეში არარსებული შეგრძნებები
ზოგიერთი საკუთარ ხილვებში მოგზაურობს

ლ ი ნ ი

რა რაოდენობით უნდა მივიღოთ ისინი?



როგორც სხვა ნარკოტიკული საშუალებები, მათი სიმლიერე ძნელი გასათვლელია, ვინაიდან ეს დამოკიდებულია ისეთ ფაქტორებზე, რომელსაც შენ ვერ განსაზღვრავ. უმჯობესია არ გაბედო, რადგან ისინი ინდივიდუალურად ზემოქმედებს ცალკეულ პირზე. თუ ერთხელ "კაიფი" დაიწყო, მას ვეღარც შეაკავებ. ყოველი ჰალუცინოგენის მიღებისას გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს შენს განწყობას, სად და ვისთან ერთად ხარ ნარკოტიკის მიღებისას, ეს განსაზღვრას შენი განცდების დადებითობასა და უარყოფითობას.

თუ შენ დათრგუნული ან შეშინებული ხარ, შეიძლება ჰალუცინოგენმა შიშის შოკი გამოიწვიოს. ყურადღება მიაქციე შენს განწყობას. თუ რაიმეში ეჭვი გეპარება, ნუ მიიღებ მათ, რადგან შეიძლება ჰალუცინაციებს ბოდვითი მდგომარეობა დაემატოს.

ცუდი "კაიფი"

შენ თუ ცუდ ხასიათზე ხარ, მათი მიღება შენზე კარგად ვერ იმოქმედებს. წარმოქმნილმა ჰალუცინაციებმა და ბოდვებმა შეიძლება შენში პანიკა გამოიწვიოს. მოზღვავებულ საშინელ ჰალუცინაციებს ვერ შეაკავებ. დაკარგავ ყოველგვარ კავშირს რეალობასთან. მოგიცავს საშინელი შიში. შენ ვეღარ აკონტროლებ ნარკოტიკს, ამ დროს ოი გაკონტროლებს შენ!

გაფრთხილება!

როგორც ყველა ცნობიერების შემცვლელ ნარკოტიკულ საშუალებას, ასევე სოკოებსაც და კაქტუსსაც შეუძლიათ გამოიწვიონ სულიერი აშლილობები, რომლის შესახებაც შენ მანამდე არაფერი იცოდი!

შხამიანი სოკოები

როდესაც პირველად იღებ სოკოს, იყავი ფრთხილად, უნდა იყო დარწმუნებული, რას ჭამ. უნდა გეშინოდეს მოწამვლის, ვინაიდან შეიძლება შხამიანი სოკო შეგხვდეს. არის ისეთი შხამიანი სოკოები, რომლებიც გამშრალ მდგომარეობაში ძნელი გასარჩევია და მათი ერთმანეთისაგან გარჩევა მხოლოდ ექსპერტს შეუძლია. ამ საფრთხეს ყურადღება უნდა მიექცეს. ზოგიერთი სიმპტომი მხოლოდ 40 საათის შემდეგ იჩენს თავს. ზოგიერთი სოკო იწვევს კუჭის ტკივილს, გულისრევასა და კუჭის აშლილობას. ზოგიერთმა სოკომ კი შეიძლება სუნთქვის შენელება, გულის წასვლა ან სიკვდილი გამოიწვიოს.

როგორ დავაღწიოთ თავი კოშმარებს

შენ შეგიძლია თავიდან აიცილო არასასიამოვნო გამოცდილებები, თუ ყოველთვის ინარჩუნებ კონტროლს. არასოდეს მიიღო ეს მცენარეები დიდი რაოდენობით. მცირე რაოდენობაც უკვე საკმაოდ ეფექტურია. შენ წინასწარ არასოდეს იცი, რამდენად ძლიერია ისინი და რა სახის ზემოქმედება გექნება. ნურასოდეს შეურევ მათ სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს. ნარკოტიკული კოქტეილის უარყოფით შედეგებს წინასწარ ვერასოდეს განსაზღვრავ. ყოველთვის იქონიე ინფორმაცია იმის შესახებ, რასაც იღებ.

სამართლებრივი მდგომარეობა

პსილოცინი, პსილოციბინი, მესკალინი, ისევე როგორც ყველა შემცველი მცენარეები, ექვემდებარება კანონს. თუ ეს ნივთიერებები აღმოგიჩინეს, არ აგცდება პატიმრობა.

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

პანიკა – თუ შენს მეგობარს პარანოია, შიში და პანიკა დაეუფლა, მოაშორე იგი ხალხს, გაიყვანე მშვიდ ადგილას და დააშშვიდე. შესთავაზე წყალი და ნუ შეწყვეტ მასთან საუბარს. ნუ გაუშვებ ნურსად მარტო. თუ მას ჰაერის უკმარისობა ექნება, აიყოლიე შენს რითმში ისუნთქოს.

ჰალუცინაციები – შესაძლებელია ადამიანს ამ დროს ესმოდეს საშიში ხმები ან ხედავდეს არასასიამოვნო მოვლენებს, რომლებიც სინამდვილეში არ არის. იგი შეიძლება პანიკამდეც მივიდეს. დააშშვიდე შენი მეგობრი და ეცადე აუხსნა, რომ ყოველივე ეს არ არსებობს და სულ მალე ყველაფერი გაუვლის. დარჩი შენს მეგობართან ვიდრე ჰალუცინაციები არ გაუვლის. არ დატოვო იგი მარტო.

კუჭის ტკივილი, გულისრევა და კუჭის აშლილობა – თუ შენს მეგობარს ან შენ ეს სიმპტომები გაქვთ, ეს ნიშნავს იმას, რომ მოიწამლელი სოკო მოქმედებს. დაურეკე სასწრაფოს და წადით საავადმყოფოში. თუ გული აგერიათ, მიეცით ექიმს პირნაღები მასა, გამოსავლელად, რათა თქვენ უფრო სწრაფი დახმარება გაგიწიონ.

სუნთქვის გაძნელება – ამ შემთხვევაში დააწვინე შენი მეგობარი ისე, როგორც ეს 134 გვ–ზეა ნაჩვენები და **დაურეკეთ სასწრაფოს!** დაუკვირდი მის სუნთქვას და ეცადე არ შეწყვიტოს მან ოდ (გვ. 135).

გულის წასვლა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე იგი. შემდეგ **დაურეკე სასწრაფოს!** აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია გადაარჩინოს მისი სიცოცხლე.

– იყავი მზად, გამოაცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (გვ. 135)

– ეცადე, შენმა მეგობარმა არ შეწყვიტოს სუნთქვა.

რა არის PCP?

მისი ნამდვილი სახელია ფენციკლიდინი. როგორც კეტამინი, იგი გამოიყენებოდა ანესთეზიისათვის, მაგრამ ვინაიდან იწვევს დეზორიენტაციისა და ცნობიერების შეცვლას, მას მედიცინაში აღარ იყენებენ.

არსებობის ფორმები

ფენციკლიდინი არის თეთრი არაწმინდა კრისტალური ფხვნილი. მას ალაპავენ და იშვიათად შეჰყავთ შპრიცით. ზოჯერ მას კანაფს და თუთუნს ურევენ და ეწევიან.

უსაფრთხოება!

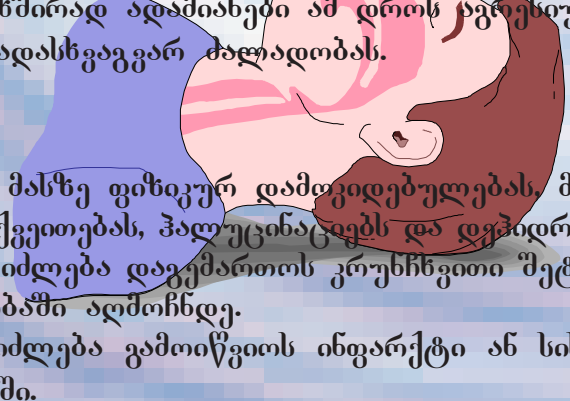
არასოდეს შეურიო ფენციკლიდინი სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებს!
არასოდეს მიიღო ფენციკლიდინი, თუ გაქვს რაიმე ფსიქიკური დაავადება!
ნურასოდეს შეიყვან მას შპრიცით!

ფენციკლიდინის ზემოქმედება

ქვემოთ ჩამოთვლილია, თუ რა სახით ხდება ფენციკლიდინის მიღება, მისი მოქმედება, რეაქცია რამდენიმე წამიდან ნახევარი საათის განმავლობაში. იგი დაახლოებით ამფეტამინის, ლსდ–სა და ალკოჰოლის მსგავსად, ძლიერად ზემოქმედებს ფსიქიკასა და სხეულზე.

ფენციკლიდინი მასტიმულირებელია, მაღლა სწევს სხეულის ტემპერატურას, იწვევს გულისცემის აჩქარებას, ენერგიის მოზღვავებას და საკუთარ თავში დარწმუნებულობის გრძნობას.

ამასთანავე იგი ზემოქმედებს როგორც დეპრესანტი, აღძრავს ძილის სურვილს, იწვევს გაუგებარ ლაპარაკს, კუნთების კრუნჩხვებს და კოორდინაციის დარღვევებს. ამ მოვლენებს თან ახლავს ჰალუცინაციები. ადამიანმა შეიძლება განიცადოს სხეულიდან გამოსვლის და სხეულის გარედან ხედვის შეგრძნება. ხშირად ადამიანები ამ დროს აგრესიულები ხდებიან და მიმართავენ სხვადასხვაგვარ ძალადობას.



საშიშროებები

ფენციკლიდინი არ იწვევს მასზე ფიზიკურ დამოკიდებულებას, მაგრამ იგი იწვევს მხედველობის დაქვეითებას, ჰალუცინაციებს და დეპრესიას. შენ თუ ხშირად იღებ მას, შეიძლება დაგემართოს კრუნჩხვითი შეტევები და კომატოზურ მდგომარეობაში აღმოჩნდე.

ფენციკლიდინის მიღებამ შეიძლება გამოიწვიოს ინფარქტი ან სისხლის მიმოქცევის დარღვევა ტვინში.

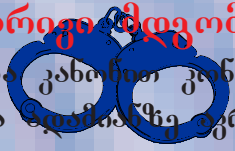
ხანგრძლივი გამოსვლა

განსაკუთრებით რთულია გამოსვლის პერიოდი. ეს შეიძლება რამდენიმე დღე გაგრძელდეს. ადამიანს ზოგ შემთხვევაში ან სულ სძინავს, ან ძალიან ფხიზლად არის. გადატანილს, როგორც წესი, ივიწყებს. შემდგომი გართულებები შეიძლება რამდენიმე კვირა ან თვეც გაგრძელდეს, რასაც შიშის, პანიკის, პარანოიისა და დეპრესიული მდგომარეობისაკენ მივყავართ.

"უკუაფეთქება""

ფენციკლიდინი რჩება ცხიმოვან უჯრედებში და ბოლომდე არ გამოდის ორგანიზმიდან. როდესაც შენ ნარკოტიკს არ ღებულობ და ფიზიკურად აქტიურდები, ხდება ცხიმოვან უჯრედში მისი გააქტიურება და შენ კვლავ მისი ზემოქმედების ეფექტებს განიცდი. ეს საშინელებაა!

სამართლებრივი მდგომარეობა



ფენციკლიდინი ექვემდებარება კანონით კონტროლს. საქართველოში მისი გამოყენება ადამიანზე აკრძალულია!

თუ რაიმე პრობლემები შეგექნა

შეტევები – ეცადე შეაჩერო შენი მეგობრის დაცემა. შეუხსენი ტანსაცმელი, თავქვეშ რამე რბილი ამოუდე. როდესაც მას შეტევა გაუვლის, დააწვინე ისეთ მდგომარეობაში, რომელიც 134 გვ–ზეა ნაჩვენები. დაურეკე სასწრაფოს!

"ცუდი ექსკურსი""– შესაძლებელია შენს მეგობარს დაეწყოს ჰალუცინაციები ანუ ხედავდეს ისეთ საშინელ სურათებს, რომლებიც მის გარშემო სინამდვილეში არ არის ან ესმოდეს შემაშინებელი ხმები. დაამშვიდე იგი და ეცადე დაარწმუნო, რომ ეს მოჩვენებებია. დარჩი ბოლომდე მეგობართან. ნუ გაუშვებ მას მარტო.

ცნობიერების დაკარგვა – მთავარია შენი მეგობარი სუნთქავდეს. გამოუძახე სასწრაფოს! უთხარი ექიმს, რა და რა არაოდენობით მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია გადაარჩინოს მისი სიცოცხლე.

– იყავი მზად გამოაცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135).

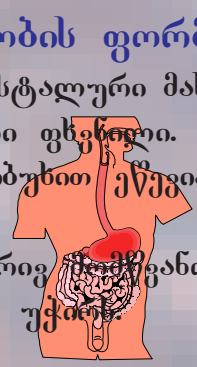
– თუ შენს მეგობარს გული აერია, მას შემდეგ რაც მას გული წაუვა, მიექცი ყურადღება მის სუნთქვას.

რა არის DMT?

DMT ანუ დიმეთილტრიპტამინი არის ძალიან ძლიერი ჰალუცინოგენი, რომელსაც ზოგიერთი ტროპიკული მცენარე შეიცავს. ქუჩებში იგი ძირითადად სინთეზური იყიდება.

არსებობის ფორმა

სუფთა DMT არის მკვეთრი სუნის მქონე თეთრი კრისტალური მასა. ე.წ. "ქუჩის" დიმეთილტრიპტამინი არის ღია ყავისფერი ფხვნილი. ამ ფხვნილს ან კრისტალს ძირითადად მინის ან რკინის ჩიბუხით ეწევიან. შეიძლება ამ ფხვნილის ჭამაც.



მცენარეებისაგან მიღებული DMT არის ჩვეულებრივ [illegible]ანო-მოყავისფრო ბლანტი სითხე, რომლის მონელებაც კუჭს უჭირს.

გაფრთხილება!

DMT-ს მიღება არაფრით არ შეიძლება იმ პირთათვის, ვისაც ფსიქიკურ პრობლემები აქვთ ან მათთვის, რომლებიც მზად არ არიან გადაიტანონ საშინელი შიში!

DMT-ს ზემოქმედება

იმისათვის, რომ DMT-მ იმოქმედოს, უნდა მივიღოთ გაცილებით უფრო დიდი დოზა, ვიდრე ლსდ-ს შემთხვევაში, მაგრამ ეს არ ნიშანავს იმას, რომ "" კაიფი "" უფრო სუსტი იქნება. საშუალო დოზამ შეიძლება გამოიწვიოს ისეთი ჰალუცინაციები, რომელიც შენს ყოველგვარ მოლოდინს გადადგარავს.

თუ DMT-ს მოწევ, იგი ძლიერ ზემოქმედებას რამდენიმე წამში იწყებს. დაახლოებით 5 წუთში მიაღწევს უმაღლეს წერტილს, გრძელდება 15 წუთი და ჰგავს სხვა ჰალუცინოგენების, ძირითადად ლსდ-ს ზემოქმედებას.

თუ DMT-ს შეჭამ, მოქმედება 2-3 წუთში იწყება, 15 წუთში მიაღწევს უმაღლეს წერტილს და 1 საათი გრძელდება.

სამართლებრივი მდგომარეობა

დიმეთილტრიპტამინი ექვემდებარე კანონს. მისი მოხმარება, ფლობა და გავრცელება კანონით აკრძალულია.

რა არ მოგეწონება?

DMT შენში შიშის გრძნობას ბადებს. “”კაიფის””დროს ისეთი გრნობა გაქვს, თითქოს ეიფორიის, შიშის და ეიფორიების ტალღა წაგლეკს.

თუ “კაიფი””ერთხელ დაიწყო, მისი შენელება ძნელია და გეჩვენება, თითქოს ეს წლების განმავლობაში გაგრძელდება.

თუ DMT-ს ეწევი, “ცუდი ექსკურსის”” სიხშირე ბევრად უფრო დიდია, ვიდრე მისი ჭამის დროს.

რჩევები

DMT-ს ზემოქმედება ძალიან ინტენსიურია და არ ყველა სასიამოვნო. ჰალუცინაციური ეფექტი ძლიერი და საშინელია. წინასწარ ვერ განსაზღვრავ, რა ზემოქმედება ექნება DMT-ს. ამ შემთხვევაში შენი განწყობა არანაირ როლს არ თამაშობს. შენ შეიძლება კარგი “კაიფი””გქონდეს საშინელი განწყობის მიუხედავად. როდესაც ”კაიფობ”, ყურადღება მიაქციე შემდეგს:

დაჯექი ან დაწექი, რადგან შეიძლება კოორდინაცია დაკარგო. არასოდეს მიიღო იგი, თუ შენს გვერდით არავინ არის, ვისაც შენ ენდობი.

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

შესაძლებელია, რომ შენი მეგობარი ხედავდეს ან ესმოდეს ისეთი საშინელი ხმები, რაც მის გარშემო სინამდვილეში არ არის. ეს ჰალუცინაციებია. დამშვიდე იგი და დაარწმუნე, რომ არაფერი საშინელება მის გარშემო სინამდვილეში არ ხდება და, რომ მალე ყველაფერი გაქრება. დარჩი შენს მეგობართან, სანამ გაუშვებ მას მარტო.

ცნობიერების დაკარგვა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე იგი ისე, როგორც ეს 134 გვ–ზეა ნაჩვენები. დაურეკე სასწრაფოს! უთხარი ექიმს, რა და რა რაოდენობით აქვს მიღებული შენს მეგობარს. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა.

– იყავი მზად დახმარებისათვის, თუ შენმა მეგობარმა სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135).

– თუ მას გული აერია გულის წასვლის შემდეგ, მიაქციე ყურადღება მის სუნთქვას.

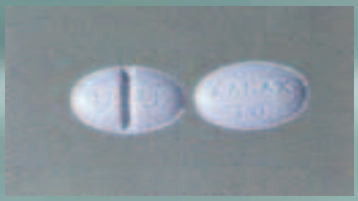
რა არის დამამშვიდებელი საშუალება?

დამამშვიდებელ საშუალებებს უწოდებენ დეპრესანტებს. ეს ნიშნავს, რომ ისინი ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე დამაწყნარებლად მოქმედებენ. მათ სტიმულატორების საპირისპირო მოქმედება აქვთ. დამამშვიდებალი საშუალებები ენიშნებათ ადამიანებს, რომლებსაც ძილის პრობლემები ან გამოხატული შიშისა და შფოთვის გრძნობა აქვთ. თანამედროვე დამამშვიდებელ საშუალებებს მიეკუთვნება ტრანკვილიზატორები, რომელთაგანაც ყველაზე გავრცელებულია ბენზოდიაზეპინები.

არსებობის ფორმები

არსებობს ტრანკვილიზატორების მრავალი წარმომადგენელი, რომლებიც ფართოდ გამოიყენება მედიცინაში. ისინი გარდა მოქმედების ხანგრძლივობისა, ერთმანეთისაგან განსხვავდება ფსიქიკურ ფუნქციებზე მოქმედების სპეციფიკურობით. ეს ყველაფერი ექიმებმა იციან და მათ გარეშე ტრანკვილიზატორების მიღება დაუშვებელია!

დამამშვიდებელი საშუალებების ზემოქმედება



აქ ჩვენ გვინდა დამამშვიდებელი საშუალებების დადებითი და უარყოფითი მხარეები წარმოვიდგინოთ. დამამშვიდებელი საშუალებები ანელებს გულისცემასა და სუნთქვას, აქვეითებს არტერიულ წნევას. ტრანკვილიზატორები ხსნის დაძაბულობას და შიშის გრძნობას, მაგრამ თუ დოზას გადააჭარბე, გექნება შემდეგი შეგრძნებები:

- გეხსნება დაძაბულობა და შიშის გრძნობა
- შფოთვა ღებულობს ნაკლებ ინტენსივობას
- გონება გაქვს დაბინდული
- ხარ მთვრალივით მოდუნებული

ძალიან შორს შესვლა

ვინც დამამშვიდებელ საშუალებებს დიდი დოზით იღებს, ექმნება პრობლემები. გაქვს გუნება-განწყობის ცვალებადობა, ხან ეიფორიაში ხარ, ხან კი ნერვიული და აგრესიული ხდები

პარანოია – თანდათან შენ ფიქრობ, რომ ყველა შენს წინააღმდეგ არის განწყობილი, ყველა შენს წინააღმდეგ გაერთიანდა, დაგცინიან და მასხრად გიგდებენ. პარანოიას მიყავხარ იქამდე, რომ აგრესიული ხდები იმათ მიმართ, ვისაც შენ მანამდე არაფერს ერჩოდი.

გამოსვლა – თუ შენ ღამით მიიღებ დამამშვიდებელ საშუალებას, დილით აუცილებლად გექნება უსიამოვნო დამტვრეულობის, გაბრუებისა და თავის ტკივილის შეგრძნება. თუ შენ სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებსაც დაუმატებ, ყველაფერი ეს გაცილებით ძლიერად შეგაწუხებს.

დეპრესია – დამამშვიდებელ საშუალებებს ტყუილად არ უწოდებენ დეპრესანტებს. ხანგრძლივმა მიღებამ შეიძლება გაგხადოს ისეთი დეპრესიული, რომ მუდმივად სამყაროსაგან დამალვის სურვილი გაგჩნდეს. ასეთ სიტუაციაში შენ დამამშვიდებელ საშუალებებზე კიდევ უფრო დამოკიდებული ხდები. შეიძლება სხვა ნარკოტიკების მიღების სურვილიც დაგებადოს.

ქრონიკული დაღლილობა – შენ ხარ გამოფიტული, არ გაქვს ჭამის ან დაბანის ძალა, დაცლილი ხარ ენერგიისაგან, იღებ წონაში და სამხლად გამოიყურები.

უჩვეულო საქციელი – დამამშვიდებელი საშუალებების დიდი დოზით მიღებამ შეიძლება იმოქმედოს შენი თვითშეფასებისა და ქმედების ადეკვატურობაზე. შენ ხშირად რისკავ და ათას სისულელეს ჩადიხარ, რადგან ახდენ შენი შესაძლებლობების გადაფასებას. შეიძლება იქურდო ან გაიტაცო ავტომობილი. შენ სრულიად კარგავ სიფრთხილის გრძნობას.

სიკვდილის მომასწავებელი ინფექცია – ზოგიერთი მომხმარებელი აბებს ფშვნის ფხვნილად, ხსნის წყალში და მიღებული სითხე შრიცით შეჰყავს ვენაში. ეს სამშია, ვინაიდან აქ ვერ დაიცავ სტერილობას და შეიძლება ორგანიზმში შეიტანო ყველგვარი ინფექცია, მათ შორის შიდსი ან B და C ჰეპატიტი.

ბლოკირებული ვენები – კაფსულების გათხევადებული ელემენტი ვენაში ფორმას იცვლის და შეუძლია ადვილად მოახდინოს ვენების ბლოკირება. ამან შეიძლება გამოიწვიოს შესიებები, აბსცესები, სისხლის კაპილარების დაზიანება.

გადაჭარბებული დოზა

გადაჭარბებული დოზის საფრთხე იზრდება ინექციის დროს. თუ ტრანკვილიზატორების მიღება დიდი დოზით მოგვიდა, ითრგუნება ყველა სასიცოცხლო ფუნქცია, შედეგია სუნთქვის მოშლა, კომა და სიკვდილი!

გაფრთხილება!

სხვა ნარკოტიკულ საშუალებებთან ერთად ერთ ტაბლეტზე ან კაფსულაზე მეტი ტრანკვილიზატორის მიიღებას შეიძლება სავალალო შედეგი მოჰყვეს!

ტრანკვილიზატორები და ალკოჰოლი

ტრანკვილიზატორები ამცირებენ თვითკონტროლს, ისევე როგორც ალკოჰოლი. თუ შენ ორივეს ერთად მიიღებ, ამას შეიძლება მომაკვდინებელი შედეგი მოჰყვეს. ალკოჰოლი აძლიერებს მათ ჰიპნოზურ ზემოქმედებას, საშინლად გთენთავს და გაძინებს. ამან შეიძლება არასასიამოვნო და გაუთვალისწინებელი პრობლემები შეგიქმნას.

შენ შეიძლება ჩაგეძინოს, გული აგერიოს და ამით დაიხრჩო.

შენ შეიძლება შემთხვევით მიიღო გადაჭარბებული დოზა. მისათვის საკმარისია რამდენიმე ტაბლეტი და მცირე ალკოჰოლური სასმელი. ამან შეიძლება გამოიწვიოს გულის წასვლა და სიკვდილი. მართალია, ალკოჰოლი აძლიერებს დამამშვიდებელი საშუალებების შიშის მომხსნელ ეფექტებს, მაგრამ იწვევს თვითკონტროლისა და კოორდინაციის დაკარგვას, რის გამოც შეიძლება მრავალ უსიამოვნებაში გაეხვე და ყველაფერი ცუდად დამთავრდეს!

სამართლებრივი მდგომარეობა

დამამშვიდებელი საშუალებები ექვემდებარება კონტროლს. ისინი შეიძლება დანიშნოს მხოლოდ ექიმის მიერ.
ექიმის რეცეპტის გარეშე ამ პრეპარატების ფლობა და გავრცელება კანონით აკრძალულია.

ზემოქმედებიდან გამოსვლის საშიში სახე

სულ უფრო მეტი ადამიანი იღებს ტრანკვილიზატორებს ნარკოტიკების მიღებით გამოწვეული პრობლემების მოსახსნელად. ეს არ არის კარგი იდეა, რადგან ტრანკვილიზატორებისა და სხვა ნარკოტიკების ერთმანეთში არევა არ შეიძლება!!!

როგორ ავიცილოთ საფრთხე თავიდან

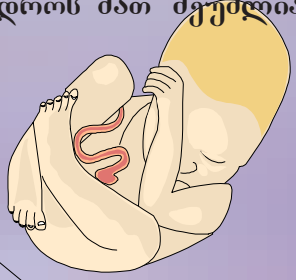
არასოდეს მიიღო სტიმულატორები ქრონიკული დაღლილობის და მოთენთილობის მოსახსნელად. ტრანკვილიზატორებისა და სტიმულატორების ერთმანეთში არევა საშინელებაა!

არასოდეს გარისკო! შენ წინასწარ არასოდეს არ იცი, ზუსტად რა დოზაა საკმარისი. ამას შეიძლება საფრთხე მოყვეს!

ნურასოდეს დაჯდები საჭესთან, თუ ტრანკვილიზატორები გაქვს მიღებული!

ნუ გექნება სექსი! ტრანკვილიზატორები ამცირებს შენს თვითკონტროლს. შესაძლებელია ამას მოჰყვეს დაუცველი სექსი.

არასოდეს მიიღო ტრანკვილიზატორები, როცა ფეხმძიმედ ხარ. ბავშვს შეიძლება ჰქონდეს მოთხოვნილება დამამშვიდებელ საშუალებებზე, რის გადალახვა მას მოუწევს დაბადების შემდეგ. ამავე დროს მათ შეუძლია გამოიწვიოს ნაყოფის სიმახინჯეები.



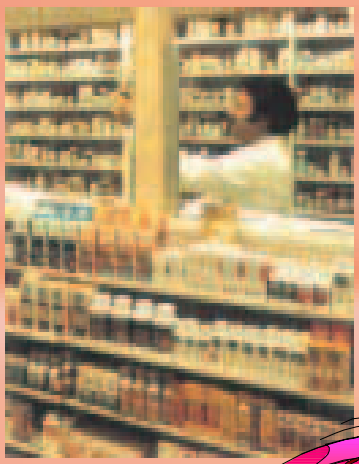
ტრანკვილიზატორები და მათზე დამოკიდებულება

ტრანკვილიზატორების დიდი ნაწილი არ იწვევს ფიზიკურ შეჩვევას, მაგრამ ახასიათებს ძლიერი ფსიქოლოგიური დამოკიდებულება. შენ იმდენად დამოკიდებული ხდები მასზე, რომ მათ გარეშე ცხოვრება წარმოუდგენლად მიგაჩნია და საშინლად გეშინია ამ საშუალებების მიღების შეწყვეტა.

დამამშვიდებელ საშუალებებზე თავის დანებება

დამამშვიდებელ საშუალებებზე თავის დანებება არ არის სასიამოვნო, მაგრამ შესაძლებელია. მათ, ვისაც ეს განუცდიათ, თვლიან, რომ ეს ბევრად უფრო უარესია, ვიდრე ჰეროინზე თავის დანებება. წამალზე უცბად თავის დანებება ძალიან საშიშია და შეიძლება მომაკვდინებელი შედეგებიც ჰქონდეს. შეიძლება თავი იჩინოს პარანოიამ, დეპრესიამ, პანიკამ, თავბრუსხვევამ, ფსიქოზმა, ჰალუცინაციებმა, გულისრევამ და კოშმარებმა.

დამამშვიდებელ საშუალებებს თავი ნელ-ნელა დაანებე. არ ეცადო ამას მარტომ, მიმართე პროფესიონალურ დახმარებას!



თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

გულის წასვლა – თუ შენი მეგობარი ჯერ სუნთქავს, იგი ისე დააწვინე, როგორც ეს 134 გვ-ზეა ნაჩვენები. **დაურეკე სასწრაფოს!** აუცილებლად უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა. მხოლოდ ამას შეუძლია მისი სიცოცხლის გადარჩენა.

იყავი მზად იმისათვის, რომ გამოაცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135).

ეცადე, რომ აიყოლიო შენი მეგობარი, ისუნთქოს შენი სუნთქვის რითმის მიხედვით.

როჰიპნოლი

რა არის როჰიპნოლი?

როჰიპნოლი არის ძლიერი ტრანკვილიზატორი. იგი ენათესავება დიაზეპამს, თუმცა ბევრად უფრო ძლიერია. მცირე დოზის მიღების შემდეგაც კი გაქვს ძლიერი ძილიანობა და გონების დაბინდვა.

არსებობის ფორმები

როჰიპნოლი არის თეთრი, უსუნო, ხსნადი, უგემო ტაბლეტები.

როჰიპნოლის ზემოქმედება

ერთი ტაბლეტი თავისი მოქმედებით დაახლოებით ექვს ყუთ ლუდს უტოლდება და მისი ზემოქმედება 8 საათამდე გრძელდება.

ერთი ტაბლეტის მიღების შემდეგ შენ უკვე გულისრევას, სიცხეს, თავბრუსხვევას და დეზორიენტაციას გრძნობ.

თუ ერთზე მეტ ტაბლეტს მიიღებ, მთვრალივით ხარ და კარგავ დამახსოვრების უნარს.

ერთ ტაბლეტს შეუძლია გააჩეროს სუნთქვა.

როჰიპნოლმა და ალკოჰოლმა ერთად შეიძლება გამოიწვიოს კომა!

როჰიპნოლი და დამოკიდებულება

სხვა ტრანკვილიზატორებისაგან განსხვავებით, როჰიპნოლი იწვევს ფიზიკურ და ფსიქიკურ დამოკიდებულებას.

სამართლებრივი მდგომარეობა

როჰიპნოლი ექვემდებარება კანონით კონტროლს ისევე, როგორც ნარკოტიკული საშუალებები, ამიტომ მისი ექიმის რეცეპტის გარეშე ფლობა ან გავრცელება კანონით ისჯება.

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

გულის წასვლა – თუ შენი მეგობარი სუნთქავს, დააწვინე იგი როგორც ეს 134 გვ-ზეა ნაჩვენები. **დაურეკე სასწრაფოს!** იყავი მზად, გააცოცხლო შენი მეგობარი, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა.

რა არის ბარბიტურატები?

ბარბიტურატები არის დამამშვიდებელი, ჰიპნოზური და ნარკოტიკული საშუალებები, რომელიც, ისევე როგორც ტრანკვილიზატორები, ნერვულ სისტემაზე დამაწყნარებლად ზემოქმედებს. მცირე რაოდენობითი მისი მიღება ამშვიდებს ადამიანს, დიდი დოზებით კი იგი ადამიანს ძილს გვრის.

მოკლე ისტორია

ბარბიტურატების გამოყენება დაიწყო XX საუკუნის დასაწყისიდან. იგი ფართოდ გამოიყენებოდა როგორც საძილე და დამამშვიდებელი საშუალება. 30-40-იან წლებში ექიმებმა შეამჩნიეს მისი ისეთი თვისებები, როგორიცაა მიჩვევისადმი მიდრეკილება, მათი მიღების აღკვეთის შემთხვევაში მყარი უძილობის განვითარება. ამის გამო 50-იანი წლებიდან მოყოლებული, შეწყდა მისი ფართო გამოყენება და მათი ზოგიერთი წარმომადგენელი აყვანილ იქნა მკაცრ კონტროლზე.

რა შეიძლება მოხდეს ?

ბარბიტურატები ზემოქმედებს ნერვულ სისტემაზე, რაც გამოვლინდება შემდეგით:

- გულისცემის შესუსტება
- სუნთქვის რითმის შენელება და ჟანგბადის ნაკლებობა
- სისხლის წნევის დაქვეითება

აი, რამდენად საშიშია ბარბიტურატები სიცოცხლისათვის!

არსებობის ფორმები

ბარბიტურატები არსებობს ტაბლეტებისა ან კაფსულების სახით. ძირითადად გავრცელებულია ფენობარბიტალი, ციკლობარბიტალი და სეკობარბიტალი.

ბარბიტურატების ზემოქმედება

თუ ბარბიტურატებს ხანმოკლე პერიოდის განმავლობაში და მცირე რაოდენობით ღებულობ, ისინი ხსნის უძილობას და შიშს, მათი მიღების შემდეგ თითქოს ალკოჰოლით ნასვამი ხარ. პრეპარატის შემადგენლობის, რაოდენობის, ტოლერანტობისა და აქტივობის მიხედვით, ზემოქმედება შეიძლება 12 საათი ან მეტი გაგრძელდეს.

ბარბიტურატები საშიში ნარკოტიკებია!

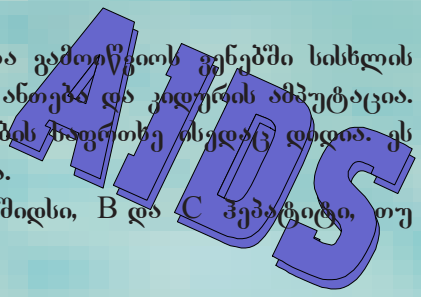
ბარბიტურატები ძალიან საშიშია, რადგან მცირეა ზღვარი ეფექტურ დოზასა და მომაკვდინებელ დოზას შორის.

- ბარბიტურატები არც ზედმეტ ეიფორიას და არც გადაჭარბებული ბედნიერების შეგრძნებას არ აღძრავს
- ბარბიტურატები არ აგიშლის ლაპარაკის საღერღელს, არ გხდის კონტაქტურს
- ბარბიტურატები გაცლის ენერგიას, შტერდები, იყურები შუშის თვალებით
- ბარბიტურატები იწვევს უსიამოვნო შეგრძნებებს მეორე დღეს. მთელი დღე გეძინება, მოქმედებები შენელებული გაქვს და ვერ ახდენ კოორდინაციას.

ინექცია არ შეიძლება!

ზოგიერთი მომხმარებელი ფხვნილს ხსნის წყალში და შპრიცით შეჰყავს წამალი ორგანიზმში.

- თუ ფხვნილი კარგად არ გაიხსნა, ამან შეიძლება გამოიწვიოს ვენებში სისხლის მიმოქცევის ბლოკირება, რასაც მოჰყვება ვენების ანთება და კიდურის ამპუტაცია.
- ბარბიტურატების გადაჭარბებული დოზით მიღების საფრთხე ისედაც დიდია. ეს საფრთხე ინექციის დროს კიდევ უფრო იზრდება.
- დიდია ისეთი ინფექციების რისკი, როგორიცაა შიდსი, B და C ჰეპატიტი, თუ საერთო შპრიცით გაიკეთებ.



გაფრთხილება!

70-იან წლებში ბარბიტურების მიღების შედეგად ყოველწლიურად 2000 ადამიანი იღუპებოდა!

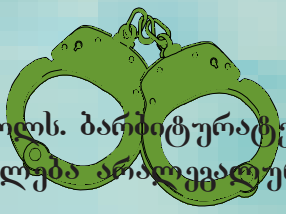
შედეგები ბარბიტურატების ხანგრძლივი მიღებისას

დეპრესია – შენ საშინლად გამოიყურები. ხანგრძლივმა გამოყენებამ შეიძლება გამოიწვიოს დეპრესია და ძლიერი დაღლილობის შეგრძნება. **დისფორია** – ხშირმა გამოყენებამ შეიძლება გამოიწვიოს გუნება–განწყობის დაქვეითება, რომელსაც თან ახლავს გამღიზიანებლობა და გაბოროტება. **ბრონქიტი ან ფილტვების ანთება** – ბარბიტურატების ზემოქმედებით კანქვეშა კაპილარები ფართოვდება, რაც იწვევს სითბოს სწრაფ დაკარგვას. ხშირი მიღებისას გემუქრება ნივთიერებათა ცვლის მოშლა, ქვეითდება სიცივის შეგრძნება, რამაც შეიძლება სიკვდილამდე მიგიყვანოს!

მოერიდე ალკოჰოლს!!!

ალკოჰოლისა და ბარბიტურატების ერთმანეთში არევა თვითმკვლელობის ტოლფასია. ალკოჰოლი როგორც დეპრესანტი, აძლიერებს ბარბიტურატების ზემოქმედებას.

სამართლებრივი მდგომარეობა



ბარბიტურატები ექვემდებარება კანონით კონტროლს. ბარბიტურატების ექიმის რეცეპტის გარეშე ფლობა და მათი გავრცელება არალეგალურია და ისჯება პატიმრობით.

ხდები თუ არა ბარბიტურატებზე დამოკიდებული?

ბარბიტურატებზე შეიძლება გახდე დამოკიდებული როგორც ფიზიკურად, ასევე ფსიქიკურად. ამ შემთხვევაში ბარბიტურატებზე დამოკიდებულების საფრთხე ბევრად უფრო დიდია, ვიდრე ჰეროინზე. რამდენიმე დღის მიღების შემდეგ მის გარეშე უბრალოდ ვერ იძინებ.

თავის განებება

თუ ბარბიტურატებს მიეჩვიე, თავის განებება საშინელი პროცესია:

გაქვს ბარბიტურატების საშინელი მოთხოვნილება და მათ გარეშე აღარ შეგიძლია სიცოცხლე.

გაქვს საშინელი სპაზმები კუჭის არეში, ვინაიდან შენს სხეულს ბარბიტურატები სჭირდება.

დაგჩემდება უძილობა, დეპრესიები, შეიძლება თავი იჩინოს სულიერმა დაავადებებმა, პანიკამ და ჰალუცინაციებმა.

ბარბიტურატებმა შეიძლება სიკვდილი გამოიწვიოს. ისევე ძნელია მათთვის თავის დანებება, როგორც ჰეროინისთვის, მაგრამ ჰეროინი ამ დროს სიკვდილს იშვიათად იწვევს.

ტოლერანტობა

სანამ შენი ორგანიზმი სწავლობს ბარბიტურატების გადამუშავებას, იზრდება შენი ტოლერანტობა. ეს ნიშნავს, რომ დროთა განმავლობაში შენ სულ უფრო მეტი ნივთიერება გჭირდება, რათა სასურველ შედეგს მიაღწიო. თუ შენ ცოტა ხანს შეწყვეტ ბარბიტურატების მიღებას, ტოლერანტობა ისევ კლებულობს. თუ ამის შემდეგ შენს ჩვეულ დოზას დაუბრუნდები, იგი შენთვის უკვე გადაჭარბებული იქნება.

ბარბიტურატებზე უარის თქმა

თუ შენ გსურს, აღარ მიიღო ბარბიტურატები, აუცილებლად მიმართე **პროფესიულ დახმარებას,** რადგან დოზები ნელ-ნელა და უმჯობესია საავადმყოფოში შემცირდეს. თავის განებება ძნელია, მაგრამ არ არის შეუძლებელი.

თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა

გულის წასვლა – თუ შენ მეგობარი ჯერ სუნთქავს, დააწვინე ისე, როგორც ეს 134 გვ-ზეა ნაჩვენები. **დაურეკე სასწრაფოს!** უთხარი ექიმს, რა მიიღო შენმა მეგობარმა.

– იყავი მზად დახმარება გაუწიო შენ მეგობარს, თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა (იხ. გვ. 135)

– თუ შენს მეგობარს გული წაუვიდა, მიაქცია ყურადღება მის სუნთქვას.

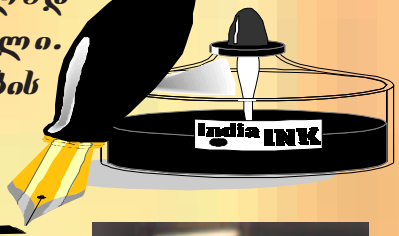
ანაბოლიკები

რა არის სპორტული ნარკოტიკი?

სპორტულ ნარკოტიკებს ანუ ანაბოლურ სტეროიდებს უწოდებენ მამაკაცის სასქესო ჰორმონებიდან სინთეზური გზით მიღებულ ნივთიერებებს. ისინი განაპირობებს ჩონჩხის კუნთების ზრდას და მამაკაცის სექსუალური მახასიათებლების განვითარებას.

მოკლე ისტორია

ანაბოლური სტეროიდების გამოყენება დაიწყო XX საუკუნის 30-ანი წლებიდან სხეულის წონის დაკარგვის სამკურნალოდ. ამ თვისებიდან გამომდინარე, მათი მოხმარება გავრცელდა ე.წ. bodybuilding -ის გამო, ჩვენს ქვეყანაში მას კულტურიზმს და ათლეტიზმს უწოდებენ. ამ თვალსაზრისით გამოსაყენებლად 100-ზე მეტი პრეპარატია შექმნილი. ზოგიერთ ქვეყანაში მათი უმრავლესობის ბრუნვა შეზღუდულია.



გამოშვების ფორმები

ანაბოლური სტეროიდები არსებობს ტაბლეტებისა და ინექციის სახით.

რატომ იღებენ სპორტულ ნარკოტიკებს?

ბევრ სპორტსმენ ფანატებს სურთ საუკეთესონი იყვნენ თავიანთ სფეროში და, რაც შეიძლება მალე ჰქონდეთ უნაკლო სხეული. ზოგიერთი ვარჯიშის დროს იღებს სპორტულ ნარკოტიკებს, რადგან ფიქრობს, რომ მიზანს ასე უფრო სწრაფად მიაღწევს.

ანაბოლური სტეროიდები ექვემდებარება კანონს სამკურნალო საშუალებების შესახებ. ბევრი მათგანი საჭიროებს რეცეპტს. რეცეპტის გარეშე მისი ფლობა და გაცემა დასჯადი ქმედებაა.

ხდები თუ არა სტეროიდებზე დამოკიდებული?

მომხმარებელს, რომელიც დიდ ხანია იღებს ამ პრეპარატს, უჩნდება მის მიმართ მოთხოვნილება და უჭირს თავის დანებება. მას ახასიათებს ფიზიკური მოთხოვნილება. ამავე დროს მისთვის დამახასიათებელია დეპრესიების აღმოცენება.

ნარკოტიკების შერევა ერთმანეთში – ნარკოტიკული კოქტეილი

თუ ანაბოლურ სტეროიდს მასტიმულირებულ ნარკოტიკულ საშუალებებს შეურევ, როგორიცაა, კოკაინი, მივიღებთ ნარკოტიკულ კოქტეილს, რაც შეიძლება მომაკვდინებელი იყოს!

სასურველი გარეგნობა ძვირად გიჯდება

ყველა სპორტული ნარკოტიკული საშუალება საშიშია. ანაბოლური სტეროიდი თავისი მოქმედებითა და სტრუქტურით მამაკაცურ ჰორმონს ტესტოსტერონს ენათესავება. მისი ხანგრძლივი მიღება იწვევს საშიშ ანდროგენურ გართულებებს:

ზემოქმედება სხეულზე – ქალები ხდებიან მამაკაცურები, უპატარავდებათ მკერდი, უბოხდებათ ხმა, უჩნდებათ თმიანობა და კარგავენ შვილოსნობის ფუნქციას. მამაკაცებზე მათ შეიძლება საწინააღმდეგო ეფექტი ჰქონდეთ: გაეზარდოთ მკერდი და ა.შ. ანაბილური სტეროიდები იწვევს ღვიძლის დაავადებებს, ქოლესტერინის მომატებას, გულის დაზიანებას, ამცირებს ერექციის ხანგრძლივობას და ტემპერამენტს.

ინფექცია

საერთო შპრიცის გამოყენებას მოსდევს ისეთი დაავადებები, როგორიცაა შიდსი და B და C ჰეპატიტები.

გაფრთხილება!

თუ ადამიანი არ არის ზრდასრული და იღებს ანაბოლურ სტეროიდებს, შეიძლება შეუჩერდეს ზრდა.

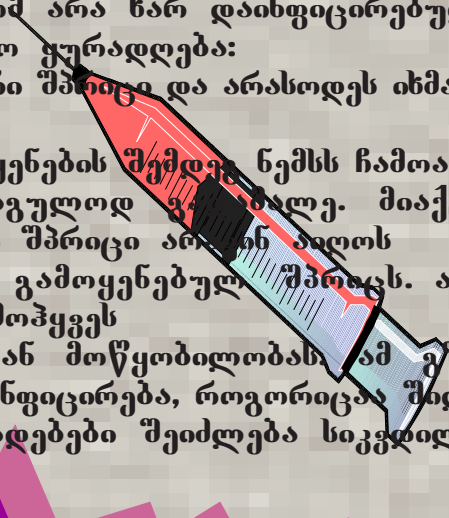
თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა, სასწრაფოდ მიმართე პროფესიონალებს!

გაქვს თუ არა პრობლემები ნარკოტიკებთან დაკავშირებით?

ქვემოთ ჩამოთვლილი ნიშნებიდან თუნდაც ერთი მაინც თუ გამოგივლინდა, ჩათვალე, შენთვის ნარკოტიკები პრობლემატურია:

- პერიოდულად გახსენდება ის მომენტი, როდესაც პირველად გასინჯე ნარკოტიკი
- გინდება კვლავ და კვლავ გაიმეორო ნარკოტიკის ეფექტი
- ხშირად მას სიზმარში ხედავ
- ეძებ იმ სიტუაციას, სადაც ნარკოტიკების შოვნა შეიძლება
- არ უშვებ არც ერთ მომენტს, რომ ნარკოტიკი არ მოიხმარო
- გამუდმებით იმაზე ფიქრობ, სად იშოვო ნარკოტიკი
- ნარკოტიკის მოსაპოვებლად მზადა ხარ იცრუო ან ნებისმიერი გზით იშოვო ფული მის შესაძენად.

ნემსის მომხმარებლები



თუ ნარკოტიკს შპრიცით იღებ, აუცილებლად უნდა მიმართო პროფესიონალებს და გაარკვიო, ხომ არა ხარ დაინფიცირებული. მანამდე კი, აი, რას უნდა მიაქციო ყურადღება:

- გამოიყენე ყოველთვის სტერილური შპრიცი და არასოდეს იხმარო ერთი შპრიცი ორჯერ
- არასოდეს მიაგდო შპრიცი. გამოყენების შემდეგ ნემსს ჩამოაცვი დამცველი თავი და საგულდაგულოდ [illegible] ალე. მიაქციე ყურადღება, რომ გამოყენებული შპრიცი არ [illegible]ან აიღოს
- ნურასოდეს გამოიყენებ უკვე გამოყენებულ შპრიცს. ამას შეიძლება საშინელი შედეგები მოჰყვეს
- ნუ გამოიყენებ სხვის შპრიცს ან მოწყობილობას. ამ გზით შეიძლება ისეთი დაავადებებით ინფიცირება, როგორიცაა შიდსი, B და C ჰეპატიტები. ეს დაავადებები შეიძლება სიკვდილით დამთავრდეს!

მცდარია!

ზოგი ასე ხსნის თავის დამოკიდებულებას ნარკოტიკებისადმი, უბრალოდ იმიტომ ვიღებ, რადგან ასეა ჩემი ორგანიზმი მოწყობილიო.

მიმართე დახმარებას!

დახმარების მიღება

საზოგადოება გულისყურით ეკიდება ამ პრობლემას. ვისაც არ უნდა მიმართო, შენს პრობლემას ყველა ყურადღებით მოეკიდება.

როგორ მოვიქცეთ ექსტრემალურ სიტუაციაში

ძნელია ნარკოტიკებთან დაკავშირებით წინასწარ სიტუაციის განსაზღვრა. ერთი და იგივე ნარკოტიკი სხვადასხვა ადამიანზე შეიძლება განსხვავებულად ზემოქმედებდეს. ექსტრემალურ სიტუაციაში შენი მეგობარი ნარკოტიკების მიღების შემდეგ შეიძლება დაიღუპოს!!!

სასწრაფოში დარეკვა

აკრიფე 03 ან სხვა სასწრაფო დახმარების ნომერი, იკითხე სასწრაფო დახმარება და აუწყე შემდეგი ინფორმაცია:

- ტელეფონის ნომერი, საიდანაც რეკავ
- სად იმყოფები,
- რა დაემართა შენს მეგობარს.

ნუ შეგეშინდება იმის თქმა, რომ მან ნარკოტიკი მიიღო. აუცილებლად უთხარი, რომელი ნარკოტიკი მიიღო მან. მხოლოდ ამ ინფორმაციას შეუძლია შენი მეგობრის სიცოცხლის გადარჩენა.

ინიციატივის ხელში ჩაგდება

თუ შენს მეგობარს ნარკოტიკების გამო რაიმე გვერდითი ეფექტები აქვს, იცოდე, მის სიცოცხლეს დიდი საფრთხე ემუქრება. აუცილებელია შეგეძლოს გამოიცნო, რა შემთხვევაში იქმნება პრობლემა და როგორ მოიქცე ასეთ სიტუაციაში. მხოლოდ სწორ ქმედებას შეუძლია შენი მეგობრის სიცოცხლის გადარჩენა. წიგნში წაიკითხე ყველა რუბრიკა - **”თუ რაიმე პრობლემები შეგექმნა”.** იგივე ურჩიე შენს მეგობარს. ყველაზე საუკეთესო ვარიანტია, გაიარეთ პირველადი დახმარების კურსები.

თუ როგორ მოიქცე ექსტრემალურ სიტუაციაში – წაიკითხე შემდეგ გვერდზე.

თუ შენი მეგობარი ცუდად გრძნობს თავს

შეამოწმე, რაეგირებს თუ არა,
როცა მას მხრებში ხელს ჰკიდებ და ანჯღრევ?

თუ მას გული არა აქვს წასული:
- **დარჩი მასთან, სანამ იგი თავს უკეთ არ იგრძნობს**
- **თუ მას ძლიერი დაღლილობის გრძნობა აქვს, დარეკე სასწრაფოში! ეცადე არ ჩაეძინოს დახმარების მოსვლამდე**

თუ მას გული აქვს წასული:
- **გაუნთავისუფლე სასუნთქი გზები**
- **თავი გადააწევინე უკან და თითებით მსუბუქად მაღლა აუწიე ნიკაპი. ასე მას არ გადაცდება, თუ რამე აქვს პირში და არ მოხდება სასუნთქი გზების ბლოკირება. ეს იხსნის მას დახრჩობისაგან**
- **მიმართე სასწრაფო დახმარებას!**

სუნთქავს ის?
- **შენი სახე ახლოს მიიტანე მის სახესთან**
- **ასე შენ შეგიძლია იგრძნო მისი სუნთქვა, მოძრაობს თუ არა მისი მკერდი**

ის სუნთქავს:
- **დააწვინე იგი, დაურეკე სასწრაფოს!**
- **დარჩი მასთან და ყურადღება მიაქციე მის სუნთქვას**
- **თუ მას გული აერია, გაუნთავისუფლე პირი ნერწყვისაგან, რათა დაიხრჩოს, თავი გადააწევინე უკან**
- **თუ მან სუნთქვა შეწყვიტა, ეცადე მას სიცოცხლე შთაბერო**

ის არ სუნთქავს:

- **დაურეკე სასწრაფოს!** პირით პირში ჩაბერე ჰაერი
- დარწმუნდი, რომ მას სუნთქვაში არაფერი უშლის ხელს
- თავი გადაუწიე უკან
- ხელი მოუჭირე ცხვირზე, ტუჩები მიადებინე ერთმანეთს და ჩასუნთქე პირში. მიაქციე ყურადღება მის სუნთქვას, მოძრაობს თუ არა მისი მკერდი
- ჩაბერე მას კიდევ ერთხელ და შეამოწმე პულსი კისერზე

აქვს თუ არა მას პულსი?

- დაადე საჩვენებელი და შუა თითი ყელზე ჩაღრმავებულ ადგილას, ლავიწის ძვლის ზემოთ
- თუ პულსი აქვს, გაუკეთე ხელოვნური სუნთქვა, თან ამოწმე მისი პულსი
- თუ შენ მის პულსს ვერ გრძნობ, ე.ი. გული აღარ ცემს, გაუკეთე გულის მასაჟი
- ორი თითით შეამოწმე მისი პულსი. დაიწყე გულის მასაჟი

დაადე ორი თითი მკერდის მორჩიდან ორი თითით ზემოდ

გაუკეთე გულის მასაჟი 15-ჯერ

დაადე შუა და საჩვენებელი თითი მკერდს ქვემოთ იმ ძვალზე, სადაც იწყება ნეკნები. მეორე ხელისგული დაიდე თითების წვერზე, გაუკეთე ხელოვნური სუნთქვა. ორჯერ ჩაუშვი ჰაერი

გააგრძელე გულის მასაჟი და ხელოვნური სუნთქვა დახმარების მოსვლამდე

ბავშვს, შენც დაგჭირდებ ასეთი დახმარება?

ტექსტში გამოყენებულ იმ ტერმინთა განმარტება, რომელთა მნიშვნელობა შესაძლებელია თქვენთვის არ იყოს ცნობილი

აპოპლექსია – თავის ტვინის ფუნქციის მწვავე მოშლა, რომლის დროსაც იქმნება სიცოცხლისათვის საშიში მდგომარეობა სუნთქვის მოშლითა და არტერიული წნევის მერყეობით.

ბრონქიტი – სასუნთქი გზების ანთება.

დეპრესანტები – ნივთიერებები, რომელთა მიღებას მოჰყვება ფსიქიკურ ფუნქციათა შენელება, სხეულში და კიდურებში ვითარდება მოდუნების, სითბოსა და სიმძიმის შეგრძნება.

დეპრესია – ადამიანის განსაკუთრებული მდგომარეობა, რომლის დროსაც დაქვეითდებულია გუნება–განწყობა, შენელებულია ინტელექტუალური და მოტორული ფუნქციები, ვაფერმკრთალებულია სურვილები და მისწრაფებები. საკუთარ თავს და გარე სინამდვილეს ადამიანი პესიმისტურად, უიმედოდ აღიქვამს.

ეიფორია – უდარდელი, მხიარული გუნება–განწყობა ნეტარების შეგრძნებით.

ემფიზემა – სასუნთქი გზების დაავადება, რომელიც ვლინდება ფილტვის ქსოვილის დაზიანებით, ჟანგბადის ათვისების უნარის დაქვეითებით და სუნთქვის მოშლით.

ზედოზირება – ნივთიერების იმ დოზაზე მეტი, რომელიც შეუძლია ინდივიდის ორგანიზმს აიტანოს ისე, რომ არ განუვითარდეს სიცოცხლისათვის საშიში მდგომარეობა.

ილუზია – რეალურად არსებული საგნების არასწორი, დამახინჯებული აღქმა.

ინფარქტი – სისხლის მიმოქცევის მწვავე მოშლით გამოწვეული გულის კუნთის დაზიანება, რაც ხშირად იწვევს გულის გაჩერებას.

“კაიფი” – არაბული სიტყვა, ნიშნავს სასიამოვნო განცხრომას. ნარკომანები ამ ტერმინით აღნიშნავენ იმ მდგომარეობას, რომელიც ვითარდება ნარკოტიკული ნივთიერების მოხმარების დროს.

კომატოზური მდგომარეობა – სიკვდილისწინა მდგომარეობა, რომლის დროსაც მინიმუმამდეა დაყვანილი ადამიანის ორგანიზმის ძირითადი სასიცოცხლო სისტემების ფუნქციონირება.

მამაკაცის პოტენცია – მამაკაცის უნარი, აწარმოოს ნორმალური სქესობრივი კავშირი.

ნარკომანია – დაავადება, რომელიც ვითარდება ნარკოტიკული ნივთიერებების მოხმარების შედეგად და გამოიხატება ამ ნივთიერებებისადმი განვითარებული ფიზიკური და ფსიქიკური დამოკიდებულებით.

ნარკოტიკი – ფსიქოაქტიური ნივთიერება, რომელიც თავისი თვისებების გამო შეტანილია ნარკოტიკული ნივთიერებების ჩამონათვალში.

პანიკა – შიშის, განგაშის, შფოთვითი მდგომარეობა.

პარანოია – მდგომარეობა, რომლის დროსაც ადგილი აქვს გარემოს არასწორ აღქმას, წარმოიშვება ეჭვები და აზრები, რომლებიც არ შეეფერება სინამდვილეს, მაგრამ ამ მომენტში ადამიანისათვის ის რეალურია და განაპირობებს მის აზრთა წყობასა და ქცევას.

რიტუალი – სიმბოლური განმეორებადი მოქმედება ან აზრი, რომელსაც ადამიანი აძლევს განსაკუთრებულ მნიშვნელობას და მისი განმეორებით იმედი აქვს, აიცილოს ესა თუ ის მისთვის არასასიამოვნო მოვლენა.

სტიმულატორები – ნივთიერებათა ჯგუფი, რომელთა მიღების შემდეგ ხანმოკლე დროით მატულობს ადამიანის ფსიქიკურ და ფიზიკურ ფუნქციათა დინამიკური მაჩვენებლები.

ტოლერანტობა – ორგანიზმის უნარი, აიტანოს ამა თუ იმ ნივთიერების გარკვეული რაოდენობა ისე, რომ არ შეექმნას სასიცოცხლისათვის საშიში მდგომარეობა.

ფსიქიკის ფუნქციები – ადამიანის ფსიქიკის ფუნქციებში არჩევენ: აღქმას, აზროვნებას, მეხსიერებას და ყურადღებას, ემოციურ, მოქმედებით ანუ ნებით ფუნქციებს, ცნობიერებას და ინტელექტს.

ფსიქოაქტიური ნივთიერება – ბუნებრივი წარმოშობის (მცენარე, სოკო და სხვ.) ან სინთეზურად შექმნილი ნივთიერება, რომელსაც გააჩნია უნარი, ორგანიზმში მოხვედრისას, შეცვალოს ფსიქიკის რომელიმე ფუნქცია.

შიშები – განსაკუთრებული მდგომარეობა, რომელიც ვითარდება საკუთარ ან სხვათა მიმართ სიცოცხლისათვის საშიში მდგომარეობის აღმოცენების მოლოდინის დროს. ახასიათებს ფართო დიაპაზონი – გაურკვევლობის გრძნობიდან შეძრწუნებამდე.

ჰალუცინაცია – არარსებული მოვლენების აღქმა. ჰალუცინაციები შეიძლება იყოს სმენითი, მხედველობითი, ყნოსვითი, გემოვნებითი, შეხებითი, მომდინარეობდეს გარედან ან ორგანიზმიდან.

ჰალუცინოგენები – ნივთიერებათა ჯგუფი, რომელთა მიღება იწვევს ხანმოკლე დროის განმავლობაში ცნობიერების შეცვლას, სხადასხვა სახის ხატოვანი ილუზიებისა და ჰალუცინაციების წარმოშობას.

ჰიპერვენტილაციის შეტევა – სუნთქვის უნებლიე გახშირება თანდართული შიშის გრძნობით, რაც იწვევს ორგანიზმში დიდი რაოდენობით ჟანგბადის მიწოდებას და ამით საფრთხეს უქმნის სიცოცხლეს.

როგორ? რა? ვინ? რატომ? რისთვის? ვის?

როგორი დაავადებაა ნარკომანია?

თუ შენ ეს წიგნი წაიკითხე, ალბათ უკვე შეგექმნა რეალური წარმოდგენა, რა დაავადებასთან გაქვს საქმე. არა გვგონია, ამ წიგნის წაკითხვის შემდეგ შენ მაინც გაგიტაცოს "ექსპერიმენტის" ჟინმა და გასინჯო რომელიმე ნარკოტიკი. მაგრამ, თუ უკვე იღებ ნარკოტიკებს, სამწუხაროდ, ცოტა რამ არის დამამშვიდებელი. რატომ? იმიტომ, რომ შენ აქაც სიმართლე უნდა იცოდე. ნარკომანია არის დაავადება, რომელიც ცვლის როგორც ადამიანის ფსიქიკას, ასევე მისი ორგანიზმის ბიოლოგიას და ეს ცვლილებები პრაქტიკულად შეუქცევადია. თუ გავაანალიზებთ ადამიანის ცხოვრებას, რომელიც ნარკოტიკებს ეზიარა და შემდეგ მათ თავი დაანება, შეიძლება იგი სამ მდგომარეობად წარმოვიდგინოთ. პირველი – ეს არის ჯანმრთელი ორგანიზმის მდგომარეობა, რომელიც თავდება იქ, სადაც იწყება ნარკოტიკების მიღება. მეორე მდგომარეობა ისეთია, როგორიც წინა თავებშია აღწერილი და ჩვენი აზრით, აქ სახარბიელო და შესაშური არაფერია. რაც შეეხება მესამე მდგომარეობას, იგი იწყება მაშინ, როდესაც შენ გადაწყვეტ და თავს დაანებებ ნარკოტიკებს. თუ ეს მანამდე მოხდა, სანამ შენ ნარკოტიკებზე დამოკიდებული გახდებოდე, მაშინ ადვილია პრობლემებთან ბრძოლა. მაგრამ, თუ უკვე ნარკომანიით ხარ დაავადებული, ამ სენისაგან მორჩენა ძალიან ძნელია. შენი ორგანიზმის რეაქტიულობა უკვე შეცვლილია ნარკოტიკების მიმართ და იგი პირვანდელ მდგომარეობას არასოდეს დაუბრუნდება. თუმცა მდგომარეობა არც ისე უიმედოა. უბრალოდ უნდა იცოდე, რომ ძალიან დიდი ძალისხმევა დაგჭირდება იმისათვის, რომ მათი მოქმედების ეფექტები თავიდან ამოიგდო. ბევრმა შეძლო ეს! შენც შეძლებ!!! ჩვენ ხშირად ვეუბნებით ნარკომანიით დაავადებულებს, იმისათვის, რომ ნარკოტიკებს თავი დაანებო, ახლიდან უნდა ისწავლო სიარული და ლაპარაკი, როგორც ახალშობილმა.

ყველა ადამიანი ბუნების ინდივიდუალური პირმშოა და აქვს საკუთარი გზა, მაგრამ ამ დაავადებას ახასიათებს ისეთი თვისებები, რომ მათ დასაძლევად საჭიროა ყველა ადამიანმა ერთნაირად იმოქმედოს, ერთნაირი ნაბიჯები გადადგას.

რა ნაბიჯებია ეს?

ნაბიჯი პირველი

ჩაიხედე სარკეში, შეხედე შენ თავს, მოგწონს? ალბათ, არა. ახლა ჩახედე იმ ადამიანს სულში, რომელსაც სარკეში ხედავ. დაინახე ის სიკეთე, რისი დაკარგვაც არ ღირს ნარკოტიკების გამო. თუ ყველაფერი ასეა, გადადგი მეორე ნაბიჯი.

ნაბიჯი მეორე

მართლაც რომ ვაჟკაცობაა, ვინმეს გაუმხილო ნარკოტიკებთან დაკავშირებული შენი პრობლემები. მაგრამ ეს უნდა გააკეთო, თუ გინდა, რომ ნარკოტიკებს თავი დააღწიო. ეს გზა შენ მარტომ არ უნდა გაიარო. მეგობართან ან ოჯახის წევრთან საუბარი შენთვის დიდი ემოციური თანადგომა იქნება. პროფესიული დახმარება კი შენთვის საჭირო სამედიცინო თანადგომას გაგიწევს. შენ აქამდე ცხოვრების "უმოაჯირო ბეწვის ხიდზე" დადიოდი. მას შემდეგ, როგორც კი შენს გულის ნადებს გაუმხელ ახლობელს, ეს ხიდი მყარი და მოაჯირიანი გახდება და აუცილებლად მიაღწევ მიზანს. ოღონდ გჭირდება სიმტკიცე, რომ აღიარო ნარკოტიკებთან დაკავშირებული შენი პრობლემები. მაგრამ, თუ შენ ამ პრობლემას გაითვითცნობიერებ, სწორედ ეს იქნება საჭირო ნაბიჯები მომავალში. მეორე ნაბიჯი შედარებით რთულია: შენი პრობლემა ვინმეს უნდა გაანდო, შენთვის, შეიძლება, ბევრად უფრო ადვილი იყოს, თუ ყველაფერს ნეიტრალურ, გამგებიან ადამიანს მოუყვები, მაგალითად, ნარკომანთა საკონსულტაციო ცენტრის თანამშრომელს. შესაძლებელია შენი თავი აღარ იგრძნო მარტო, როდესაც ისეთ ვინმესთან გაიხსენები, ვისაც შენ უყვარხარ და ვინც შენზე ზრუნავს. ეს შეიძლება შენი მშობლები იყვნენ ან შენი საყვარელი მასწავლებელი, დეიდა, ბიძაშვილი, ოჯახის მეგობარი ან ბებია და ბაბუა ან საყვარელი ქალი ან მამაკაცი. მაგრამ ამას ნარკომანთა ცენტრის თანამშრომელს თუ მოუყვები, ეს იმით იქნება უკეთესი, რომ ისინი ამ სიტუაციას უკვე იცნობენ და არ იქნებიან შოკირებული, რაც შეიძლება შენს ახლობლებს დაემართოთ. ყველაზე მთავარია, შეარჩიო ისეთი ადამიანი, ვისთანაც ბოლომდე გულწრფელი იქნები. შენ შეიძლება შენი პრობლემა მოუგვარებელი გეჩვენოს, შეიძლება ძალიან ცუდად იყო, მაგრამ როგორც კი ვინმეს ყველაფერს მოუყვები, მაშინვე მოგეშვება. ეს პიროვნება შენს პრობლემას სრულიად სხვა კუთხით დანახავს და ექნება კიდეც რჩევა–დარიგებები, რაზეც შენ არ გიფიქრია. აქ არის კიდევ ერთი უპირატესობა: რაკი შენ შენს პრობლემას თვალებში შეხედე, შენში ნელ–ნელა გაიღვიძებს საკუთარ თავში რწმენის გრძნობა.

ნაბიჯი მესამე

მიმართე პროფესიონალებს

ნარკოტიკებიდან გამოსვლა არ არის ადვილი და ნუ ეცდები ამას მარტო. მაგრამ შენ თუ გსურს, მარტოც მოახერხებ. თუ შენ სწორ გზას შეარჩევ და შესაფერის დახმარებას მიმართავ, ნარკოტიკებსაც გაანებებ თავს. თავის დანებების დროს წარმოშობილი სიმპტომების ბევრ ადამიანს ეშინია, ამიტომ ურჩევნიათ არც კი სცადონ. მათ ჰგონიათ, რომ ამ ბრძოლას ვერ გადაიტანენ. შენ ნურაფრის ნუ გეშინია, გეშინოდეს მხოლოდ შიშის.

პროფესიონალებმა კარგად იციან არა მარტო ნარკომანების მკურნალობა, არამედ მათ აქვთ დიდი გამოცდილება უკვე ნამკურნალევი ავადმყოფების ამ სენიდან გამოსვლის თავისებურებების შესახებ. ექიმები დაგეხმარებიან, რაც შეიძლება უმტკივნეულოდ დაანებო თავი ნარკოტიკებს.

ნაბიჯი მეოთხე

შენი ორგანიზმიდან მთლიანად რომ გამოვიდეს შხამი, საჭიროა დრო – რამდენიმე დღიდან 1 თვემდე. შენივე უსაფრთხოების მიზნით აქ ექიმის ზედამხედველობაა საჭირო. ზოგ ნარკოტიკს მაშინვე შეგიძლია დაანებო თავი, მაგრამ ზოგი, მაგ., დამამშვიდებელი საშუალებები ან ბარბიტურატები, ნელ–ნელა უნდა შეამცირო. ამ საშუალებებზე უცბად უარის თქმა შეიძლება საშიში აღმოჩნდეს. პირველი დღეები ძნელი გადასატანია. თუ შენ ეს შეძელი, შემდგომში ნაკლებად გაგიჭირდება, ყველაფერი კარგად იქნება, ოღონდ დროა საჭირო. სხვა ნარკოტიკებიდან თავის დაღწევას ორი კვირიდან ორ თვემდე ინტენსიური მკურნალობა სჭირდება.

მთავარი მერე იწყება

ნაბიჯი მეხუთე, მეექვსე და სიარულის სწავლა...

ორგანიზმიდან შხამის გამოძევება მხოლოდ ბრძოლის ნახევარია. ყველაზე ძნელია ნარკოტიკის "ამოშლა" ტვინიდან. მხოლოდ ასე შეგიძლია შენი შანსების გაზრდა.

- დაკავდი სპორტით
- მონახე შენთვის სასიამოვნო საქმიანობა
- შორს დაიჭირე თავი ყოველგვარი ნარკოტიკისაგან
- თავი აარიდე იმ ადამიანებს, ვინც ნარკოტიკებს იღებს
- მიმართე პროფესიონალების დახმარებას, თუ შენ გიძნელდება ან იმის შიში გაქვს, რომ ისევ დაუბრუნდები ნარკოტიკებს
- გახსოვდეს, მილიონობით ადამიანი ცხოვრობს ნარკოტიკების გარეშე და უიმათოდაც იღებს სიამოვნებას
- შეხედე შენს გარშემო არსებულ სამყაროს. ხედავ, რა ლამაზია იგი, რა საინტერესოა ცხოვრებასთან ურთიერთობა ნარკოტიკების გარეშე

იცი რა არის ჭეშმარიტება?

ჭეშმარიტებაა ის, რომ გიყვარდეს და პატივს სცემდე საკუთარ თავს, გიყვარდეს და ეთაყვანებოდე იმ ხალხს და იმ ქვეყანას, რომელმაც შენ გშვა.

თუ გსურს გახდე ჯანმრთელი, პირველ რიგში, საკუთარი თავის მიმართ უნდა იყო გულწრფელი და მართალი.

ბოლოთქმა

როგორც წიგნის წინათქმაში აღვნიშნეთ, წიგნში ვეცადეთ გაგვეშუქებინა მხოლოდ ის პრობლემები, რომლებიც ზედაპირზე დევს და როგორც ახალგაზრდებისთვის, ასევე მოსახლეობის დიდი ნაწილისთვის ადვილი აღსაქმელია. ნარკოტიკების მოხმარების პრობლემას კიდევ მრავალი სამედიცინო, სოციალური და იურიდიული ასპექტი აქვს, რომელსაც ვერც ერთი სახელმწიფო თავის აპარატითა და მექანიზმებით ვერ უვლის და ვერც მოუვლის, თუ არ მოხდება ამ ბრძოლაში მთლიანად საზოგადოების ჩაბმა. ჩვენს მიზანს წარმოადგენდა კიდევ ერთი ზარის შემოკვრა და საზოგადოების გაფრთხილება, თუ რაოდენ საშიშ და ერისათვის მომაკვდინებელ სენთან გვაქვს საქმე. გვინდა, რომ არც ერთი მკითხველი არ დარჩეს გულგრილი ამ პრობლემის მიმართ, რადგან ვფიქრობთ, რომ თუ დროულად არ დაირაზმა მთელი საზოგადოება ამ სენის წინააღმდეგ ბრძოლაში, მარტო ჯანმრთეობის დაცვის სისტემა ვერ შეძლებს ეფექტურად გაუწიოს წინააღმდეგობა ნარკოტიკების მოხმარებით გამოწვეულ ზიანს.

ხომ გინდა, რომ იყო რაინდი და გქონდეს ჯანმრთელი სხეული?

მიჰყევი სპორტს!

ა. გამყრელიძე, ნ. ნიკოლაიშვილი, ქ. ტიბუა
რა უნდა ვიცოდეთ ნარკოტიკების შესახებ

A. Gamkrelidze, N. Nickolaishvili, K. Tibua
What should we know about drugs of abuse

რედაქტორი
ალისა ცინცაძე

კონსულტანტები
ირაკლი გამყრელიძე
რეზიკო ნიკოლაიშვილი

დიზაინი და კომპიუტერული
გრაფიკა
ა. გამყრელიძისა და ნ. ნიკოლაიშვილის

კომპიუტერული უზრუნველყოფა
დიმიტრი აგეკიანი
თეა ოჩიგავა

წიგნი დაიბეჭდა სარეკლამო-საგამომცემლო კომპანია „ჯი ეი თი“-ს მიერ