

ISSN 1313-2733

ИЗДАТЕЛСКА КЪЩА  
СТЕНО®

# НАРКОТИЦИ

информационен и образователен бюлетин

# И НАРКОМАНИИ

година седма, брой **5-6** 2011

Легални дроги

Наркотици?! ... Не благодаря!

Кратък терминологичен речник по  
наркотици и наркомании



ОБЩИНА ВАРНА, ДИРЕКЦИЯ "ПРЕВЕНЦИИ"

[www.prevencii.com](http://www.prevencii.com)

## ЛЕГАЛНИ ДРОГИ

Как да открием употребата на наркотици?

Най-често срещани са следните признаци:

- ❖ внезапни и постоянни промени в настроението;
- ❖ необичайно агресивно поведение;
- ❖ загуба на апетит;
- ❖ постепенна загуба на интерес към учението, хобитата, спорта, приятелите и т.н.;
- ❖ необичайно сънливо или замаяно състояние;
- ❖ нарастващи доказателства за лъжи и друго потайно поведение;
- ❖ изчезване на пари или други вещи от дома;
- ❖ необичайни петна, белези или миризми по тялото, дрехите или личните вещи.

Не очаквайте да намерите добре подредени купчинки бял пращец някъде наоколо – по-вероятно е да намерите следи от възможна употреба на наркотици, отколкото самите наркотици. Например:

- ❖ смачкани парчета от тънко фолио;
- ❖ обгоряла чаена лъжичка;
- ❖ игли и спринцовки;
- ❖ домашно направена лула;
- ❖ остатъци от опаковки на психоактивни медикаменти;
- ❖ остатъци от цигари с малък картонен филтър (марихуана).

Ако се случи най-лошото и Вие намерите Вашето дете унесено или в безсъзнание, е много важно да знаете какво да правите и към кого да се обърнете.

Това може да спаси живота му.

1. Осигурете му чист въздух.
2. След това го обърнете на една страна, като му придържате главата.
3. Опитайте се да не го оставяте само, тъй като може да му стане лошо и да вдиша повърнати материи.
4. Изберете тел. 150 и повикайте линейка.
5. Накрая съберете всички прахове, таблетки или каквото и да е друго, което би могло да е използвано при употребата на наркотика, и ги предайте на лекаря.

## АНАБОЛНИ СТЕРОИДИ

Те не бива да се бъркат с кортикостероидните препарати, които често се предписват от лекари при различни заболявания. Анаболните стероиди са с ограничена употреба в хуманната медицина (напр. за ускорено натрупване на мускулна маса при пациент, който за дълго време е бил обездвижен).

С тях злоупотребяват предимно спортисти и културисти с цел увеличаване на мускулната маса. Те смятат, че препаратите им помагат в по-активното трениране и по-бързото възстановяване след травми.

Тези препарати са производни на мъжкия полов хормон тестостерон, поради което стимулират агресивно поведение. Това е причина с тях да злоупотребяват и лица, които не се занимават с активен спорт. Има доста потенциални проблеми, свързани с употребата на тези лекарства:

- ❖ често тези лекарства се инжектират с общи игли, което носи риск от инфекции
- ❖ при млади хора употребата им може да доведе до намаляване на растежа
- ❖ при мъжете може да има временни странични ефекти от страна на половата система – намалено сексуално влечение, намален брой сперматозоиди
- ❖ при жените се наблюдават „маскулинни“ странични ефекти – по-плътен глас, неоформени гърди, мъжки тип окосмяване, нарушен менструационен цикъл и други, които могат да останат и след спиране на препарата
- ❖ макар и рядко анаболните стероиди могат да предизвикат смърт от рак на черния дроб.

## АЛКОХОЛ

Алкохолът е депресант, който намалява скоростта на телесните реакции и предизвиква забавяне на мозъчната дейност.

### *Какви са ефектите от употребата на алкохол?*

- ❖ Малки количества обикновено карат хората да се отпуснат.
- ❖ Как би се чувствал след употреба на алкохол, зависи най-вече от настроението ти и от самата ситуация. Ако преди това си се чувствал потиснат и депресиран, алкохолът може да засили това усещане.

### *Какви са проблемите, свързани с употребата на алкохол?*

- ❖ Пиенето на по-големи количества алкохол води до слаба координация и забавена реч. Употребата на още по-

големи количества алкохол може да предизвика „двойно виждане“ и загуба на съзнание.

- ❖ Редовната употреба на алкохол от младите хора носи значителни здравни рискове.
- ❖ Алкохолът може да причини инциденти и насилие.
- ❖ Употребата на алкохол може да струва и доста скъпо.
- ❖ Жени, които са бременни или очакват да забременеят, не трябва да пият повече 25 -50 мг алкохол един-два пъти седмично.
- ❖ Алкохолът може да причини смърт, в случай че човек загуби съзнание и се задави от повърнатото. Фатален край може да настъпи и ако заедно с алкохола се употребят и други дроги, като хероин и транквилизатори.
- ❖ Алкохолът действа като тъканна отрова в цялата нервна система (поява на парализа и увреждане на мозъчната дейност), черния дроб (цироза), стомаха (язва на стомаха) и сърцето (увреждане на сърдечния мускул).
- ❖ Психичните последици при продължителна употреба на алкохол са: промяна на личността, като интелектуалната деградация може да стигне до пълно оглупяване. Вероятността от тези последствия е различна при различните индивиди, но по принцип е толкова по-голяма, колкото в по-големи количества и по-често се злоупотребява с алкохол.

### ***Ситуации, при които не трябва да се пие:***

- ❖ Преди и по време на шофиране.
- ❖ Преди плуване.
- ❖ При бременност.
- ❖ При употреба на определени медикаменти.

- ❖ При лечение или възстановяване от алкохолна или друга зависимост.
- ❖ Когато се намираме под стрес или сме преуморени.
- ❖ Когато някой от семейството е бил зависим от алкохол или друга дрога.
- ❖ Преди работа с машини или преди изпълнението на потенциално рискови задачи.

### ***Как да се предпазим от рискова употреба на алкохол?***

- ❖ Желателно е да се яде преди употребата на алкохол.
- ❖ Да не се задоволява жаждата с алкохол. Това те кара да се чувстваш още по-жаден.
- ❖ Алкохолът да се приема на малки глътки.
- ❖ Да не се пие всеки ден – не повече от 4 дни седмично.
- ❖ Да се ограничава употребата до 25 г алкохол на час.
- ❖ Давайте си почивки – редувайте всяко алкохолно пиетие с неалкохолна напитка.
- ❖ Ако ще ходите на парти, където имате намерение да пиете, преди това погълнете една супена лъжица олио.

## **БЕНЗОДИАЗЕПИНИ**

### ***Какво представляват бензодиазепините?***

Бензодиазепините са седативи, предписвани от лекарите за намаляване на тревогата и страха, както и при проблеми със съня. Те също се използват без лекарско предписание за справяне с неблагоприятните ефекти в дните след употребата на стимуланти.

### ***Какви са ефектите от употребата на бензодиазепините?***

- ❖ Бензодиазепините могат да облекчат симптомите на стрес и тревожност и да предизвикат отпускане, релаксация и сънливост.
- ❖ При продължителна употреба от период над 2 седмици бензодиазепините могат да загубят действието си на сънотворни, а след редовна употреба от 4 месеца губят ефекта си за намаляване на тревожността.

### ***Какви са проблемите, свързани с употребата на бензодиазепини?***

- ❖ Някои от употребяващите бензодиазепини чувстват постоянна сънливост, обърканост и трудно се концентрират.
- ❖ Забавените реакции вследствие употребата на бензодиазепини може да са причина за автомобилни инциденти или наранявания при извършване на дейности, при които се изисква максимална концентрация.
- ❖ Употребата на бензодиазепини може да предизвика физическа зависимост. Употребяващите бензодиазепини може да изпитват нужда да приемат все по-големи дози, за да постигнат същия ефект – повишаване на толеранса.
- ❖ Симптомите при „откачване“ (отказване) понякога може да продължат със седмици или дори месеци след спиране на употребата. Симптомите варират при различните хора и включват тревожност, проблеми със съня, гадене, пристъпи на паника и по-рядко конвулсии.
- ❖ Предозирането може да бъде и фатално, в случай че бензодиазепините се приемат и с други дроги, като хероин и алкохол.

### ***Какви са рисковете при инжектиране на бензодиазепини?***

- ❖ Инжектирането на бензодиазепини е опасно и може да причини абсцеси и сепсис (отравяне на кръвта). От друга страна, размяната на спринцовки може да е причина за разпространение на HIV и хепатити.
- ❖ Инжектирането на капсули с темазепам е много опасно, тъй като може да причини съсиреци във вените, а дори и смърт.

### ***Спиране на употребата на бензодиазепини***

- ❖ **ДА НЕ СЕ СПИРА ВНЕЗАПНО.** За предпочитане е спирането да стане постепенно, като е желателна консултацията с лекар.
- ❖ Често помага и преминаването от бензодиазепини с кратко действие към такива с по-дълго като диазепам.
- ❖ Много хора откриват, че промяна в начина на хранене, увеличаване на физическите упражнения и практикуването на техники за релаксация може да намали силата на симптомите.

### ***Напътствия за по-безопасна употреба на бензодиазепини***

- ❖ Желателна е консултацията с лекар преди подновяване на употребата на бензодиазепини.
- ❖ Да не се употребяват за дълъг период от време. Препоръчително е употребата да се ограничи от 2 до 4 седмици.
- ❖ Ако се употребяват като сънотворни, желателно е да се ползват не повече от 4-5 нощи седмично или да се оставят 2-3 нощи без употреба.

## ТЮТЮН

### *Какво представлява тютюнът?*

- ❖ Тютюнът съдържа стимуланта никотин, който предизвиква ускоряване на пулса и повишаване на кръвното налягане.

### *Как влияе тютюнът?*

- ❖ Когато пуши за първи път, човек може да се почувства замаян или да му стане зле.
- ❖ Редовните пушачи споделят, че пушенето им помага да се концентрират, отпуснат и да намалят тревожността.
- ❖ Пушенето потиска апетита, така че пушачите често ядат по-малко в сравнение с непушачите.
- ❖ Ефектите от пушенето започват много бързо и често продължават повече от половин час след изпушването на една цигара.

### *Какви са проблемите, свързани с пушенето?*

- ❖ Към тютюна може да се развие физическа зависимост.
- ❖ Въпреки че някои хора не са редовни пушачи, повечето пушачи пушат редовно. Ако спрат да пушат, редовните пушачи често се чувстват уморени, раздразними и потиснати.
- ❖ Пушенето причинява кашляне, проблеми с дишането и тежест в гърдите.
- ❖ Редовни пушачи, които пушат от по-дълго време, рискуват да заболяят от редица сърдечни и ракови заболявания (рак на белите дробове), да имат проблеми с кръвообращението, да боледуват от бронхити и язви.

- ❖ Жени, пушещи по време на бременност, може да увредят плода – бебето може да се роди с по-ниско тегло от нормалното.
- ❖ Пасивните пушачи (хора, които не пушат, но дишат дима на пушачи), могат също да увредят здравето си. При бебета и по-малки деца, които често са изложени на тютюнев дим, съществува сериозен риск да заболяят от астма и други заболявания.

### *Ако пушеш, а искаш да спреш...*

- ❖ Определи си дата за спиране.
- ❖ Търси подкрепа от семейството и от приятелите си.
- ❖ Стой далеч от места, на които се пуши.
- ❖ Ако имаш възможност, ползвай акупунктура или дъвчи никотинови дъвки.

### *Ако чувстваш, че не си готов да спреш да пушиш...*

#### *Намали риска от пушенето чрез:*

- ❖ Постепенно намаляване броя на изпушените цигари.
- ❖ Определи си някакъв дневен лимит от цигари и го спазвай.
- ❖ Използвай цигари с по-ниско съдържание на никотин и катран или използвай допълнителни филтри.

## **СОЛВЕНТИ**

- ❖ Групата на солвените включва аерозоли, лепила, разтворители, почистващи препарати, бензин.
- ❖ Най-често тези продукти се вдишват.
- ❖ Предизвикват сходни ефекти с алкохола.

- ❖ За да се поддържа пиковото състояние, е необходим постоянен прием. Някои от отрицателните ефекти са замаяност, гадене, отпадналост, натравяне, халюцинации.
- ❖ Продължителната употреба води до оглупяване и състояние на безсъзнание. Солвентите развиват психическа зависимост. Приемът на някои видове газове може да причини парализа на гласните струни, водещо до загуба на гласа.

### ***Белезите:***

- ❖ Лепило по дрехите или косата, натрапващ се мирис, унесеност, рани около устата.
- ❖ Наличие на найлонови торбички със следи от лепило, дрехи или парцали, пропити с аерозоли.

## НАРКОТИЦИ?! ...

## НЕ, БЛАГОДАРЯ!

### АМФЕТАМИНИ

Амфетамините имат формата на бял кристалообразен прах и са синтетични стимуланти, които влияят на (стимулират) централната нервна система. Те могат да бъдат приемани перорално (чрез устата), чрез смъркане, инжектиране или разтворени в течност.



#### Какви са ефектите от употребата на амфетамини?

Ефектите от употребата на амфетамини варират в зависимост от дозата. При по-малки количества човек се чувства уверен, с повишена физическа и психическа активност.

По-високи дози могат да причинят гадене, повръщане, повишаване на кръвното налягане, а в някои случаи могат да предизвикат халюцинации и страх от преследване (параноидни мисли).

Други ефекти от приемането на високи дози амфетамини са: учестен пулс, ускорено сърцебиене, намалена способност за реална и критична преценка на ситуацията.

## **Какво може да причини редовната употреба на по-високи дози амфетамини?**

Такава употреба би могла да предизвика чести промени в настроението, проблеми със съня, а има и данни, че дългогодишната злоупотреба с амфетамини причинява увреждания на някои вътрешни органи, което в някои случаи води и до смърт.

Редовната употреба на големи дози амфетамини би могла да предизвика и халюцинации – употребяващият амфетамини може да вижда, чува и усеща неща, които в действителност не съществуват.

Пероралната употреба (чрез устата) на амфетамини може сериозно да повреди стомаха, причинявайки гастрит или възпаление на стомашната стена.

## **Какво може да предизвика приемането на голяма доза амфетамини?**

Вземането на голяма доза амфетамини е изключително опасно, тъй като може да причини треперене, нарушаване на сърдечния ритъм, загуба на координация, сърдечен удар и дори смърт.

## **Съществува ли при амфетамините потенциал за зависимост?**

Употребяващите амфетамини могат да развият психическа зависимост към drogата.

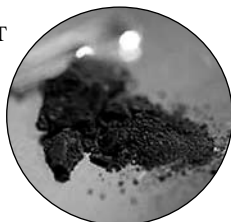
Абсолютно противопоказно е човек да употребява амфетамини в следните ситуации:



- ❖ Когато му предстои шофиране, тъй като при употреба на амфетамини човек губи способността си за реална преценка на ситуацията, което би могло да предизвика тежки инциденти.
- ❖ При проблеми с черния дроб и сърцето, тъй като амфетамините силно натоварват тези органи.
- ❖ За потискане на апетита при желание за намаляване на теглото, тъй като продължителната употреба на амфетамини в тези случаи може да предизвика сериозни поражения на организма и психиката на човека.

## ХЕРОИН

Хероинът се добива от опиумния мак, от който първо се извлича морфин. В пригодени за целта лаборатории морфинът се смесва с други химикали и така се получава хероин.



### Как се употребява хероинът?

- ❖ Хероинът може да се пуши, смърка или инжектира.
- ❖ Ефектът е един и същ, но всеки метод носи различни рискове.
- ❖ При пушене хероинът навлиза в тялото постепенно, което позволява по-лесното регулиране на дозата.

### Какви са ефектите от употребата на хероин?

- ❖ Хероинът може временно да отстрани физическа болка.
- ❖ Веднага след приемането на хероин възниква усещането за удоволствие, топлина, радост. Тези усещания траят

кратко време, възможно е само 60 секунди, но тази продължителност е достатъчна за някои да искат да опитат отново. След това настъпва усещането за спокойствие и отпуснатост. При по-високи дози човек обикновено е унесен, полузаспал. При още по-високи дози може да загуби съзнание и да се стигне до фатален край.

### **Какви са болестните усложнения при употребата на хероин?**

- ❖ Хероинът причинява загуба на апетит и влошаване на режима на хранене.
- ❖ Настъпват разстройства в поведението и емоциите.
- ❖ Рискът от предозиране и сериозни усложнения нараства, ако хероинът се употребява едновременно с други дроги – алкохол, метадон и транквилизатори.
- ❖ Човек става физически и психически зависим от дрогата.
- ❖ С всяко вземане на хероин ефектът от употребата му при едно и също количество става по-малък. За да се постигне предишният ефект, трябва да се вземе по-висока доза. Това се нарича нарастване на толеранса.

### **Какви са рисковете при инжектиране?**

- ❖ На местата, където е инжектиран хероинът, могат да се развият възпаления и абсцеси.
- ❖ Може да се причини кръвно отравяне – сепсис.
- ❖ Други сериозни инфекции, които се причиняват в резултат на употребата на общи или замърсени игли и спринцовки, са хепатитите В и С.

- ❖ Интравенозната (инжекционна) употреба на хероин е един от основните начини за заразяване с вируса на СПИН, който се предава посредством използването на общи игли и спринцовки.

## Какво става при спиране употребата на хероин?

- ❖ При внезапно спиране на употребата на хероин симптомите на „откачване“ започват в рамките на 24 часа. Някои от тези симптоми са: болки в различни части на тялото, раздразнителност, неспокоен сън и други. Колко тежки ще са тези симптоми, зависи от продължителността и честотата на употреба, както и от количеството и начина на употреба на хероин. Някои хора, които са употребявали хероин за дълъг период от време, най-вероятно биха имали нужда от професионална помощ или лечение, за да преодолеят зависимостта. При тези, чийто период на употреба е по-кратък, „откачването“ от хероина може да бъде проведено успешно и без професионална помощ, но това изисква планиране и силна подкрепа от страна на други хора. В такива случаи пиенето на големи количества натурални сокове би могло да помогне, но от друга страна трябва да се избягва приемането на алкохол, кафе, както и на продукти с високо съдържание на кофеин и захар.
- ❖ Употребата на сънотворни или болкоуспокояващи с цел облекчаване на симптомите може да излезе извън контрол и да удължи периода на „откачване“.
- ❖ Пушенето на канабис през този период може да увеличи интензивността на неприятните усещания.



## КОКАИН

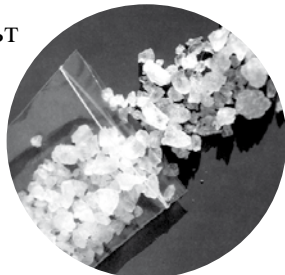
### Какво представлява кокаинът?

- ❖ Кокаинът е бял, пухкав прах, който се получава от листата на растението кока. Кокаинът е стимулант също като амфетамините, но с по-кратко действие.
- ❖ Крекът се получава чрез обработването на кокаина с неорганични вещества като амоняк, амониев хлорид или органични разтворители като етер и хлороформ. В резултат на това крекът добива формата на кристали или малки „скалички“.



### Как се употребява кокаинът?

- ❖ Кокаинът най-често се смърка, но също така може да се инжектира.
- ❖ Крекът се пуши. Ефектите от употребата са едни и същи, но всеки начин на употреба носи различни рискове.
- ❖ При смъркане на кокаин ефектът настъпва постепенно, а върховият момент настъпва 15-30 мин след приемането на drogата.
- ❖ При инжектиране на кокаин ефектът настъпва непосредствено след инжектиране на drogата и е много по-интензивен.
- ❖ При пушене на крек ефектът настъпва веднага, но отшумява много бързо.



# КРЕК

## Как действа кокаинът?

- ❖ Причинява внезапно ускоряване на сърдечния ритъм, повишаване на кръвното налягане и учестено дишане.
- ❖ Също така води до повишено настроение и чувство на увереност.
- ❖ Когато кокаинът се пуши като крек, ефектите от употребата са много по-засилени.
- ❖ Честото смъркане на кокаин може да увреди мембраните в носа.

## Какви са ефектите, свързани с употребата на кокаин?

- ❖ Много бързо се развива психична зависимост.
- ❖ Инжектирането е много опасен начин за употреба на кокаин поради редица причини:
  - нараства възможността от предозиране, тъй като дрогата достига до мозъка много по-бързо в сравнение с другите начини на употреба;
  - неколkokратното инжектиране уврежда вените и причинява абсцеси;
  - размяната на спринцовки може да причини заразяване с хепатити и вируса на СПИН.
- ❖ След отшумяване на ефектите може да настъпи тревожност, депресия и параноя. Интензивността на тези чувства зависи от количеството и честотата на употреба и обикновено те са по-силни, когато кокаинът се пуши като крек.

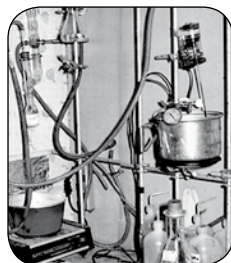


- ❖ Пушенето на крек може да доведе до проблеми с дишането и да увреди белите дробове.
- ❖ Честата употреба на високи дози може да предизвика епилептични припадъци, удар и сърдечни проблеми.

## ЕКСТАЗИ

### Какво е екстази?

Химическото наименование на екстази е 3,4 метилен-диоксиметиламфетамин, или MDMA и като химически състав спада към групата на амфетамините. Екстази е синтетична дрога, която в чистата си форма е бял кристалообразен прах и най-често се среща под формата на таблетки.



### Как се употребява екстази?

- ❖ Почти винаги се приема перорално (чрез устата), под формата на таблетка или капсула.
- ❖ Рядко се смърка, пуши или инжектира.

### Ефекти от употребата на екстази

Ефектите от употребата на екстази зависят от дозата и честотата на употреба. Някои от ефектите от употребата на по-малки дози екстази са:

- ❖ Отпуснатост и еуфория без халюцинации. Енергичност, чувства на обич и симпатия към другите хора, засилени зрителни и слухови възприятия – музиката се чува по-ясно. Други ефекти от употребата на по-малки дози

екстази са потене, загуба на апетит, изсушаване на устната кухина и гърлото.

- ❖ Ефектите от употребата на екстази започват да се усещат от 20 до 40 минути след приемането на дрогата, предизвиквайки изблици на весело настроение, които могат да бъдат съпроводени с гадене.
- ❖ От 60 до 90 минути след приемането на веществото действието достига своята връхна точка. Усещанията са засилени, като музиката се чува по-силно от нормалното.
- ❖ Преживяването се оценява като изключително приятно.
- ❖ Ефектът след употребата на екстази, който го прави различно от другите дроги, са чувствата на обич, разбиране и приемане на другите хора. Падат бариерите и задръжките.
- ❖ Ефектът от употребата на екстази отминава от 3 до 4 ч.

### Какви проблеми могат да се появят при употреба на екстази?

- ❖ Екстази няма потенциал за развитие на физическа, но може да предизвика психическа зависимост. Редица проучвания посочват настъпването на сериозни промени в химията на мозъка като резултат от редовното приемане на високи дози екстази. Това би могло да предизвика увреждане на паметта, личностови разстройства, депресии. Употребата на по-високи дози екстази може да причини гадене, повръщане, треперене, повишаване на телесната температура, сърдечния ритъм и кръвното налягане. Психологическите ефекти от употребата на по-високи дози екстази са



раздражителност и променливо настроение, панически атаки.

- ❖ Приемането на екстази причинява повишаване на телесната температура, което при някои случаи в съчетание с горещината в заведенията, танцуването и намаленото приемане на течности може да доведе до смърт. Ето защо евентуалното приемане на екстази по музикални клубове, където и повече се танцува, е желателно да се съчетава с почивки и пиене на повече вода – около половин литър на час. От друга страна, приемането на големи количества вода може да причини сериозни вреди на организма, а и водата би предотвратила само дехидратацията на организма, но не и другите вреди, които би могла да причини употребата на екстази. Има случаи, в които дори малки дози екстази причиняват смърт.
- ❖ При употреба на по-високи дози екстази човек се чувства неразположен няколко дни след приемането му. Това донякъде се дължи на влиянието на MDMA върху мозъка, липсата на сън и потиснатия апетит, така че е необходимо да се осигури достатъчно сън и здравословно хранене.
- ❖ Много хора, употребили екстази, споделят, че са преживели най-страхотния момент в живота си, но ако се взема твърде често, то може да загуби своя ефект и потребителите да вземат все по-големи количества, за да предизвикат същия ефект – повишаване на толеранса, а дори да преминат към употребата на други дроги.

**Абсолютно противопоказно е да се употребява екстази при:**

- ❖ Шофиране

- ❖ Едновременна употреба на опиати (хероин) и екстази, тъй като приемането на екстази може да „замаскира“ влиянието на хероина, което може да е причина за предозиране.
- ❖ Употреба на екстази и антидепресанти, тъй като комбинацията от тези две дроги може да причини смърт.

## КАНАБИС

### Какво представлява канабисът?

Хашиш е смолата на индийския коноп. Изсушеното и ситно нарязано растение се нарича марихуана. Активните вещества в индийския коноп са канабинолите и канабидиолите и особено делта-8 и делта-9 тетрахидроканабинолът (ТХК).



### Ефекти от употребата на канабис

Ефектите се определят от редица фактори:

- ❖ Количество на приеманата дрога, честота (колко често се взема) и начин на употреба. От голямо значение е и дали канабисът е чист, или съдържа и други примеси.
- ❖ От редица психологични особености и нагласи – моментно настроение; очакванията за това какво ще причини употребата на канабис; причините, поради които се взема drogата, както и моментното физическо и психическо състояние на употребяващия.
- ❖ От обстановката и мястото, в което се извършва употребата – къде и с кого?

## Начини на употреба

- ❖ Най-разпространеният начин за употреба на канабис е да се пуши смесен с тютюн в цигарени хартийки.
- ❖ Пушенето на канабис е не само най-разпространеният, но и най-вредният за здравето начин. Когато канабисът се нагорещи в лула, той отделя 3 пъти повече катран и 5 пъти повече въглероден окис от една обикновена цигара с филтър.
- ❖ Друг разпространен начин за приемане на канабис е дрогата да се консумира под формата на кекс или сладки. Количеството, което обикновено се поставя в една цигара, може да „надруса“ 4 човека, когато се приема под формата на храна. Когато се яде, канабисът започва да действа едва след 1-2 часа, но действието му може да трае неопределено дълго, до 12 часа! Ефектът от ядене на канабис е много по-силен, а също и неконтролируем, отколкото този, който се получава при пушене.



## Проблеми, свързани с употребата на канабис

Все още няма убедителни доказателства, че канабисът причинява сериозни и трайни щети на здравето. Пушенето на канабис може да раздразни тъканта на белите дробове и да увеличи възможността от възникване на проблеми с дихателните пътища, например бронхит. Няма данни за рак на белите дробове, причинен единствено от употребата на канабис, но тъй като учените са открили промени в белодробните клетки на редовни пушачи на канабис, които

настъпват преди появата на рака, възможността канабисът да причинява рак не се изключва.

Хора с редица здравословни проблеми от физическо естество (кръвно налягане, болести на сърцето или белите дробове) или с проблеми с психичното здраве (депресия, шизофрения, параноя и др.) не бива да употребяват канабис. Въпреки че канабисът сам по себе си не причинява психически болести, ако се чувствате депресиран или неспокоен, много е възможно употребата на канабис да засили тези усещания. Доказано е, че канабисът вреди на краткосрочната памет, така че ако трябва да работите, учите или да правите нещо важно, по-добре ще е да се въздържите от употреба.

От друга страна, употребата на канабис изкривява чувството за преценка, време, разстояние и пространство, така че по-добре е да се избягва шофирането или управлението на каквато и да е машина, докато не премине влиянието на drogата.

Въпреки че психологическите ефекти от употребата на канабис отшумяват след около 2 часа, ТХК остава в мастните тъкани на тялото, така че може да бъде намерен дълго след последната употреба на канабис. Следи от канабис могат да бъдат открити в урината до 6 седмици след употреба, а в косата до много по-дълъг период от време, особено при редовно употребяващи. В чужбина някои работодатели изискват уринна проба като част от избиращия процес за назначаване на работа, а на някои работни места се извършват периодични проби.

Активната съставка на канабиса – ТХК (тетрахидроканабиол) може да бъде предадена от бременна жена на плода, а има сведения, че малки количества могат да бъдат предадени и чрез кърмата. Ниски количества ТХК са откривани в урината на малки деца, което може да бъде обяснено чрез пасивното вдишване на чужд дим.

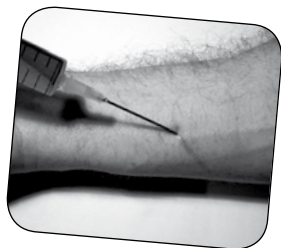
## ХЕПАТИТ

### От какво се причинява хепатитът?

Хепатитът обикновено се причинява от вирус, който засяга черния дроб. Съществуват няколко вида хепатит – А, В, С, D, Е и G. Употребяващите наркотици чрез инжектиране най-често се заразяват от хепатити В и С, които причиняват по-сериозни поражения на черния дроб.

Хепатитите В и С могат да се предават по кръвен и полов път, като някои от най-разпространените начини са следните:

- ❖ Използване на общи или замърсени игли и спринцовки при употреба на наркотици.
- ❖ При осъществяване на полови контакти без предпазни средства – презервативи.
- ❖ Бременна жена, която е заразена, може да предаде вируса на плода по време на бременността.
- ❖ Чрез използване на общи самобръсначки или четки за зъби.



### Какво става, когато се заразим?

Възможно е и да нямате никакви симптоми.

- ❖ При остро проявление на болестта заразените обикновено се чувстват отпаднали, бързо се уморяват и нямат апетит.
- ❖ Кожата и очите може да придобият специфичния за болестта жълт цвят, а урината да потъмнее.

- ❖ При малка част от заразените с хепатит В настъпва пълно възстановяване на черния дроб, докато по-голямата част от тях не се възстановява напълно и остава със сериозни поражения на този орган за цял живот.
- ❖ Тези, които не успеят да се възстановят напълно, продължават да страдат от различни симптоми и са по-предразположени към различни заболявания.

### **Хепатит С може да се окаже много опасен**

Веднъж заразени, повечето хора развиват хроничен хепатит. Това може да доведе до цироза или рак на черния дроб след няколко години. Възможността това да се случи се увеличава, ако болният продължи да злоупотребява с наркотици, пие голямо количество алкохол или се зарази от други форми на хепатит. Възможно е, макар и много рядко, човек да умре от внезапен остър пристъп. Важно е да се има предвид, че можете да сте заразени с хепатит и да нямате никакви симптоми. По този начин може да заразите и други хора, практикувайки секс без предпазни средства или използвайки общи игли и спринцовки при приемане на наркотични вещества.

### **Как да установим дали сме заразени?**

Най-простият начин да установите това е като си направите кръвно изследване.

### **Какво да предприемем, ако сме заразени?**

- ❖ При осъществяване на полови контакти винаги използвайте предпазни средства – презервативи.



- ❖ При бременност е от изключително значение да се каже на лекар, тъй като може да се проведе специално лечение, което да предпази бебето от заразяване с хепатит.
- ❖ Избягвайте алкохола по време на болестта и 3 месеца след възстановяването ви.
- ❖ Грижете се за здравето си и редовно си правете профилактични прегледи.

## Съществуват ли ваксини против хепатит?

Има ваксини против хепатит А и В. Посъветвайте се с лекар и ако се наложи, ваксинирайте се. Няма ваксина срещу хепатит С. По-опасно е, ако сте заразени с повече от един вид хепатит или вируса на СПИН едновременно, затова:

- ❖ Ако сте заразен с хепатит С, най-добре се ваксинирайте против хепатити А и В.
- ❖ Ако сте заразен с хепатит В, ваксинирайте се против хепатит А.
- ❖ Ако се ваксинирате против хепатит А и В, отново бъдете предпазливи и винаги практикувайте безопасен секс.

## Как да се предпазим от заразяване?

Всички мерки, които се прилагат, за да се избегне заразяване с вируса на СПИН, важат и при различните хепатити.

- ❖ Да се избягва използването на общи и замърсени игли и спринцовки при инжекционна употреба на наркотици.
- ❖ При полови контакти винаги използвайте презервативи.
- ❖ Не използвайте чужди самобръсначки или четки за зъби.

# КРАТЪК ТЕРМИНОЛОГИЧЕН РЕЧНИК ПО НАРКОТИЦИ И НАРКОМАНИИ

*Този речник съдържа дефиниции и термини, които се използват в областта на наркотиците и наркоманиите, и е предназначен за всички, които работят или имат интереси в тази сфера.*

*При изготвянето на речника сме се стремили да обхванем всички аспекти, свързани с употребата на психоактивни субстанции – медицински, социални и психологически, както и вредите, които са характерни при случаите на злоупотребата с ПАВ.*

*Речникът няма за цел да осигури цялостен преглед на всички термини и дефиниции, които се използват в тази област, а по-скоро да предостави едни от най-широко използваните определения, както и да осигури един минимум от базови познания, необходими за всички експерти, които са професионално ангажирани в областта на превенцията, лечението, рехабилитацията и намаляването на вредите от употребата на ПАВ.*

*Представени са и някои по-рядко използвани и не толкова разпространени и популярни термини и понятия, които обаче се използват по-широко в англезичните специализирани издания и литература.*

### **Абстиненция** (*abstinence*)

– въздържане от употреба на психоактивна/и субстанции, вкл. и алкохол, като без значение е причината поради която индивидът се въздържа от употребата на конкретната дрога – дали поради принципни или други съображения.

Терминът „настоящ въздържател“ (*current abstainer*) често се използва в някои видове анкети и проучвания и се използва тогава, когато човек не е употребявал никакъв алкохол в предходните 12 месеца.

**Абстинентно състояние** – група от симптоми с различна тежест и съчетание помежду си, които се появяват след пълно спиране или намаление на приема на вещество, употребявано редовно и обикновено за дълъг период от време и/или във високи дози. Началото и протичането на абстинентното състояние са ограничени във времето и зависят от типа на веществото и на дозата,

достигната непосредствено преди спирането на употребата.

**Амфетаминова психоза** (*amphetamine psychosis*) – характеризира се с параноидни мисли, в много от случаите придружени от халюцинации, хиперактивност, променливо настроение, които се появяват по време или скоро след употребата на умерена или висока доза амфетамини. Психотичното състояние обикновено е краткотрайно, ако се спре по-нататъшният прием на веществото.

### **Амотивационен синдром**

– състояние, което се свързва с употребата на психоактивни вещества и включва редица симптоми като: апатия, ограничен капацитет за дългосрочно планиране, нисък толеранс на фрустрация, увредена концентрация, трудности при изпълнение на рутинни действия. Това състояние е обект на противоречиви коментари и основно се свързва с

употребата на **канабис** и е възможно да отразява хронична **интоксикация** с това вещество. От друга страна, симптомите може да отразяват и някои личностни характеристики на употребяващото вещество.

**Бупренорфин** – бупренорфинът е опиоидна субстанция със смесено агонистично-антагонистично действие. Субстанция, която намалява желанието за употреба на хероин при спиране на хероиновата употреба, като може да се използва и при лечение на кокаинова зависимост.

**Bad trip** (*лошо, кофти пътуване*) – жаргонен израз, който обикновено се използва като метафора за неблагоприятните последици от употребата на психоактивно вещество, като чувство за загуба на контрол, странни и плашещи халюцинации, страх от полудяване или смърт, разочарование, суицидни мисли и др. Физическите симптоми могат да включват потене, гадене, тремор. Въпреки че

тези неблагоприятни симптоми се свързват основно с употребата на халюциногенни дроги, те могат да бъдат следствие и на употребата на амфетамини и други стимуланти, както и някои видове бензодиазепини.

**Вредна употреба** – начин на употреба, който уврежда здравето. Увредата може да бъде соматична (напр. хепатит след венозна употреба на психоактивно вещество) или психична (напр. епизоди на депресивно разстройство в резултат на тежко пиене). Вредната употреба не трябва да се диагностицира, ако са налице синдром на зависимост, психотично състояние или други специфични форми на разстройства при употреба на психоактивни вещества.

**Вторична диагноза** – термин, който се използва за заболяване, което обикновено е резултат или следствие на друго заболяване.

**Входна дрога** (*gateway drug*) – терминът се отнася за вид

законна или незаконна дрога, чиято употреба се счита като „вход“ към употребата на друга субстанция, която обикновено се разглежда като по-проблемна. Например едно лице след период на употреба на марихуана може да започне да употребява и хероин.

**Дванайсетстъпкова програма** – концепция, която е заимствана от ОАЛ (Организация на анонимните алкохолици) и други сходни организации. Философията на тази програма е, че възстановяването от зависимостта се постига чрез стриктното следване на 12 определени етапа (стъпки).

**Двойна диагноза** – използва се при наличие на зависимост от ПАВ и друго съпроводящо психиатрично заболяване.

**Детоксификация** – процес на прекратяване на употребата на drogата и изчистване на индивида от ефектите на психоактивната субстанция, от която клиентът е зависим,

като по време на детоксификацията проявлението на неблагоприятните абстинентни симптоми е ограничено до минимум. Тази процедура се извършва по безопасен и ефективен начин, като помещението, където се извършва детоксификацията, може да се нарича център по детокс, детоксификационен център. Детоксификацията може да включва или да не включва използването на някакви помощни медикаменти. Лекарствата, които обикновено се дават по време на детоксификацията, са за облекчаване на абстинентните симптоми, като дозировката е такава, че да не предизвиква интоксикация. Когато се извършва в пригодена за целта програма, клиентът се намира под постоянно наблюдение.

**Експериментална употреба** – обикновено този термин се отнася за първите няколко опита с някоя дрога (понякога тютюн и алкохол). Терминът понякога

се използва и за случаи на крайно нередовна и/или непостоянна употреба.

**Заместваща терапия** – употребата на заместваща субстанция, която се използва като заместител на дрога, която обикновено има висок потенциал за зависимост, като целта е да се облекчат някои от симптомите, които се проявяват при спиране на употребата на проблемното вещество.

**Законна дрога** – субстанция, която може да се добие по законен път чрез лекарско предписание или дрога, която се продава свободно и човек може да се сдобие с нея без лекарско предписание.

**Злоупотреба** (*abuse, misuse*) – употребата на незаконна дрога/и или употребата на психоактивна субстанция без лекарско предписание. Употребата на дрога в противоречие със законовите и лекарски предписания.

**Извънболнично лечение** – лечение, което се провежда в общността при извънбол-

нични условия, като целта е клиентът да бъде стимулиран да може да функционира пълноценно в контекста на реалния живот. Отнася се и за случаите, когато клиентът посещава лекуващия го лекар или лечебна програма, която може да е ситуирана и в болнично заведение, но не остава да нощува там.

**Инттоксикация** – преходно състояние, възникващо след приемане на психоактивни вещества и водещо до нарушения в съзнанието, когнитивните функции, възприятията, афекта, поведението, или други психофизиологични функции и реакции. Интоксикацията е тясно свързана с дозата и вида дрога, нивото на толеранс, както понякога и с контекста, в който се употребява drogата.

**Инхаланти** – основната характеристика на тези вещества е, че са летливи, като повечето от тях съдържат и ацетон. Основните ефекти от тяхната употреба са замай-

ване, загуба на ориентация.

**Кратка интервенция** (*brief intervention*) – метод на лечение, при който се прилага краткотрайна (обикновено с продължителност от 5-30 мин.) структурирана терапия, за да се помогне на клиента да ограничи или прекрати употребата на психоактивна субстанция и/или да се справя по-успешно с всекидневните си задължения. Този метод е предназначен за практикуване от страна на общо-практикуващи лекари и други здравни работници. Най-често тази интервенция се прилага за спиране на тютюнопушенето, както и като терапия при наличие на вредна употреба на алкохол. Кратката интервенция често се свързва със систематичен скрининг за рискова и вредна употреба на дроги, най-вече на алкохол и тютюн.

**Khat** – листата на растение, което расте и се отглежда предимно в Източна Африка,

като обикновено листата се дъвчат или сваряват под формата на напитка. Този вид дрога се употребява в някои части на Източното Средиземноморие и Северна Африка и представлява стимулант, чиито ефекти са сходни с тези на амфетамините. Продължителната и прекомерна употреба може да предизвика зависимост, съпроводена с редица физически и психически усложнения, които са сходни с тези, които се причиняват от употребата на други стимуланти.

**Крек-кокаин** – концентрирана форма на кокаина, която се получава при нагряване на кокаинов хидрохлорид със сода бикарбонат. Употребява се основно чрез пушене и се характеризира с висок потенциал за зависимост.

**Когнитивна терапия** – терапевтичен метод, който има за цел да се променят определени мисловни модели на клиента, като по този начин

се постигнат някои промени в неговото поведение и емоционално състояние.

**Клубни дроги** – отнася се за психоактивни вещества, които се използват най-вече от младите хора при посещения на музикални клубове и заведения, по време на технопартита. Повишават енергията и предизвикват еуфория. Такъв вид дрога е екстазито.

**Лауданум** – алкохолната тинктура на опиума.

**Морфин** – вещество, което се добива по естествен път от опиумния мак и обикновено се използва като лечебно средство за облекчаване на остри, хронични болки.

**Метадон** – синтетичен опият, който се използва при субституираща (заместваща) терапия при зависими от хероин лица. Метадонът е опиоиден препарат с продължително действие и притежава същите свойства като на хероина. Продължителността на ефектите след прием на метадон е 24-26 часа, като

метадонът предотвратява развитието на абстинентни симптоми и не предизвиква седативно действие или еуфория както хероина.

**Меки дроги** – психоактивни субстанции, които имат по-слабо изразен потенциал за развиване на зависимост.

**Незаконна дрога** – този термин се отнася за тези психоактивни субстанции, чието производство, разпространение, продажба и употреба е забранено от закона. Самата дрога като субстанция не е незаконна, а е забранено нейното производство, продажба и употреба при определени условия и законови изисквания.

**Наркотик** – когато се използва в областта на медицината, терминът се отнася предимно за опиятите и опиоидите-дроги, които действат болкоуспокояващо, могат да причинят интоксикация, ступор или кома и имат висок потенциал за развиване на зависимост. Другото наименование на тези дроги е наркотични

аналгетици.

Когато се използва в масовата литература, всекидневния език и законовите разпоредби, се отнася предимно за незаконните дроги и включва стимуланти, като кокаина и метамфетамините, както и някои психоактивни вещества като марихуаната и ЛСД.

**Намаляване на предлагането на психоактивни вещества** – терминът се отнася за тези политики, програми и стратегии, които са насочени към намаляване производството и разпространението на дроги, в частност законовите мерки и ограничения за намаляване и ограничаване на производството и разпространението на *незаконни* дроги.

**Намаляване на търсенето на психоактивни вещества** (*drug demand reduction*) – термин, който се отнася за тези политики и програми, които са насочени към намаляване на консуматорското търсене на ПАВ. Терминът

се прилага предимно за незаконните дроги и се отнася за различните образователни, превантивни, лечебни и рехабилитационни програми и стратегии.

**Нископрагова програма** – използва се за обозначаване на лечебни програми (напр. метадонови), които предлагат по-лесен достъп, както и по-малко ограничения и изисквания за участие в тях. Най-често се отнася за програми за намаляване на вредите.

**Налтрексон** – опиатен антагонист, който се използва за блокиране на ефектите от употребата на хероин, като се използва и при лечение на алкохолно зависими пациенти. Предполага се, че налтрексонът намалява влечението към алкохола.

**Опиат** – субстанция от групата на алкалоидите, която се извлича от опиумния мак, като се добива по естествен път, без да се добавят каквито и да е други химически съставки. Притежава свойства

та да облекчава болката, да предизвиква чувство на еуфория, а в по-високи дози предизвиква ступор, кома и/или потиска дишането. В групата на опиатите попадат хероинът, морфинът, кодеинът.

**Опиатни антагонисти** – група вещества, които притежават свойството да блокират опиатния рецептор, като по този начин предотвратяват закачането на друга опиатна молекула за рецептора. По този начин антагонистите блокират ефектите на хероина. Опиатните антагонисти се използват предимно при терапия на остра интоксикация с опиати и контрол върху употребата на опиати. Опиатни антагонисти са: налоксон (Narcan), налтрексон (Trexan, Revia).

**Опиоид** – субстанция, която не се добива по естествен път, но има действие, сходно на това на опиатите. Добива се по химически път и е вид синтетична дрога. В клиничната практика се из-

ползват за обезболяване, за контрол на кашлицата и диария. Опиодите (опиоидни аналгетици) включват различни алкалоиди на опиума (морфин и др.) и други синтетични вещества, като фентанил, метадон и др.

**Опиум** – психоактивна субстанция, която се добива от опиумния мак и съдържа морфин и кодеин.

**Обратен толеранс** (*reverse tolerance*) – терминът се използва за случаи, при които малка доза от дадена психоактивна субстанция предизвиква същия ефект, както и обичайната (по-висока) доза.

**Поливалентна употреба на дроги** – отнася се за случаите, когато едно лице употребява повече от една психоактивна субстанция по едно и също време или в определена последователност, като целта е да се подсили или намали ефектът от употребата на друга дрога. Този термин се използва най-вече при употребата на

незаконни дроги, въпреки че много често алкохолът, тютюнът и кофеинът са субстанции, които се употребяват комбинирано в повечето общества по света.

**Потенциал за зависимост** – потенциалът на една дрога като следствие на нейните фармакологични свойства да оказва влияние върху психологическото и физиологическо функциониране на човек, като по този начин може да предизвиква и зависимост. Потенциалът за зависимост се определя и детерминира от тези фармакологични свойства на конкретната субстанция, които могат да бъдат измерени и проверени сред животните и хората чрез различни тестове и изследвания.

**Психологическа зависимост** – силно желание или чувство за вътрешна принуда за употреба на психоактивна субстанция за справяне с психологически дискомфорт, както и за подобряване на социалното функциониране.

ниране.

**Проблемно пиене** (*problem drinking*) – модел на консумация на алкохол, който предизвиква проблеми от разнообразно естество и на различно ниво – индивидуални или групови, здравни или социални. В някои от случаите този термин се използва да обозначи един етап от развитието на алкохолна зависимост, т.е. поранна фаза или все още не толкова сериозно проявена зависимост. Проблемно употребяващ алкохол е този, чиято употреба предизвиква здравни и социални проблеми.

Някои специалисти използват този термин, за да обозначат и модел на пиене, който е възможно да предизвика сериозни здравни и социални проблеми, т. нар. рискова употреба на алкохол.

**Психоактивно вещество** – терминът се отнася за тези законни и незаконни субстанции, които след употреба повлияват психичните

процеси (когниции, възприятия, емоции...) на човек.

**Превенция на рецидив** (*relapse prevention*) – съвкупност от терапевтични методи като част от когнитивно-поведенческата терапия, която в областта на зависимостта от психоактивни вещества се прилага, за да се помогне на клиента да избегне неконтролираната употреба на дрога, както и връщане към предишни модели на употреба.

**Поведенческа терапия** – форма на терапия, чиято основна цел е да бъдат променени определени модели и аспекти от поведението на клиента, вместо да бъдат разкривани и решавани несъзнателни конфликти.

**Предиспозиция** – да си предразположен или уязвим откъм определени състояния/условия.

**Психотропни вещества** – субстанции, които повлияват съзнанието (предизвикват промени в съзнанието) и психичните процеси. В по-те-

сен смисъл под този термин се разбират тези субстанции, чийто основен и най-значим ефект е влиянието, което оказват върху централната нервна система.

Някои употребяват термина за тези видове дроги, които се използват основно и най-вече при лечението на психични разстройства – антидепресанти, невroleптици, седативи, докато други прилагат термина за обозначаване на субстанции с голям потенциал за злоупотреба, поради тяхното влияние върху настроеността и съзнанието – стимуланти, халюциногени, опиоиди и др.

**Предозиране/свръхдоза** – употребата на психоактивна субстанция в такова количество (доза), което води до неблагоприятни физически и психически последици. Употребата на изключително високо количество от дадена дрога, което може да доведе до интоксикация и да представлява заплаха за живота на индивида.

**Ранна интервенция** (*early intervention*) – терапевтичен метод, който комбинира ранно изследване за рискова или вредна употреба и съпровождащо лечение. Лечението се прилага обикновено още преди да има явно проявени симптоми, както и в много случаи клиентът преди да е осъзнал, че неговата/нейна употреба може да предизвика сериозни проблеми. Този метод на лечение се прилага основно при клиенти, при които не се наблюдава изразена физическа зависимост или сериозни усложнения от психо-социално естество.

Ранната интервенция се инициира от страна на ОПЛ (общопрактикуващия лекар), като първият етап се състои от първоначални изследвания. Съществуват няколко етапа при прилагането на този метод: първоначално рутинно изследване за употреба на алкохол, тютюн и други психоактивни вещества в клиничната

история и използване на скрининг-тестове.

Следващият етап е лечение, което се прилага по време на доболничната помощ и обикновено е на етапи с продължителност от 5 до 30 мин.

**Рискова употреба** – модели на употреба на психоактивни субстанции, които увеличават риска от вредни и неблагоприятни последици за този, който употребява drogата.

Рисковата употреба се отнася до тези модели на употреба, които са от сериозно значение и риск за общественото здраве, въпреки липсата на каквито и да е моментни усложнения за лицето, което употребява субстанцията.

**Рекреационна употреба** – употребата на някаква психоактивна субстанция в определени социални ситуации, както и за развлечение, без да се развие зависимост или да се наблюдават други усложнения и вреди.

**Рехабилитация** – съвкупност от различни интервенции от психологическо, социално и здравно естество. Процес, при който целта е клиентът да подобри и възстанови своя здравен, психологически и социален статус. Рехабилитация обикновено започва след първоначалната фаза на лечение, която може да включва детоксификация, медицинско и психиатрично лечение. Рехабилитацията включва съвкупност от подходи и методи като групова терапия, превенция на рецидив, участие в самоподкрепящи се групи, настаняване в терапевтична общност, посещение на дневни и др. центрове, участие в курсове за квалификация и преквалификация, започване на работа.

**Релапс (рецидив)** – връщане към предишни модели на употреба на дроги след период на въздържание. Обикновено се наблюдава и повторно проявяване на синдрома на зависимост.

**Реинтеграция** – дългосрочен процес, чиято цел е да бъдат възстановени, както и изградени множество нови социални контакти, връзки и взаимоотношения с хора и институции. Връзките трябва да бъдат достатъчно устойчиви и силни, както и източник на подкрепа за клиента.

**Рохипнол** – психоактивна субстанция, която се използва като сънотворно и е забранена в САЩ, но се използва незаконно като клубна дрога.

**Кръстосана зависимост (Crossdependence)** – фармакологичен термин, който се използва, за да се обозначи потенциалът на една психоактивна субстанция (или клас от субстанции) да потиска, предотвратява проявяването на абстинентно състояние, свързано с употребата на друга дрога, като по този начин се поддържа състоянието на физическа зависимост. Такава зависимост е по-вероятно да се развие, ако употребяващият

вече е зависим от някаква сходна психоактивна субстанция. Например много е вероятно зависимост от бензодиазепини да се развие по-често от лица, които вече са зависими от някаква дрога от същия клас или от субстанция със седативен ефект като алкохол или барбитурати.

**Синдром** – съвкупност от симптоми, които се проявяват заедно и характеризират конкретно заболяване.

**Спийдбол** (*speedball*) – жаргонен израз, който се използва, за да се обозначи комбинираната употреба на хероин и кокаин.

**Спийд** – жаргонен израз, който обикновено се използва за стимуланти, най-вече метамфетамини.

**Социална употреба на алкохол** – като дефиниция това се отнася за:

(1) Употребата на алкохол основно в присъствието на други хора;

(2) Отнася се и за модели на консумация, които не се

определят като проблемна употреба;

(3) Употребата на алкохолни напитки при социални значими поводи и ритуали, като в тези случаи употребата на алкохол е социално приемлива, а в някои случаи и одобрявана;

Социалната употреба на алкохол не е задължително да се характеризира с умерена консумация. Например някои народи и общества в Южна Америка организират т. нар. алкохолни фиести, които са социално значими събития и се характеризират с консумация на големи количества алкохол, които често водят и до случаи на тежка интоксикация.

**Студена пуйка** – използва се за обозначаване на внезапното прекъсване на употребата на психоактивно вещество, което има висок потенциал за зависимост, без необходимото съпровождащо лечение и подкрепа.

**Субституиращо (заместващо) лечение** – лечение, при ко-

ето клиентите получават като част от терапевтичните мерки психоактивна субстанция, която има сходен ефект с тази дрога, от която е зависим клиентът.

**Терапевтична общност** – терапевтичната общност представлява структурирана среда, чиято цел е да се постигне рехабилитация на зависими от дроги лица. Този вид общности функционират на основата на стриктни правила и са менажирани в повечето от случаите от бивши зависими от дроги лица, които са се излекували и възстановили от наркотичната си зависимост. В терапевтичната общност се използват различни методи, като групова и индивидуална работа, самоподкрепящи се групи и др.

В повечето от случаите терапевтичните общности са разположени в географски изолирани райони.

**Тетрахидроканабинол** (*THC* -*B9-tetrahydrocannabinol*) – основната активна състав-

ка, молекула в марихуаната и канабиса.

**Толеранс** – нуждата от и употребата на по-високи дози от дадена дрога за постигане на ефект, който първоначално се е постигал с по-ниски дози. Толерансът е един от критериите за наличието на синдром на зависимост, като физиологически и психосоциални фактори могат да предизвикат развитието на толеранс, който може да бъде физически (функционален и метаболитен), поведенчески и/или психологически.

Функционалният толеранс представлява намаляване на чувствителността на централната нервна система към конкретната субстанция. Поведенческият толеранс е промяна на ефекта от дрогата, което е резултат от заучаване или промяна на някои от факторите на заобикалящата среда.

**Транквилизатори** – лекарства, които се употребяват, за да облекчат, намалят усещане-

то за тревожност и безпокойство.

**Твърда дрога** – използва се за обозначаване на психоактивни вещества, които обикновено имат висок потенциал за развиване на зависимост.

**Уязвими лица/групи** – отнася се за индивиди, които се намират в голям риск от това да бъдат обект на определени неблагоприятни условия и влияния.

**Физическа зависимост** – състояние, което се проявява, когато след продължителна употреба на дадена дрога се спре внезапно приемът на психоактивното вещество или се намали количеството на приеманата дрога. При спиране на употребата или намаляване на приема

се проявяват редица неблагоприятни физиологични симптоми.

Физическата зависимост обикновено зависи от вида и количеството на употребяваното вещество, както и от продължителността на приема.

**Халюциногенна дрога** – термин, който се използва за обозначаването на дроги, които влияят на сензорните възприятия и предизвикват визуални и слухови халюцинации, както и усещания, които не са реални. Например визуалните халюцинации са един от основните ефекти при употребата на ЛСД. Халюциногенните дроги не се използват в клиничната практика.

**ОБЩИНА ВАРНА,**  
**ДИРЕКЦИЯ „ПРЕВЕНЦИИ“**  
**ФАМИЛЕН ЦЕНТЪР „МЛАДОСТ“**

**Дейността** на центъра е насочена към ранна помощ и подкрепа на семейства с деца в риск.

Фамилният център „Младост“ работи със:

- деца с експериментална употреба на наркотици или проблемна употреба на алкохол;
- деца с бягства от дома и училище; със затруднения в социалната адаптация; прояви на агресия и друго проблемно поведение;
- деца с рискова семейна среда – проблеми с алкохол или наркотици, домашно насилие, кризи в семейството – развод, смърт на родител/близък, осиновяване и др;

Насочването на деца и техните близки към услугите на центъра се извършва от училищната общност, социалните служби, личните лекари, център за спешна медицинска помощ, отделение по токсикология, районните полицейски инспектори, местните комисии за БППМН, други организации и институции, работещи с деца, близки, специалисти от центъра.

С насочените деца, в зависимост от конкретната проблемна ситуация, се реализират следните дейности:

- диагностика, психо-социални интервенции и консултации на децата и техните значими близки;
- индивидуални психо-социални консултации;
- групова работа с деца и с групи родители;
- психологична подкрепа на родители/значими близки на децата;

- структуриране на свободното време;
- посредничество между децата/семействата им и институции – образователни, социални, здравни и др. според конкретната необходимост.

Посочените дейности са финансирани от Община Варна, дирекция „Превенции“, и са напълно безплатни за деца и родители.

### ***Екипът на Фамилен център „Младост“***

#### ***Координатор:***

**Капка Николова** – главен експерт, дирекция „Превенции“

#### ***Специалисти:***

**д-р Александър Попов** – психиатър, експерт по наркомании

**д-р Стойка Лекова** – детски психиатър

**Константин Воденичаров** – психолог-психотерапевт

**Петя Събева** – психолог-психотерапевт

**Ана Райкова** – психолог-психотерапевт

**Илка Димитрова** – арт-терапевт

**Христо Христов, Иванка Атанасова** – социални медиатори

**Светлана Коева, д-р Борислав Станчев** – супервизия

#### ***Координати:***

*гр. Варна, район „Младост“,*

*бул. „Вл. Варненчик“, бл. 50 (до Varna Towers)*

*тел. 052 985 099, 0884 611 603; 052 620 402, 0887 020 223*

*[www.prevencii.com](http://www.prevencii.com)*

*[prevencii\\_varna@abv.bg](mailto:prevencii_varna@abv.bg)*

# Община Варна

## Дирекция "Превенции"

Адрес: Варна 9000,  
бул. "8-ми приморски полк" № 43;  
тел.: 052/620 402; тел./факс: 052/615 945,  
E-mail: [mdc\\_vn@abv.bg](mailto:mdc_vn@abv.bg)  
[www.prevencii.com](http://www.prevencii.com)



2010 © Издателска къща СТЕНО - Варна,  
тел./факс 052 / 608 546, e-mail: [stenobg@yahoo.com](mailto:stenobg@yahoo.com),  
[www.stenobooks.com](http://www.stenobooks.com)