RENDŐRSÉG
POLICE

HA DROGHOZ NYÚL A GYEREK...

LÁSS tisztán!

Mit tehet a szülő?

Tisztelt Szülő!

A kamaszok szüleinek egyik nagy félelme, hogy gyermeke kábítószerek vagy más tudatmódosító szerek áldozatává válik. A korosztályból minden ötödik gyermek – minimum kipróbálás szintjén – találkozott már valamilyen droggal. Fontosnak tartottuk egy olyan kiadvány elkészítését, ami segítséget nyújthat Önnek észrevenni gyermekénél a **szerhasználat** korai jeleit, egyben összefoglalja, mit tehet azért, hogy a függőség kialakulását megelőzze.

A kamaszkor érzelmileg egyébként is egy hullámzó, sokszor **küzdelmes időszak**, nemcsak a gyerek, de a szülő számára is. Ilyenkor kifejezetten nehéz megítélni, hogy egy-egy viselkedésbeli változás vagy hangulatingadozás hátterében az útkeresés vagy valamilyen szerhasználat áll.

A **megelőzés** leghatékonyabb eszköze, ha rendszeresen és őszintén beszél gyermekével.

Az Iskoláskorú Gyermekek Egészségmagatartását vizsgáló nemzetközi kutatás (Health Behaviour of School Aged Children – HBSD) 2022. adatai [1] szerint

- a válaszadók 16%-a rendszeresen dohányzik;
- a tanulók 36%-a kipróbálta már az elektromos cigarettát;
- a diákok közel 40%-a volt már legalább egyszer részeg életében;
- a 9-11. évfolyamos tanulók 17%-a kipróbálta már a marihuánát, és kb. 12%-uk körében előfordult már visszaélésszerű legális szerhasználat (pl. nyugtató vagy altató).

[1] Magyarországon 197 iskola 137 osztályának 5., 7., 9. és 11. osztályos tanulói körében végzett eredmények alapján

Okok a háttérben

Jelen lenni a kamaszok életében nem könnyű. Ebben az időszakban a beilleszkedés, az elfogadás reményében a gyermekek hajlamosak inkább a kortársak véleménye, példája felé fordulni, semmint a szüleikére támaszkodni. Ez még jobban megnehezíti, hogy megtalálják az utat kamasz gyermekük világához.

Elindulhat egyfajta eltávolodás, ami megnehezíti, hogy a szülők észrevegyék, ha gyermekük bizonyos problémák megoldásához a drogot hívja segítségül, vagy egyszerűen kíváncsiságból, lázadásból használja azt.

A szerhasználat hátterében lehetnek:

- családi problémák (válás, haláleset, betegség);
- iskolai konfliktusok (kiközösítés, beilleszkedési problémák);
- tanulási nehézségek (teljesítménykényszer);
- közösségi platformokon elszenvedett bántalmazás, bullying;
- pszichés problémák (szorongás, hangulatzavarok).

Az elmúlt években az **internet** egyre inkább beférkőzött az életünkbe, használata szokásunkká vált. Ezzel nem csak a szülők, hanem a fiatalok is együtt élnek, sőt ők egyszerűbben is eligazodnak a hálón. A média és az online világ erőteljes hatással van rájuk. Ez sok veszélyt is rejt magában. A közösségi háló a kábítószerek kereskedelmében is fontos szerepet játszik.

Az illegális anyagok megrendelése online – sokszor közvetlenül nem elérhető – csatornán keresztül történik, majd a szerek fogyasztókhoz való eljuttatásához a legális csomagküldő szolgálatokat választják, így személyesen nem is találkozik a vevő és eladó egymással.

Veszélyes szerek

Tágan értelmezve drognak minősül nemcsak a kábítószer, hanem az alkohol, a cigaretta, a kávé és a szerves oldószerek. A kábítószerek a szervezetbe jutva pszichikai és/vagy fizikai változást idéznek elő. Megkülönböztetünk klasszikus kábítószereket, mint marihuána, amfetamin-származékok (ecstasy, speed), heroin, kokain, LSD, varázsgomba. Léteznek továbbá új pszichoaktív anyagok (kristály, herbál, biofű), és vényköteles pszichotrop anyagok (nyugtatók, altatók, teljesítményfokozó szerek, hormonkészítmények) is.

Stimulánsok

Felgyorsítják az agyi aktivitást; használója éberebbnek, tettre készebbnek, önbizalommal telinek érzi magát; gyorsul a szívverés, növekszik a vérnyomás, a testhőmérséklet; ilyenek pl. amfetamin, kokain, ecstasy, mefedron, kristály.

Depresszánsok, nyugtatók

Segítenek ellazulni és csökkentik a stresszt; lassítják a szervezet működését; álmosságot idéznek elő, tompítják a fájdalmat; ilyenek pl. GHB, opiátok, heroin, morfin, kodein, metadon, altató-, nyugtatószerek (Elenium, Xanax, Frontin, Rivotril, Seduxen).

Hallucinogének

A fogyasztó olyan dolgokat lát, hall, érez, amik nem valósak; tünetei a tág pupilla, étvágytalanság, túlzott aktivitás és beszédesség; ok nélküli nevetés, szájzár, izzadás, paranoia; tér- és időzavar,hányinger; ilyenek pl. ecstasy, LSD, herbál, marihuána, varázsgomba.

Út a függőséghez

1. Kíváncsiságból kipróbálom
2. Csak azért, hogy jobban érezzem magam
3. Ha buli van, használom
4. Hiányozni kezd, mindennap akarom érezni a hatását

Lehetséges hatások, tünetek

Depresszió **Pszichózis** Zavartság

HŐINGADOZÁS **REMEGÉS**

Homályos látás ÉBERSÉG **Túlzott nyugodtság**

Eufória Gátlások levetkőzése

PÁNIKROHAM TÚLZOTT BARÁTKOZÁS

Kontrollvesztés **Kóma** *Lassú reakcióidő*

HALLUCINÁCIÓK **EMLÉKEZETKIESÉS**

Álmosság Öngyilkossági hajlam

PARANOIA PUPILLATÁGULÁS

Beszéd összefolyása **Túlmozgásosság**

MEMÓRIAZAVAR

Foltok az arcon és a testen *Nehézkes légzés*

LEVERTSÉG **HALÁL**

Lassú mozgás **Bizonytalan járás**

Gyanakodjon, ha...

- hirtelen romlik gyermeke iskolai teljesítménye, megszaporodnak a hiányzások, gyakoribbak a késések;
- új barátai lesznek, akiket nem szívesen mutat be;
- szélsőséges érzelmi ingadozások jellemzik (levertség, agresszivitás);
- pénznek, értékes tárgyaknak nyoma vész; nem tudják a szülők, mire költi a pénzét;
- titkolózik, szűkszavú;
- gyermeke mindig fáradt, kedvetlen, sokat alszik;
- mindenáron bulizni akar;
- elhanyagolja magát, ápolatlan;
- árulkodó tárgyakat talál a szobájában: pipa, tükör, csipesz, alufólia, injekciós tű, gyógyszerek;
- mentegetőzik, amikor kérdőre vonják;
- külseje megváltozik: lefogy vagy meghízik, sápadt, állandóan folyik az orra, piros és karikás a szeme.

Beszéljen vele... de hogyan?

A gyermekkor és a családban történő minta-kialakulás az egész életre meghatározó, ezért nem mindegy, az elsődleges szocializáció mire neveli a gyermeket. Ilyen például a szülőktől látott stresszkezelés vagy problémamegoldás. Ha ezek szilárd alapokon nyugszanak, nagyban segíthetik a gyermekeket a helyes döntés meghozatalában.

Sokat jelent a megelőzés szempontjából, ha a gyermek tudja, hogy bizalommal fordulhat a szülei felé. Érzéseiről szabadon beszélhet, akkor is, ha az számára kellemetlen. Ha a szülő aktív részese az életének, ismeri a barátait, kedvenc időtöltéseit, szokásait, akkor talán azokat a jeleket is könnyebben észreveszi, amelyek már túlmutatnak a serdülőkor velejáróin.

A gyermekek életében elengedhetetlenül bekövetkeznek olyan változások, amelyek során szülőként arra kell figyelni, hogy a határokat megtartsák, de képesek legyenek rugalmasan tágítani azokat addig, amíg szükséges, vagyis amíg a gyermek szabadon „mozoghat” benne.

Sokat tehet gyermekéért, ha:

- odafigyel rá, minőségi időt tölt vele;
- támogatja abban, hogy megtalálja a saját társaságát, egy hobbit, amelyben örömét leli;
- a közösen felállított szabályokhoz próbálják tartani magukat (mikor kell hazaérnie, elérhető legyen telefonon stb.);
- tudatosítja benne, hogy akkor is számíthat a szüleire, ha bajba kerül.
- nem kelt bűntudatot benne, és hagyja hogy kedvenc tevékenységeit folytathassa;
- türelemmel reagál az őszinteségére, nyílt kommunikációt használ;
- nem tiltja el a barátaitól.

Nézze meg szakértőnkkel készült videónkat!

Dr. Fülöpné Dr. Csákó Ibolya
rendőr alezredes, gyógyszerész

Hol kaphat segítséget?

éjjel-nappal ingyen hívható segélyszám

Kék Vonal ***116-111***
gyermek- és ifjúsági telefonszolgálat

Magyar Lelki Elsősegély Telefonszolgálatok Szövetsége (LESZ) ***116-123***

TelefonTanú ***06(80)555-111***

Forduljon a **rendőrség** munkatársaihoz: segít a bűnmegelőzési tanácsadó, az iskolaőr és az iskola rendőre is.

Készítette:
az ORFK Bűnügyi Főigazgatóság
szakmai háttéranyaga alapján
az ORFK Kommunikációs Szolgálat