



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 hullámmzó, 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 háttérében 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 beférfkőzött 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 fogyasztóhoz való eljuttatásához a legális csomagküldő szolgálatokat választják, így személyesen nem is találkozik a vevő és eladó egymással.

Veszélyes szerek

Tágon értelmezve drognak minősül nemcsak a kábítószer, hanem az alkohol, a cigaretta, a kávé és a szerves oldószerek. A kábítószer 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, hormonszintetizáló anyagok) is.

Stimulánsok

Felgyorsítják az agyi aktivitást; használója éberebbnek, tetteire későbbnek, önbizalommal telenebbnek 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; álmoságot idéznek elő, tompítják a fájdalmat; ilyenek pl. GHB, opiátok, heroin, morfin, kodein, metadon, altatók, nyugtatószerek (Elenium, Xanax, Frontin, Rivotril, Seduxen).



Hallucinogének

A fogyasztó olyan dolgokat lát, hall, érez, amik nem valóság; tünetei a tág pupilla, étvágytalanság, túlzott aktivitás és beszédesség; ok nélküli nevetés, szájjár, 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

HÓINGADOZÁS **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

Lassú mozgás Bizonytalan járás

HALÁL



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 örömet lel;
- 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. Csáková 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