



Poznej svého nepřítele



*Vyrobena ve spolupráci s Všeobecnou zdravotní pojišťovnou České republiky.
Tato publikace vznikla v rámci projektu Řekni drogám NE!*

www.reknidrogamne.cz

Mediální partner - TV Óčko



„To, že nelegální drogy prostoupily do života naší společnosti, neznamená, že bychom měli rezignovat na hledání účinných prostředků, které nám pomohou snižovat nabídku i poptávku po nich. Největší zlo všech drog pro společnost spočívá v tom, že jejich užívání rozkládá přirozené sociální vazby, způsobuje zdravotní problémy a provazuje uživatele s kriminálním prostředím a chováním. Jen mladý člověk, který má dostatek objektivních informací o rizicích spojených s užíváním drog, může drogy ze svého hodnotového systému úplně vyloučit. Chytré je totiž nezačít.“

plk. Mgr. Jakub Frydrych
ředitel Národní protidrogové centrály SKPV PČR



Rady pro rodiče

Jak předejít drogovým problémům

Nelze získat stoprocentní jistotu, že se s drogami v rodině nesetkáte. Stejně tak se mohou objevit mezi dětmi ve škole, v místech trávení volného času /zvláště rizikové/ a podobně. Drogy a problémy s nimi spojené jsou – bohužel – jednou ze součástí dnešního života a tento fakt nelze jakýmkoliv zásahem změnit. Není nutné ale propadat panice. To, že se drogy vyskytují v našem okolí, ještě neznamená, že zasáhnou zrovna NÁS. Drogy nejsou nic tajemného, nemají nad námi žádnou moc – dokud sami nechceme. Existuje řada opatření, kterými lze účinně riziko drogových potíží omezit. Zde jsou některá z nich:

1. Mluvte s dětmi o drogách.

Vysvětlíte jim o co jde, drogy nejsou žádné tajemství. Názorný příklad je vždy alkohol a jeho účinky – ten je v mnoha případech nedaleko. Mluvte o drogách stejně, jako o dalších nepříjemnostech v životě, které tu jsou a je jim možno se vyhnout. Mluvte vždy způsobem přiměřeným věku. Přesvědčte se, že dítě skutečně rozumí použitým výrazům a názvům. Nebojte se „návodnosti“ drogové tematiky.

2. Nepodceňujte své děti.

Ví často o drogách víc, než si myslíte. Nesnažte se poučovat, právě v oblasti drogové problematiky ze sebe můžete udělat snadno hlupáka. Naslouchejte pozorně a všimněte si detailů.

3. Pomozte svému dítěti nalézt a udržet sebedůvěru.

Právě nedostatek v sebehodnocení, pocitu nedostatečnosti a „komplexy“ mohou přiblížit Vaše dítě k drogám. Nebojte se vyjádřit své pozitivní hodnocení – v odůvodněných případech. Nebojte se pochválit.

4. Pomozte svému dítěti vytvořit si pevný hodnotový systém.

Schopnost rozlišit mezi dobrým a špatným ovlivňuje významně rozhodování. K pozitivním i negativním hodnotám by mělo dítě dojít samo. Rodiče by měli vést a ukazovat směr – ne mentorovat.

5. Buďte pozitivním příkladem.

Lehko řečeno – těžko provedeno. Přesto se ale pokuste. Alkohol je také droga (i když legální) a vztah k němu je v rodině významným ukazatelem. Zde se velmi dobře demonstrují rozdíly mezi vhodným a nevhodným, mezi kontrolou a její ztrátou.

6. Pomozte dítěti zvládat negativní tlaky ze strany vrstevníků.

Podporujte jeho individualitu. Vysvětlujte mu, že nemusí být stejný jako ostatní. Být jedinečný a jiný, je to, co se hodnotí.

7. Podporujte všechny pozitivní aktivity vašeho dítěte.

Způsob trávení volného času je jedním z významných faktorů, ovlivňující možný vznik drogových problémů. Nejen podporujte – ale aktivně vyhledávejte zájmy a vlohy svého dítěte. Investovaný čas i peníze jsou vkladem, který se vyplatí.

8. Nebojte se přiznat si nevědomost.

Drogy jsou téma, které se týká celé společnosti. Mnozí se k této problematice vyjadřují (dokonce i rozhodují), aniž si dají práci získat informace o realitě. Zprávy z massmédií jsou často vědomě či nevědomě zkreslené. Orientujte se na instituce, které s drogovou problematikou skutečně pracují, mají zkušenosti a důvěru klientů – ať již postižených, či jejich rodičů. Nebojte se ptát. Profesionální instituce jsou zde právě proto, aby Vám odpovídaly.



Jak odhalit brání drog

To, že dítě bere drogy, nemusí být, alespoň zpočátku vůbec nápadné. Přesto existují signály, které napovídají, že něco nemusí být v pořádku. Důvody potíží mohou být i jiné. Nemusí jít zrovna o drogy. Přesto je dobré o těchto věcech vědět. Zde jsou některé z příznaků, kterých bychom si měli všimnout.

1. Problémy ve škole.

Nemusí se objevit hned zpočátku, dá se říci, že brání drog k potížím ve škole dříve nebo později nutně vede. Objevují se absence, zhoršuje se prospěch. V této fázi to ještě často nevypadá, že by v pozadí potíží byly drogy. Je nutno sledovat i další příznaky a celý obraz dávat trpělivě dohromady. Paradoxně právě snaha o udržení dobrého prospěchu či o složení náročných zkoušek bývá důvodem k prvnímu drogovému experimentu.

2. Ztráta původních zájmů.

Jedná se hlavně o původní časově i fyzicky náročné koníčky, jako je sport, nejruznější aktivní umělecká činnost a podobně. Setkáváme se najednou s resolutním odmítáním dříve milované zábavy, kritika je vedena z pozice: „nemá to cenu“ atd.

3. Změna přátel a party.

Nejde ani tak o vzhled a způsob vyjadřování, jako spíše o způsob trávení volného času. Pravidelné a velmi časté navštěvování diskoték a hudebních klubů, které se stává vlastně jedinou zábavou, výrazně zvyšuje riziko drogových experimentů. Organizované skupiny, či skupiny mládeže svázané silnou vnitřní ideologií riziko drogových problémů snižují. Je zde nabízen alternativní systém hodnot, často drogy přímo odmítající. Je třeba ale udržet míru, protože stejně rizikové jako drogy jsou do extrémů strukturovaná společenství – sekty.

4. Změna chování.

Nápadné by měly být ničím neodůvodněné stavy neobvyklé veselosti či aktivity. Na pováženou je náhle vzniklá noční nespavost spojená s různým, často dosti nesmyslným kutěním a podobným konáním. Stejně tak, jsou nápadné stavy skleslosti, únavy a opakující se depresivní rozklady. Nelze ovšem vyloučit, že podobné chování může prostě být jen projevem onemocnění.

5. Slabost, spání přes den.

Celkově klesající výkonnost, zhoršená koncentrace a hlavně náhle vzniklé spání přes den, jsou možnými příznaky brání drog. Nápadné jsou tyto příznaky zejména v kombinaci s celkovou změnou životního stylu, která nastala v poslední době.

6. Ztráta chuti k jídlu, hubnutí.

Jeden z velmi nápadných příznaků brání tzv. stimulačních drog (u nás hlavně pervitin neboli „piko“). Tyto látky mají jako jeden z vedlejších účinků právě potlačení chuti k jídlu – hubnutí je zde přirozeným důsledkem. Pozor! To, že tyto příznaky nejsou přítomny, nemusí ještě znamenat, že o drogy nejde. Hubnutí je totiž charakteristické, alespoň z počátku, POUZE pro pervitin. Opiáty, či halucinogenní drogy se takto projevovat nemusí.

7. Kožní defekty.

Další z mozaiky příznaků, které mohou složit dohromady obraz brání pervitinu, resp. již vznikající drogové závislosti. Jedná se o stopy po škrábnutích a jiných drobných sebepoškozeních, zejména na obličeji a hřbetech rukou.

8. Mizení peněz.

Zpočátku přehlížené mizení malých finančních částek, rodinné finanční „podvůdky“ se postupně mění ve stále zoufalejší snahu dítěte sehnat dostatek peněz na drogy a následují již odhalené krádeže peněz či jiných cenných věcí. Předchází často prodej všeho cenného, co bylo ve vlastnictví dítěte, včetně milovaného oblečení. Příznak charakteristický pro prohlubující se závislost na heroinu.

9. Nález stříkaček, jehel a drog.

Zde je již situace jasná. Přesto se poměrně často stává, že rodiče v této situaci rádi uvěří vysvětlení, že „náradí“ je někoho cizího, jen v úschově a podobně. Toto vysvětlení je sice možné, ale vysoce nepravděpodobné.

10. Stopy po injekčním vpichu na končetinách.

Zde není již o čem diskutovat.



Co si počít, když zjistíme, že naše dítě bere drogy.

Může se to stát každému z nás. Podle posledních statistik má s drogami (byť převážně s tzv. lehkými) nějakou zkušenost každý třetí člověk ve věku osmnácti let. Drogová zkušenost je závažný fakt, ale nemusí ještě nutně znamenat víc, než další, tentokrát vysoce rizikový, životní experiment. Pokud celá věc experimentem neskončí, vzniká DROGOVÝ PROBLÉM. Ať tak, nebo tak, zásah je vždy na místě. Cílem by ale mělo být vylepšení daného stavu, ne zhoršení již tak neveselé situace. Právě zde se velmi často rozcházejí přání rodičů s reálnými možnostmi. Co si tedy počít?

1. Nepanikařit.

Je třeba si uvědomit, že brání drog, na které jsme právě přišli – nevzniklo včera či předevčírem. Dle praktických zkušeností lze říci, že doba neodhaleného drogového experimentování je delší než rodiče předpokládají. Rok i více trvá často doba, kdy dítě bere drogy a rodina nic netuší. Objevení této skutečnosti je nezřídka projevem narušené kontroly chování dítěte a tedy důsledkem něčeho závažnějšího než experimentu. Původní dokonalá maskovací opatření jsou dítětem zanedbávána. Důsledkem je pak třeba nález stříkačky a jehly v kapse – což by se ještě před půl rokem nestalo. Takže – zachovat klid. Je nutné si uvědomit, že situaci nelze vyřešit za den, za týden, ale vysoce pravděpodobně ani za měsíc. Budou nutná dlouhotrvající opatření. Je možno (a je nutné) vše předem promyslet a připravit.

2. Sehnat si všechny dostupné informace.

Mám na mysli odbornou literaturu, zkušenosti okolí – ale hlavně – kontaktovat zařízení, které s drogovým problémem profesionálně pracuje. Konzultace je většinou možná i telefonicky a anonymně. Nelze čekat jasnozřivost či jednoduchá řešení, lze ale očekávat praktickou zkušenost. Ta je pak u skutečně profesionální instituce zdrojem návrhů možných postupů.

3. Být důsledný.

Pokud se rozhodnete k nějakému postupu, ať již na základě vlastního rozhodnutí, či na základě konzultace, buďte důslední. Rozmyslete se předem, budete-li schopni navrhované postupy dodržet. Nemá smysl si zde nic nalhávat.



Základní dělení drog

Drogy se dají v zásadě rozdělit na čtyři základní skupiny. Tyto skupiny látek se mezi sebou liší vzhledem, účinky, průběhem závislosti, ale i mírou rizika pro uživatele. K těmto nelegálně vyráběným látkám je možno dále přiřadit skupinu pátou – léky s účinky ovlivňujícími psychiku, tedy jinak řečeno, legální drogy.

I. skupina	Konopné drogy
II. skupina	Opiáty
III. skupina	Stimulační látky
IV. skupina	Halucinogeny
V. skupina	Psychotropní léky

Ke každé z výše uvedených skupin drog řadíme řadu různých zástupců. V tomto materiálu uvádíme ty nejtypičtější a nejčastěji se vyskytující drogy v České republice. Drogy jsou zachyceny v podobě, ve které jsou prodávány na ulicích, v klubech či v jiných místech. Právě v této podobě se pak naleznou u jednotlivých konzumentů.



Konopné drogy

Konopné drogy – řadíme sem drogy vyrobené z konopí, tj. tzv. marihuanu, hašiš a hašišový olej.

1. Konopí / (*Cannabis sativa*, *cannabis indica*)

Lidově: *Maria Johanna, marjánka, maruška, tráva, travka, zelí, grass, weed, ganja, joint, skunk*

Popis: Konopí poskytuje různé psychotropně působící látky a tisíce prostředky. Účinná látka je THC (delta-9- tetrahydrocannabinol = tetrahydro-6,6,9-trimethyl-3-pentyl-6H-dibenzo[b,d]pyran-1-ol = C₂₁H₃₀O₂), účinky závisí na množství / koncentraci/ THC v konopném přípravku

Stručně: Marihuana bývá směs listů, okvěť a stonků rostliny. Hašiš je vlastní pryskyřice konopí. Spíše než mezi halucinogeny se tyto drogy řadí mezi psychodysleptika, látky, které především mění kvalitu psychické činnosti. Po aplikaci se mohou projevovat poruchy vnímání času, emoční změny (nápadná veselost, ale i skleslost), poruchy myšlení, sucho v ústech, pocit hladu atd.



Pomůcky užívané ke kouření marihuany

2. Hašiš

Lidově: *haš, černý afghán, čokoláda*

Popis: Hašiš je konopná pryskyřice, obvykle obsahující malý obsah květenství a drobných nečistot. Barvu má tmavě zelenou, spíše přecházející do tmavě hnědé (dle čistoty). Někdy se barevně liší podle původu – v českých zemích nejčastěji světle hnědý z Maroka, tmavě hnědý z Afghánistánu atd.



Stručně: Konopné drogy jsou užívány především kouřením. V menším měřítku se objevuje také perorální užití, obvykle jako součást pokrmů či nápojů nejrůznějšího druhu. Určité omezení z hlediska úpravy představuje rozpustnost účinných látek především v oleji a tucích a naopak velmi malá rozpustnost ve vodě.

Opiáty

Drogy s tlumivým účinkem, pocházejí ze surového opia získaného z nezralých makovic opiového máku. Patří sem především heroin v nejrůznějších podobách, ale i „tradiční“ český pouliční „braun“ (směs derivátů kodeinu).

1. Opium

Popis: Opioidy jsou látky, které mají tlumivý účinek na centrální nervový systém, především mozek. Mák olejný se pěstuje u nás a v řadě zemí Evropy a pouze vymláčené makovice se někdy zpracovávají ve farmaceutickém průmyslu. Rozhodující využití tohoto typu je tedy v domácnosti, potravinářském a olejářském průmyslu. Mák opiový má ve stěnách makovice silně rozvětvenou síť mléčnic. Jejich nařezáváním a následným sběrem zashlého latexu se získává opium. Mezi nejvýznamnější pěstitelské oblasti tohoto typu patří země Zlatého trojúhelníku (Barma, Thajsko, Laos), ale i Zlatého púlměsíce (Írán, Afghánistán, Pákistán).

Stručně: Při požití dochází k útlumu celého centrálního nervového systému. Nejvýznamnější je útlum dechového centra, který může být příčinou smrti. Silný je také protibolestivý účinek, pro který se opiáty používají v lékařství v léčbě pooperační a nádorové bolesti. Typické je rovněž podráždění centra pro zvracení – uživatel zvrací, většinou bez nevolnosti. Centrálním účinkem je také miosa – stažení zornice do velikosti špendlíkové hlavičky. Vazba v určitých oblastech mozku vyvolává euforii, která pak motivuje uživatele k dalšímu užití. Opiáty ovlivňují i tělesné funkce, tlumí aktivitu hladkého svalstva – tím vyvolávají zácpy, retenci moče, poruchu transportu vajíčka vejcovodem a následně i sterilitu uživatelé opioidů.



2. Heroin

hnědý heroin („brown sugar“) se před nitrožilním užíváním musí ještě upravit přidáním kyseliny, lépe se ale kouří a žhaví

bílý heroin („white powder“) se podobá mouce, dá se po rozpuštění přímo vstříkovat do tělního oběhu, kouřit se ale nedá

Lidově: heroin, háčko, herák

Popis: V současnosti představuje jednu z nejnebezpečnějších masově zneužívaných drog. Závislost na pouličním heroinu je obecně považována za nejrizikovější a společensky nejškodlivější závislost: zdravotní, sociální i závislostní rizika jsou u ní velmi vysoká. Než se ze země, kde je produkován, dostane ke svému uživateli, získává heroin řadu přísad, které do něj vmíchávají jednotliví obchodníci, aby tak zvýšili objem látky a tedy svůj zisk. Používá se jedlá soda, cukr, paracetamol, kofein, ale také prací prášek.



Potřeby užívané ke kouření (inhalaci) heroinu

Stručně: Funguje podobně jako morfin, stačí ale pětkrát až desetkrát menší dávka. Při podání má náhlý nárazový účinek (kick, flash). Při nedostatku drogy se projevují abstinenční příznaky (absták): bolesti svalů a kloubů, průjem, svalové křeče, pocení, zimnice, neklid, nespavost ... (trvá nejvýše 4 dny, odezní do 2 týdnů). Droga sama již nemá příjemné účinky, ale je nutná k dosažení původního normálního stavu. Život se začíná měnit v drogový stereotyp. Vše se točí kolem drogy (sehnat peníze, dobře nakoupit), ostatní je druhořadé. Člověk má problémy ve škole, v práci (záhy zpravidla odchází), zcela opouští původní zájmy a záliby, rozprodává hodnotnější věci, krade, popř. získává peníze prostitucí nebo výrobou či distribucí drog.



Stimulační drogy

Různorodá skupina drog s převažujícím stimulačním (povzbuzujícím) účinkem. Patří sem především kokain, amfetamin (speed), různé deriváty amfetaminu (z nich je u nás nejrozšířenější metamfetamin, tzv. pervitin, perník, peří atd.), extáze atd.

1. Pervitin

Lidově: *pervitin, perník, speed, peří, péčko, piko*

Popis: Pervitin bývá často uváděn jako „tradiční“ česká droga. V okolních zemích (Německo, Rakousko, Polsko) se pro něj dokonce místo tradičních názvů „meth“ a „pervitin“ používá údernějšího „čeko (tschecho).“ Tato droga však v žádném případě není českým vynálezem. Byla syntetizována již v roce 1888, a to v Japonsku. Tatáž země pervitin používala za druhé světové války pro sebevražedné piloty kamikadze jako doping při jejich posledním letu. V první polovině třicátých let se pervitin dostal do Evropy a již v roce 1941 nacistické Německo tuto látku vydávalo před seskokem svým diverzním parašutistům.



Stručně: Při předávkování může dojít k akutnímu selhání srdce s možností úmrtí. U starších uživatelů někdy dávka pervitinu vyvolá infarkt myokardu. Jednorázově vysoká dávka nebo pravidelné užívání menších dávek vyvolá toxickou psychosu. Ta se obvykle projevuje vztahovčností, podezřívavostí, obavami, že je postiženému ukládáno o život. Dochází ke ztrátě kontaktu s realitou. Postižený je potenciálně nebezpečný sobě a svému okolí, protože při úniku před domnělým nebezpečím se může snadno poranit, nebo – v úmyslu se bránit – někoho napadnout. Stav je zvláště ve své těžší formě indikací k hospitalizaci na psychiatrii, a to i nedobrovolně. Injekční aplikace s sebou nese, kromě místních infekcí, riziko nákazy virovou hepatitidou a HIV.

2. Kokain

Lidově: *kokain, sníh, koks, cukr, cocaine, coke, blow, snow, crack*

Popis: Keře koky (*Erythroxylon coca*) pocházejí z jihoamerických And. Domorodí Indiáni znají psychoaktivní účinky jeho listů již nejméně 4 000 let. Listy rostliny stále hojně žvýkají. Kokain se vyrábí máčením listů koky v benzinu. Tím vzniká hydrochlorid, který je kyselý, a proto se může vdechovat, ale nedá se kouřit – kyselina by vám zničila plíce. Je také rozpustný ve vodě, čehož se využívá při nitrožilní aplikaci. Nejčastějším způsobem užívání kokainu je šňupání, někdy se ale užívá injekčně v roztocích nebo se vtírá do sliznic (především pohlavních orgánů jako afrodiziakum). Kokain byl od samého počátku považován za drogu „vyšších vrstev“ a umělců; od počátku 20. století platí rovněž za drogu prostitutek.



Kokain a potřeby používané k jeho užívání

Stručně: Účinky se dostaví za několik vteřin a trvají pouze 30–40 minut. Kokain celkově povzbuzuje nervový systém a zvýšené sebevědomí, pokles chuti k jídlu, kolísání nálad. Působí jako afrodiziakum. Po aplikaci a odeznění příjemné reakce může trvat těžká kocovina a často přicházejí silné deprese a vyčerpání, což narkomané řeší další dávkou. Při prvním požití kokainu se někdy neobjevují pozitivní prožitky, ale naopak pocity srdeční slabosti, třes rukou, rozšíření zornic, bledost a mrazení. Teprve opakované požívání kokainu pak vede k vyvolání stavu euforie. Viditelné příznaky jsou, rozšířené zornice, výtok z nosu (při šňupání), chraptavý hlas, bledost, hubnutí.



3. Extáze (MDMA)

Lidově: *E, éčko, extoška, XTC, ex, X, kolčo, koláč, Eden, Adam, Eva, Love, Empathy, Harmony*



Popis: Tato droga se vyskytuje nejčastěji v podobě malé tablety s vyraženým symbolem (např. holubice, hvězdy, sluníčka apod., v poslední době se často vyskytují tablety s vyraženými značkami různých firem např. Motorola, Mitsubishi apod.). Další podobou Extáze mohou být výjimečně gelové kapsle různých barev, jemný bílý prášek nebo roztok. Jedna dávka MDMA v tabletě se pohybuje mezi 80–160 mg. Užívá se výlučně orálně a působí cca po třiceti minutách. Při vyšších dávkách se zvyšuje stimulační charakter drogy. Při užití v páru nastupují pocity empatie, lásky, zvyšuje se komunikativnost a potřeba dotýkat se druhého. MDMA nefunguje jako afrodiziakum. V současné době v tabletách extáze klesá podíl MDMA a v tabletách se objevují velmi často různé druhy jiných syntetických látek.

Stručně: Mezi nejvážnější komplikace užití MDMA patří hypertermie. Přehřátí organismu se může vyskytnout zvláště při užití na celonočních párty. Pravděpodobnost vzrůstá při nadměrné tělesné aktivitě, vyšší teplotě okolí, vyšší dávce, nebo opakovaném užití v průběhu párty a nedostatečné konzumaci tekutin s minerály. Důležitým preventivním faktorem je mimo jiné průběžný příjem tekutin a iontů a také odpočinek a pobyt v chladnějším prostředí. MDMA je ovšem schopna vyvolat hypertermii i sama, bez okolních „podporujících“ podmínek.

4. DOB

Popis: Chemicky jde o 4-bromo-2,5-dimethoxyamphetamin, tedy látku ze skupiny stimulačních drog, zařazovanou mezi tzv. taneční drogy. V poslední době se objevují zprávy o jejím výskytu na černém trhu. Vysokým rizikem je její záměna za tzv. extázi, protože účinná dávka DOB je nesrovnatelně nižší. Právě proto může dojít k nesprávnému odhadu velikosti dávky a snadnému předávkování se smrtelným rizikem.



Halucinogeny

Halucinogenní drogy - přírodní i syntetické látky, převažujícím účinkem je zde široké ovlivnění psychiky (změny nálady, halucinace).

1. Lysohlávka česká, lysohlávka kopinatá (*Psilocybe semilanceata*, *Psilocybe bohemica*)

Popis: Lysohlávky obsahují přírodní halucinogen Psilocybin, který dokáže měnit vnímání a myšlení – při určitých dispozicích k psychiatrické diagnóze může užívání lysohlávky spustit duševní onemocnění, např. schizofrenii. Plodnice se užívají perorálně, jí se přímo čerstvé nebo sušené. Mají poměrně nepříjemnou chuť, proto se užívají různé způsoby, jak tuto chuť zakrýt. Nevyzpytatelná je navíc koncentrace psilocybinu v jednotlivých plodnicích, a tak může snadno dojít k předávkování. V takovém případě je nutné vyhledat co nejrychleji lékařskou pomoc.



Stručně: Psilocybin v lidském organismu vyvolává euforii, sluchové a zrakové halucinace, poruchy vnímání prostoru a času. Mohou se však dostavit i stavy úzkosti, panického strachu či deprese. V některých případech se objevilo dokonce i sebepoškozující a sebevražedné jednání. I zmíněná euforie přináší riziko – a to získáním pocitu, že jedinec umí létat. Jeho experiment s lysohlávkou tak může skončit tragicky. Vysoké dávky u lysohlávek mohou způsobit vážná a nevratná poškození jater nebo ledvin (u muchomůrek je díky přítomnosti množství dalších toxických látek riziko mnohanásobně vyšší).



2. LSD-25

Lidově: *acid, kyselina, papír, vitamín A, trip*

Popis: LSD se v současnosti užívá téměř výhradně formou „tripů“, což jsou malé papírky o rozměrech zhruba 5 × 5 milimetrů, napuštěné jeho roztokem. Dávka LSD na jednom tripu je 30 až 100 mikrogramů (gama). Další formy distribuce LSD, užívané zejména v šedesátých letech, jsou tablety, želatina, roztok a krystal (tzv. mikrodot nebo „mikráč“). Nástup bývá doprovázen pocitem mírného chvění, neschopnosti ovládat pohyby, někdy pocitem závratě či nevolnosti. Jen velmi výjimečně dochází k výraznější nevolnosti až pocitům zvracení.



Stručně: Vyšší dávky látky mohou navodit intenzivní halucinatorní stav bez možnosti ovlivnění vůlí, což osoby se silnou potřebou kontroly a sebekontroly mohou vnímat velmi negativně; tak vzniká nijak řídký tzv. bad trip. Vysoké dávky mohou způsobit výraznější poruchy myšlení, zvýšenou vztahovačnost až paranoiditu, doprovázenou poruchami paměti, úsudku a pozornosti. Halucinogenní látky co do účinku patří k nejméně předpověditelným drogám. Doposud nebyl u LSD popsán případ předávkování s následkem smrti.



Psychotropní léky

Popis: Jedná se o často zneužívané preparáty s vysokým rizikem návyku ev. rozvoje závislosti. Existuje zde i nezanedbatelné riziko předávkování se smrtelnými následky. Všechny tyto léky se objevují na černém trhu a slouží buď jako náhrada či doplněk opiátů (heroin), nebo se používají jako zdroje k výrobě ještě účinnějších drog.

Nové psychoaktivní látky na českém drogovém trhu

Nové zneužívané syntetické látky představují závažné zdravotní a společenské riziko. V Evropské unii bylo zaznamenáno mnoho případů poškození zdraví při užití těchto látek a došlo k celé řadě úmrtí ve spojení s aplikací některé nové syntetické drogy. Jedná se především o látky ze skupiny syntetických kanabinoidů, které se objevují jakou součástí vykuřovacích směsí tzv. „spice“ (skupina látek typově označovaná JWH), dále deriváty katinonu (napří-

klad mediálně známý mephedron) a rostlinné extrakty (např. Šalvěj divotvorná).

mephedron

ketamin

Salvinorin A

MDPV

methylon

4-FMC (flephe-dron)

TFMPP

Butylon

Naphyron (NRG-1)

JWH - 018

JWH - 081

JWH - 250

JWH - 073

tapentadol

carfentanil

Příklady léků často zneužívaných jako drogy.



1. Spice, K2, Ecsphoria X4

Asi nejnámější z těchto drog jsou směsi ke kouření prodávané jako SPICE nebo K2. Přestože byly původně vydávány za čistě bylinkové, ukázalo se, že ve skutečnosti jsou jejich hlavními složkami syntetické kanabinoidy jako JWH-018, JWH-073, CP 47,497 a HU-210, které fungují podobně jako THC obsažené v konopí. V mnoha zemích byly nedávno některé z nich zakázány a uživatelé se vrátili k ověřenému (a zakázanému) konopí. Podobným typem produktu je zřejmé i ECSPHORIA X4.



Mefedron / Mephedron

Látka, která právě plní stránky všech novin a serverů ve Velké Británii, je ale jiného druhu. Jmenuje se mefedron (mephedrone) a je to stimulant. Známy je také jako Meow Meow (Mňau mňau), Miaow, MCAT, Buzz Gro. Nebo prostě „plant food“, protože se prodává jako hnojivo pro rostliny. Diskuze o něm se poprvé objevily na internetu v roce 2007, ale do obecnějšího povědomí vstoupil až koncem roku 2009, kdy si ho všimla britská média.

Média a mnozí uživatelé mluvili o „legální extázi“ (MDMA), i když šlo spíše o „legální metamfetamin“ (neboli pervitin) s trochu euforičtějšími účinky. Amfetaminům je látka opravdu velice podobná – chemickou strukturou jde o analog methkathinonu, zneužívaného od 60. let v Sovětském svazu („vařil“ se tam z léků s (pseudo)efedrinem podobně jako u nás pervitin) a od 90. let zakázaného Úmluvou OSN o omamných látkách. Držení methkathinonu v množství větším než malém je trestné i v ČR. Také mefedron byl rozhodnutím vlády ČR dne 2. března 2011 zařazen na seznam zakázaných látek včetně dalších 32 nových položek.



Seznam institucí v drogové oblasti

Benešov:

Centrum adiktologických služeb Magdaléna, o.p.s.
prevence a léčba drogových závislostí
Nová pražská 399
256 01 Benešov
tel.: 317 728 880
mobil: 775 306 838
e-mail: balatova@magdalena-ops.cz

Beroun:

Tyrkys, Centrum prevence drogových závislostí
tel: 724 066 489
e-mail: abraka@abraka.cz

Brno:

K – centrum Drug Azyl
Videňská 3
639 00 Brno
tel.: 543 246 524
mobil: 777 916 257
e-mail: kc.videnska@podaneruce.cz

České Budějovice:

Poradna drogových závislostí institutu pro rozvoj osobnosti Čechova 52
370 01 České Budějovice
mobil: 721 311 407

Děčín:

K – centrum
Teplická 31/45
405 01 Děčín 4
tel.: 412 531 415
e-mail: centrumdecin@seznam.cz

Frýdek Místek:

RENARKON o.p.s.
kontaktní centrum
Pionýrů 1757
738 01 Frýdek-Místek
tel: 558 628 444
e-mail: kcfm@renarkon.cz

Havířov:

Centrum drogové prevence Hřbitovní 12
736 01 Havířov,
tel: 596 884 854
www.ssmh.cz
e-mail: cdp@ssmh.cz

Centrum prevence, Sociální služby města Havířova
Přemyslova 12/1618
tel: 599 505 320
www.ssmh.cz
e-mail: centrumprevence@ssmh.cz
centrumprevence1@ssmh.cz

Hranice:

Centrum Kappa
Skalní 1059
753 01 Hranice
tel.: 581 607 022
mobil: 605 211 218
www.kappa-help.cz
e-mail: hranice@kappa-help.cz

Chomutov:

K - centrum
harm reduction, poradenství, soc. a hyg. servis
Hájkova 224
430 00 Chomutov
tel.: 474 652 030
web: www.os-svetlo.net
e-mail: kcchomutov@os-svetlo.net
info@os-svetlo.net

Kadaň:

K – centrum
harm reduction, poradenství, streetwork, sociální a hygienický servis
Klášterecká 1720
432 01 Kadaň
tel.: 474 335 347
mobil: 603 809 312 (nonstop) -
web: www.os-svetlo.net
e-mail: kckadan@os-svetlo.net

Karlovy Vary:

K - centrum
Krále Jiřího 38
360 01 Karlovy Vary
tel.: 353 222 742
mobil: 604 420 646
773 140 022
web: www.os-svetlo.net

Kladno:

Centrum drogové prevence Kročehlavská 49, 272 01 Kladno
tel.: 312 682 177

e-mail: protidrogova.prevence@mestokladno.cz

Liberec:

Středisko výchovné péče
Na Výšinách 451/9
460 05 Liberec 5
tel.: 482 757 275
482 750 807
mobil: 728 145 169
web: www.svp-lbc.cz
e-mail: svp_lbc@centrum.cz
svp_lbc@iol.cz

Centrum ambulantních služeb Advaita
Rumunská 14/6
460 01 Liberec
tel.: 482 750 607
web: www.advaitaliberec.cz
e-mail: cas@advaitaliberec.cz

Litoměřice:

K – centrum
centrum prevence drogových závislostí
Lidická 57
412 01 Litoměřice
tel.: 416 737 182
mobil: 728 262 683
606 229 979
web: www.kclitomerice.cz
e-mail: info@kclitomerice.cz

Most:

Most k naději
Petra Jilemnického 1929
434 01 Most
tel.: 476 102 288
web: www.mostknadeji.cz

Olomouc:

Oddělení Podané ruce,
K-Centrum Walhalla
Sokolská 48
779 00 Olomouc
tel.: 585 220 034
mobil: 774 991 625
web: www.podaneruce.cz
e-mail: kcentrum.ol@podaneruce.cz

P-Centrum
Lafayettova 9
772 00 Olomouc
tel./fax: 585 221 983
web: www.p-centrum.cz
email: p-centrum@p-centrum.cz

Ostrava-Vítkovice:

K-Centrum RENARKON
Halasova 16
703 00 Ostrava - Vítkovice
tel.: 595 627 005
mobil: 602 670 789
web: www.renarkon.cz
e-mail: kcovarenarkon@seznam.cz

Plzeň:

Centrum protidrogové prevence a terapie o.p.s - P-Centrum
Plachého 6
Plzeň
tel: 377220325
e-mail: prevence@cppt.cz

Praha 1:

Specializované ambulantní služby CADAS
Spálená 12
110 00 Praha 1
tel.: 222 924 245
web: www.sananim.cz
e-mail: cadas@sananim.cz

Drop In - Centrum metadonové substituce – I.
Ve Smečkách 8
110 00 Praha 1
tel.: 224 810 197
web: www.dropin.cz
e-mail: metadon1@dropin.cz

Drop In

Karolíny Světlé 18
110 00 Praha 1
tel.: 222 221 124
222 221 431 – nonstop
mobil: 602 317 173 – PhDr. Ivan Douda
602 317 174 – MUDr. Jiří Presl
web: www.dropin.cz
e-mail: stredisko@dropin.cz

Praha 2:

Anima
Apolinářská 4a
128 00 Praha 2
tel.: 224 968 239 – rodinná terapie
web: www.anima-os.cz
e-mail: anima@anima-os.cz

Drop In – Centrum metadonové substituce - II.
Španělská 8
110 00 Praha 2
tel.: 261 219 199
web: www.dropin.cz
e-mail: metadon2@dropin.cz

Praha 4:

Eset Help
Vejvanovského 1610/1
149 00 Praha 4 – Chodov
tel.: 272 940 879 – ambulance, psychoterapie
web: www.esethelp.cz
e-mail: info@esethelp.cz

Praha 7:

K – Centrum
nizkoprahové zařízení, pro uživatele nealk. drog
Na Skalce 819/15
170 00 Praha 7
tel.: 283 872 186
web: www.sananim.cz
e-mail: kacko@sananim.cz

Prostějov:

K – centrum
Vrahovická 83
796 01 Prostějov
tel.: 582 361 401
web: www.podaneruce.cz
e-mail: kcentrum.pv@podaneruce.cz

Přerov:

Kappa – HELP
Kosmákova 44
750 01 Přerov
tel.: 581 207 901
web: www.kappa-help.cz
e-mail: office@kappa-help.cz

Šumperk:

Kontaktní centrum KRÉDO
Polská 1/82
787 01 Šumperk

tel.: 583 550 235
mobil: 774 716 020
web: www.pontis.cz
e-mail: k-centrum@pontis.cz

Trutnov:

Riaps
Procházkova 818
541 01 Trutnov
tel.: 499 814 890
499 320 327
web: www.riaps.cz
e-mail: riaps@riaps.cz

Ústí nad Labem:

Občanské sdružení DRUG OUT Klub
Velká hradební 47/13
400 01 Ústí nad Labem
tel.: 475 210 626
web: www.drugout.cz
e-mail: drugout@mbox.vol.cz

Uherské Hradiště:

K-centrum Charáč
Šromova 136
686 01 Uherské Hradiště
tel.: 777 916 269
572 540 616
web: www.podaneruce.cz
e-mail: charac@podaneruce.cz

Znojmo:

K-centrum Netopeer
Horní Česká 4
669 02 Znojmo
tel.: 515 264 996
web: www.podaneruce.cz
e-mail: netopeer@podaneruce.cz

Žďár nad Sázavou:

SPEKTRUM
nizkoprahové kontaktní centrum
Žižkova 8
591 01 Žďár nad Sázavou
tel.: 556 620 098
mobil: 608 816 721
web: www.spektrum.kolping.cz
e-mail: spektrum@kolping.cz

Alkoholické poradny a jiná zařízení

Bruntál:
AT ambulance
Revoluční 20
792 01 Bruntál
tel.: 554 718 415

Hradec Králové:
AT ambulance
Hradecká 1172
503 01 Hradec Králové
tel.: 495 832 228
web.: www.lfhk.cuni.cz/psych/

Olomouc:
P - centrum - AT poradna
Lafayetteova 9
772 00 Olomouc
tel./fax.: 585 221 983
web: www.p-centrum.cz
e-mail:
p-centrum@p-centrum.cz
info@p-centrum.cz

Praha 1:
Anonymní alkoholici
Na Poříčí 16
110 00 Praha 1
tel.: 224 818 247
mobil: 724 162 239
603 939 486
web: www.sweb.cz/aacesko/
e-mail: aacesko@seznam.cz

Praha 3:
Protialkoholická poradna
Olšanská 7
130 00 Praha 3
tel.: 271 774 854

Praha 4:
Protialkoholická poradna
Rodvinovská 3
140 00 Praha 4
tel.: 261 262 831

AT ambulance
Vejvanovského 1610
149 00 Praha 4
tel.: 272 922 718
mobil: 777 186 767
web: www.klinikaeset.cz
e-mail: eset.at@tiscali.cz

Praha 6:
Centrum duševní pohody
Modrá laguna
Družicová 12
160 00 Praha 6
tel.: 233 312 422
web: www.modra-laguna.cz

Ordinace pro návykové
poruchy
Pod Mariánkou 12
169 00 Praha 6
tel.: 233 351 603

AT poradna
Socháňova 1221
163 00 Praha 6
tel.: 235 311 791
web.: www.cszs.cz
e-mail:
atporadna.repy@seznam.cz

Praha 8:
FN na Bulovce – Protialkoholní
oddělení a záchytná stanice
Budínova 2
180 81 Praha 8
tel.: 266 084 000
266 083 434
web: www.fnb.cz
e-mail: info@fnb.cz

Psychiatrická lékařská ordi-
nace
U Pazderek 16/300
181 00 Praha 8
tel.: 233 557 631

Praha 10:
Centrum pro závislé / Psychi-
atrie
Starostrašnická 53
100 00 Praha 10
tel.: 274 812 594
mobil: 739 066 401
e-mail:
novakovaeva@volny.cz

Komunity

**Terapeutická komunita
Léčba drogových závislostí.**
Podolánky 383
739 12 Čeladná – Podolánky
tel.: 558 684 334
mobil: 731 572 543
web: www.renarkon.cz
e-mail: tkrenarkon@seznam.cz

Terapeutická komunita Karlov
*Rezidenční léčba a sociální
rehabilitace osob závislých na
nealkoholových drogách.*
Karlov 3
398 04 Čimelice
tel.: 382 229 655
382 229 692
web: www.sananim.cz
e-mail: karlov@sananim.cz

**Terapeutická komunita Mag-
daléna**
*Rezidenční program pro
závislé na návykových látkách
starší 18 let.*
Včelník 1070
252 10 Mníšek pod Brdy
tel.: 318 599 125

mobil: 737 284 599
web: www.magdalena-ops.cz
e-mail:
komunita@magdalena-ops.cz

**Terapeutická komunita
Němčice**
*Dlouhodobá rezidenční léčba
a sociální rehabilitace osob
závislých na nealkoholových
drogách.*
Zámek 1
387 19 Němčice u Volyně
tel.: +420 383 396 120
web: www.sananim.cz
e-mail: nemcice@sananim.cz

**Terapeutická komunita pro
drogově závislé v Nové Vsi**
*Hlavním posláním terapeutické
komunity je uzdravovat lidi
ze závislosti.*
Nová Ves 55
463 31 Chrastava
tel.: 485 146 988
web: www.advaitaliberec.cz
e-mail:
komunita@advaitaliberec.cz

**Terapeutická komunita Pod-
cestný Mlýn**
Kostelní Vydří 64
380 00 Dačice
tel.: 777 916 273
web: www.podaneruce.cz
e-mail:
komunita@podaneruce.cz

Cesta Řevnice
Sádecká 169
252 30,
Řevnice
tel.: 257 721 231
mobil: 777 738 795
e-mail: sm-cesta@cbox.cz

**Terapeutická komunita White
Light I.**
Mukařov 53
411 45 Ústěk
tel: 416 797 069
mobil: 602 145 461
web: www.wl1.cz
e-mail: tk@wl1.cz

Postambulantní péče

Brno:
Doléčovací centrum Jamtana
Francouzská 36
602 00 Brno
tel.: 545 246 690
web: www.podaneruce.cz
e-mail:
jamtana@podaneruce.cz

Děčín:
Děčínské doléčovací centrum
Fügnerova 665/18
405 01 Děčín
tel.: 412 510 259
412 535 533
web: www.cssdecin.cz/
dcentrum
e-mail: hosek@cssdecin.cz

Liberec:
Advaita, o.s.
Rumunská 14/6
460 01 Liberec 1
tel.: 482 750 607
web: www.advaitaliberec.cz

Mníšek pod Brdy:
Následná péče ČHRPA
*Chráněné bydlení a podporo-
vané zaměstnání pro absol-
venty residenčních protidro-
gových programů.*
Včelník 107
252 10 Mníšek pod Brdy
mobil:
737 284 598 - RNDr. Martin
Rataj
web: www.magdalena-ops.cz

Plzeň:
Program následné péče
Doudlevecká 71
301 00 Plzeň
tel.: 377 321 051
web: www.cppt.cz
email: ambulance@cppt.cz

Praha 5:
Centrum Následné péče
Drop In
Holečkova 33
150 00 Praha 5

tel.: 257 326 080
web: www.dropin.cz
e-mail: cnp@ecn.cz

Praha 7:
Denní stacionář Sananim
*Ambulantní psychoterape-
utické centrum poskytující
pomoc, poradenství a léčbu
lidem ohroženým důsledky
užívání návykových látek.*
Janovského 26
170 00 Praha 7
tel.: 220 803 130
mobil: 605 212 175
web: www.sananim.cz
e-mail: stacionar@sananim.cz

Praha 9:
Doléčovací centrum Sananim
Ovčí hájek 2549/64A
158 00 Praha 13
tel.: 251 614 070
251 614 280
web: www.sananim.cz
e-mail: aftercare@sananim.cz

Důležité webové odkazy

www.reknidrogamne.cz
- informační server projektu
prevence vzniku závislosti
Řekni drogám NE!, který vznikl
ve spolupráci s VZP ČR

www.alkoholik.cz
- informační server o alkoholi-
smu: vznik, stadia, psychické
změny, sociální komplikace,
léčba alkoholismu

www.drogy.net
- informační server o drogách

www.drogy-info.cz
- informační portál o ilegál-
ních a legálních drogách

www.abraka.cz
- informační a poradenský
server v oblasti prevence
drogových závislostí

www.odvykanikoureni.cz
- informační server o kouření:
možnost léčby, rady při odvy-
kání, poradna lékaře

www.kurakovaplice.cz
- informační server kouření
a zdraví: odvykání kouření,
pasivní kouření, protikuřácká
poradna

www.antinikotin.cz
- informační server antinikoti-
nového centra

**www.ordinace.cz/centrum/
odvykani-koureni**
- virtuální centrum odvykání
kouření

www.nekourit.cz
- server protinikotinového
centra



**Medea
Kultur**

Vydalo: Vydavatelství MEDEA KULTUR, s.r.o.
Odborný poradce: MUDr. Jiří Presl s využitím materiálů NPC SKPV PČR

Přepracované a doplněné vydání



Vyrobeno ve spolupráci s Všeobecnou zdravotní pojišťovnou České republiky.
Tato publikace vznikla v rámci projektu Řekni drogám NE!