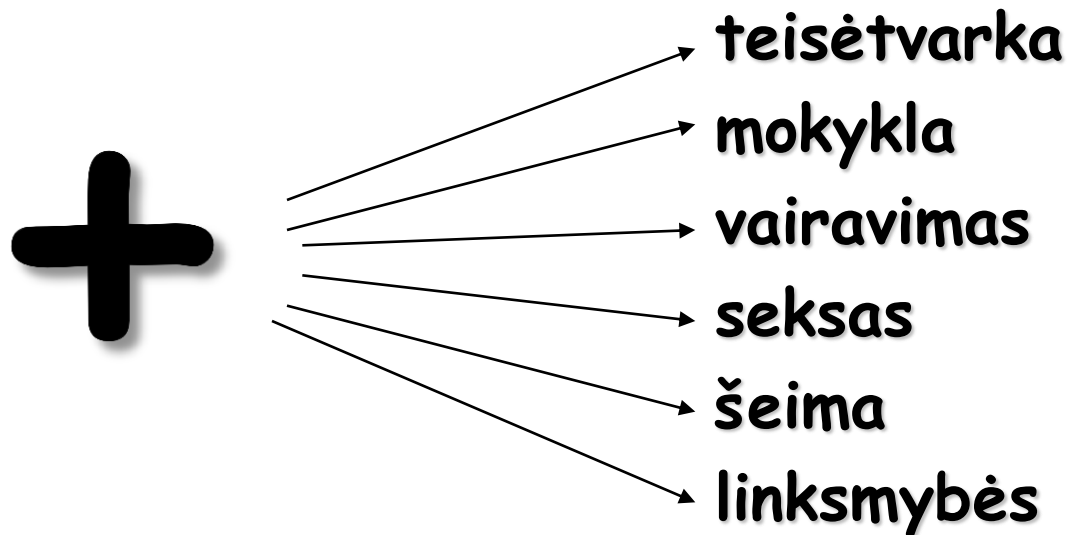
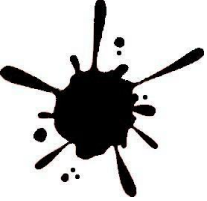


NARKOTIKAI



= PAVOJINGI RYŠIAI



Prasti popieriai

Tarytum žinai, kad net nedidelio narkotikų kiekio laikymas yra baudžiamas, tačiau kažkodėl darai prielaidą, kad tavęs nepagaus. Taip pat niekas negalvoja apie priklausomybę, apie tai, kad narkotikų reikės vartoti vis daugiau, o tam prireiks vis daugiau ir daugiau pinigų. Narkotikų vartojimas nėra pigus užsiėmimas. Kai neužtenka kišenpinigių – skoliniesi, o kai jau nėra iš ko skolintis, dažniausiai pradedi vogti iš tėvų, pažįstamų; po to jau tau vis vien – vagi, prekiauji, parduodi save – kad tik užtektų kitai dozei. Ilgas ir juodas scenarijus? Gali būti trumpesnis: ką tik nusipirkai pirmą gyvenime dozę iš prekeivio, kurį policija jau seniai stebi – tau nepasisėkė ir ... jau esi teistas.



Ne viskas būna taip, kaip planuoji



Gal nežinai apie tai?

- net nedidelis narkotikų kiekio įsigijimas ir laikymas – gresia laisvės atėmimu iki 2 metų
- narkotikų gaminimas, laikymas, gabenimas, pardavimas – gresia laisvės atėmimu iki 15 metų
- narkotikų platinimas nepilnamečiams – gresia laisvės atėmimu iki 12 metų

Mirties šokis

Žmogaus organizmas turi kontrolės aparatus, kurie, jei kažkas yra negerai, signalizuoja mums. Paprastai žinome, ką daryti, jei yra per karšta, per šalta, kai pavargstama, išsenkama. Narkotikai išjungia šiuos aparatus ir mums atrodo, kad esame energingesni, dėl ko galime valandų valandas šokti, dirbti ir pan. Tačiau nemokamų dalykų nėra – už tai gali sumokėti net gyvybę.

- Energingai šokant apsvaigus nuo narkotikų karštuose ir tvankiuose naktiniuose klubuose galima lengvai iššaukti dehidrataciją arba perkaitinimą bei patirti šiluminį smūgį.
- Ekstazio vartojimas gali sukelti sunkių komplikacijų, tokių kaip širdies nepakankamumą, traukulius ar sutrikusią sąmonę, o nuo to galima net mirti.
- Narkotikų ir alkoholio derinys yra ypač pavojingas. Nežinoma kas gali atsitikti – trumpalaikis sąmonės netekimas, nuaplimas ar net insultas.
- Pavartojus LSD gali pasireikšti *flashback*, t.y. „grįžtamasis ryšis“, kai šio narkotiko poveikis pajaučiamas ir praėjus keletui savaičių po jo vartojimo. Regos ar klausos haliucinacijos gali pasireikšti pačiu netinkamiausiu momentu, pvz. kai vairuoji automobilį.



Niekada nežinai, kokia yra narkotikų sudėtis - kol pateko pas tave, jie perėjo per daugybę rankų ir į juos gali būti pridėta kas papuola, pvz. skalbimo miltelių, smulkinto stiklo ar nuodų.

Narkotikai
+ vairavimas

„Nuotykių“ už vairo

Vairavimas apsvaigus nuo narkotikų tai vienas iš labiausiai neatsakingų ir pavojingų poelgių. Vairuotojo pažymėjimo turėjimas, tai ne tik gebėjimas vairuoti. Visų pirma būtina numatyti įvairias situacijas kelyje ir jausti atsakomybę už save ir kitus. Niekam nepadarysi įspūdžio sėdėdamas invalido vežimėlyje po neapdairaus pasivažinėjimo automobiliu.

- Gerai žinoma, kad vairavimas apsvaigus nuo alkoholio, narkotikų ar kai kurių vaistų yra neleistinas, kadangi šios medžiagos žymiai pablogina vairuotojo reakciją. Gali netinkamai įvertinti greitį, atstumą ir priimti klaidingus sprendimus.
- Narkotikų mėgėjams atrodo, kad jie yra nebaudžiami, juk vis tiek „nepripūsi“ į alkotesterį. Tačiau jau yra narkotikų aptikimo testai. O jei avarijos metu žūva ar sunkiai sužalojamas eismo dalyvis, tuomet dėl narkotikų tiriamas ir kraujas.
- Baudžiamajame kodekse (281 straipsnis) numatomos labai griežtos nuobaudos už eismo įvykių sukėlimą apsvaigus nuo narkotinių, psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų.



Jeį esi pavartojęs – nesėsk už vairo! Jei žinai, kad vairuotojas yra apsvaigęs nuo kokio nors narkotiko ar alkoholio - nelipk į automobilį ir perspėk apie tai kitus!

Karas namuose

Gal paauglystėje galvoji: aš tai turiu šeimynėlę!

- niekas iš namiškių manęs nesupranta
- tėvai tik kažko reikalauja, tikrina, kontroliuoja mane, bet taip visuomet ir lieka nepatenkinti
- elgiasi su manimi kaip su vaiku, nesupranta mano poreikių
- be perstojo barasi, juos domina tik darbas ir pinigai
- apskritai sunku su jais susikalbėti



Žinoma, kiekvienas nori turėti šeimą, kurioje visi myli ir supranta vienas kitą. Vis dėlto, net geriausioje šeimoje kyla įtampa ir konfliktai, ypač paauglystėje. Jei prie šito viso prisideda dar narkotikai, tai prasideda tikras karas namuose. Dažniausiai visi dėl visko vienas kitą kaltina. Tėvas kaltina motiną (ir atvirkščiai), kad blogai išauklėjo, per daug leido, nerimauja, nesupranta kodėl ir jaučiasi bejėgiai. Tu irgi jautiesi kaltas, kad nuvylei tėvus, bet kartais jau sunku atsisakyti narkotikų. Atsiranda uždaras ratas: kontrolė, bausmės ir apribojimai dažnai padaro taip, kad dar labiau priešini esi, o tuomet – dar didesnės bausmės... tikras pragaras namuose. Siekiant susišnekėti, reikalinga gera valia iš abiejų pusių. Ar bus įmanoma užkirsti kelią tokiam konfliktui didžiąja dalimi priklauso nuo to, ar pavyks išspręsti narkotikų vartojimo problemą. Tai didelė bėda visai šeimai. Sunku yra augti ir sunku būti paauglio tėvais.



Galvoji, kad tu būsi idealiu tėvu ar motina?

Pavojingi santykiai

Apsvaigus nuo narkotikų ar alkoholio padidėja atsitiktinių lytinių santykių rizika. Tuomet negalvojama apie apsaugą, apie pasekmes fizinei ir psichinei sveikatai, ar tai, kad per anksti galima tapti tėvais.



NEPAGEIDAUJAMAS NĖŠTUMAS

Vartodamas narkotikus prarandi savikontrolę, „stabdžiai“ neveikia, ir atsiduri lovoje... su bet kuo, bet kur, bet kaip, o kartais prieš savo valią. Nėštumo rizika yra didelė ir tai paprastai labai komplikuoja ir tavo, ir tavo partnerio gyvenimą (jei žinai, kas jis buvo!).

LYTIŠKAI PLINTANČIOS LIGOS

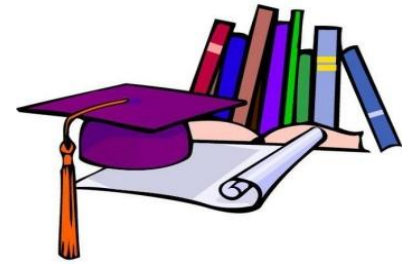
- ŽIV infekcijos sukeltas AIDS – tai mūsų laikų nepagydoma liga. Turi žinoti, kad virusas nepaiso nei amžiaus, nei lyties, ir kad gali pakakti tik vieno karto be apsaugos priemonių. Pirmųjų santykių metų užsikrėtimo ŽIV infekcija tikimybė yra didesnė dėl mergystės plėvės plyšimo ir kraujo atsiradimo.
- Hepatitas B – iki šiol nėra visiškai veiksmingo šios ligos gydymo. Kai kuriems ji pereina į lėtinę ligos formą ir sukelia kepenų cirozę arba kepenų vėžį.
- Kitos ligos – tokios kaip sifilis, gonorėja, chlamidija, lytinių organų pūslelinė ir t.t.



Pradžioje daugelis šių ligų nesuteikia matomų simptomų, todėl užsikrėtęs žmogus gali net nežinoti apie tai ir užkrėsti kitus.

Paskutinis skambutis

Dažnai jau darželyje turime svajonių ir gyvenimo lūkesčių. Vieni nori tapti gydytojais, kiti lakūnais. Iš tiesų, kiekvienas turi panašių siekių: norėtų pabaigti mokyklą, studijas, turėti gerą darbą, daug pinigų, kad galiausiai sukurtų nuostabią šeimą.



Kiekvieno žmogaus gyvenime mokykla – tai daug mokymosi metų. Vieniems sekasi lengviau, kitiems sunkiau. Ar mokykla tampa pasitenkinimo šaltiniu ir būdu pasiekti sėkmę, ar tampa nusivylimų ir nusiminimų vieta, priklauso nuo daugelio veiksnių. Spaudimas iš tėvų ir mokytojų pusės, reikalaujant geriausių rezultatų, ne visada eina koja kojon su galimybėmis. Yra žinoma, kad nesėkmės tikrai neskatina, todėl kai kurie ieško lengvesnio kelio.

- **Nusivylę** – mokykloje sekasi vis blogiau ir blogiau, pasaulis yra beviltiškas, todėl griebiasi narkotikų. Kuo daugiau vartoja, tuo daugiau problemų – kuo daugiau problemų, tuo daugiau vartoja, ir ratas įsisuka.
- **Ambicingi** – jie gyvena nuolatinėje baimėje patirti nesėkmę. Girdėjo, kad amfetaminas gali būti pavojingas, bet, matyt, padeda mokytis, tad jie yra pasirengę sumokėti bet kokią kainą, kad tik nepralaimėti „žiurkių lenktynių“. Vis dėlto, nėra nieko nemokamo - tai, kas turėtų padėti, greitai tampa rimtų problemų šaltiniu.



Nepažiopsok paskutinio skambučio ir savo svajonių!

Lenkijos Nacionalinio Narkomanijos Prevencijos Biuro įgyvendintas projektas

Autoriai: Danuta Muszyńska, Tomasz Zakrzewski

Vertė ir adaptavo: Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas

Nuotraukų šaltiniai:

<http://www.15min.lt/images/photos/597395/big/121689068907antrankiai.jpg>

<http://us.cdn3.123rf.com/168nwm/rmackayphotography/rmackayphotography0803/rmackayphotography080300117/2711773-note-book-with-pencil.jpg>

<http://intervention.org/images/349.gif>

http://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcT_4ifayyhK_nh-EOHhQAs66HHkKGRa98cBr28I3OWAg9EHX-Mr

<http://www.caraccidenthelpline.co.uk/images/car-accident-sketch.gif>

<http://www.thinksafetydrivesafely.com/uploads/6/1/9/8/6198209/326268762.jpg>

<http://www.andreaharner.com/archives/TeenagePregnancy1.jpg>

<http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTmtWvt2WQRXr3OsOe-wyqvOC1mhMrSwqf0Q0nO1VHUgi0YogWpkg>

http://www.lo9gim17.pl/download/typowe_obrazki/ostatni%20dzwonek.gif

<http://skyearth.blox.pl/resource/zes.jpg>
