

„EGÉSZSÉGES FALUNKÉRT” TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-0963

Augusztus 20-án egy településre vonatkozó egészségügyi állapotfelmérés megvalósításával indult el Bodroghalomban a községi önkormányzat azon projektje, amely a településen lakók jobb egészségügyi állapotának elérését célozza.

Az Új Széchenyi Terv, Társadalmi Megújulás Operatív Program - TÁMOP-6.1.2-11/1/A jelű, „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód programok – lokális szintek” címet viselő pályázati kiírásán sikeresen támogatást nyert, települési szintű „Egészséges falunkért” című projektje keretében Bodroghalom Község Önkormányzata számos elemből álló egészségjavító, az egészséges életvitelre, szemlélet- és életmód kialakítására irányuló programokat valósít meg. Mostantól havonta jelentkezünk a projekt programjaihoz kapcsolódó témakörökkel, az egészséges életmód elérését, az egészségi állapot javítását, illetve a káros szenvedélyek megelőzését elősegítő tájékoztató írásainkkal, cikksorozatunk részeivel célunk, hogy hozzásegítsük a településen élő fiatalokat, a középkorosztályhoz tartozókat és időseket az ezekkel kapcsolatos ismereteik bővítéséhez.

A DROGOK FAJTÁI, HATÁSAIK - RÁSZOKÁS, SEGÍTSÉGNYÚJTÁS

A különböző kábítószeres csoportokba sorolhatók. Azok fajtái lehetnek legálisak vagy illegálisak, veszélyesség szerint kemény vagy lágy drogok, az előállítás módja szerint természetes vagy mesterséges és hatóanyaguk szerint is csoportosíthatók.

Orvosi értelemben a cigaretta (nikotin), a kávé [koffein – mint pszichoaktív szer] és az alkohol is drognak számít. Legális drognak. Túlzott és rendszeres fogyasztásuk, szenvedélybetegséget, függőséget és betegségeket okoznak. Tartós, vagy akár egyetlen használat után is súlyosan károsítják az agyat és más szerveket. Gondoljunk csak a torok- és tüdőrákra vagy a májrákra

Az egészségkárosító hatások mellett az alkohol esetében még a társadalomra, a szűkebb családra is károsként, veszélyesként kell tekintenünk.

Hatásuk kétféle lehet: vagy nagyon lelassítják, vagy nagyon felpörgetik az embert (ilyenkor a túlzott izgalmi állapot akár szívinfarktushoz is vezethet). Mindenki azt várja tőlük, hogy jobb kedve legyen, pedig ez egyáltalán nem így van.

Lehet, hogy első használatkor jobb kedve lesz tőle (bár sokan rosszul lesznek) de másodjára, harmadjára már biztos nem! Ezenkívül hallucinációt okoznak, ami balesetekhez vezethet, mert a drogok hatása alatt az ember nem reálisan látja saját képességeit és a világot sem. Sőt, drogok hatása alatt nagyobb az esélye a védekezés nélküli szexnek is. Így nem csak nem kívánt terhességet okozhat, de a HIV vírust is elkaphatják (a drogosoknál egyébként is több HIV pozitív van a közös tőhasználat miatt). Egyszerűen nagyon sok romboló, károsító hatásuk van és életeket tehetnek tönkre!

A drogfogyasztás fiatal korban azért veszélyesebb, mert ebben az életszakaszban nagyobb a hozzászokás és a függőség kialakulásának esélye, még súlyosabb és maradandóbb károsodást okoznak a fejlődő szervezetben a tudatmódosító szerek, mint felnőtt korban. Ráadásul a könnyű drogokat egy idő után a keménydrogok használatra váltja fel és ez utóbbiak egészségkárosító hatása még jelentősebb.

A drogok egy jól meghatározó folyamat eredményeként hatnak az emberi szervezetre. Előbb a véráramon keresztül eljutnak az agyig, majd ott egyes hírvivő molekulák (pl. dopamin) hatásainak utánzásával beleszólnak az idegsejtek közötti kommunikációba. Ezzel működésbe hozzák az agy jutalmazó központját, illetve ellazulást, eufóriát okoznak.

A különböző drogok ismételt és rendszeres használata függőséghez vezet. Ez lehet pszichés függőség vagy testi hozzászokás.

A különböző drogok azért okoznak függőséget, mert beavatkoznak az úgynevezett ingerületátviteli folyamatokba és így átveszik egyes hír-

A DROGOK CSOPORTOSÍTÁSA

depresszánssok	ópiátok	stimulánsok	hallucinogének	kannabisz	Szerves oldószerek
Alkohol	Mák	Amfetaminok	LSD	Marihuána	Higitók
Szedatívumok	Morfium	Kokain	Peyotl	Hasis	Csavarlazító
Hipnotikumok	Heroin	Nikotin	PCP		Parkettalakk
Barbiturátok	Metadon	koffein	Maszlag		Benzin
	Coderit		Galóca		Ragasztók



vivők szerepét vagy fokozzák a felszabadulásukat. A drogok elhagyásával pedig ezek a kiváltott hatások megszűnnek, így alakulnak ki a hiánytünetek.

A túlzott drogfogyasztás túladagoláshoz is vezethet. A túladagolás nagyon veszélyes, akár halállal is végződhet. Jellemző tünetei a folyadékvesztés, hányinger, zavart tudat, reflexek hiánya, súlyosabb esetekben eszméletvesztés, légzésleállás, szívritmuszavar vagy halál. Túladagolás észlelése esetén azonnal mentőt kell hívni!

És hogy mik a gyakori külső, látható jelei annak, hogy valaki vélhetően drogot fogyaszt?

A korábbi személyiség váratlan és furcsa megváltozása: hol az ingerlékenység, a kialvatlanság, a fáradtság és az érdektelenség, hol pedig a határtalan boldogság, eufória, a félelem és fájdalomérzet hiánya jellemzi az illetőt. Jellemző még, hogy a szemek vörösek, véreerek lesznek, emellett a gyakori köhögés, jellegzetes szagú ruházat és haj, a baráti kör megváltozása vagy teljes kicserélődése vehető észre.

Próbáljunk meg jobban odafigyelni egymásra, a környezetünkben élő emberekre és az esetlegesen szembeütköző változásokra, hogy még idejében tudjunk azoknak segíteni, akik a szemek bővületébe menekülve akarják életük problémáit megoldani. Segítségre van szükségük, mert bajba kerültek – ez vezessen minket!

SZEMBE A DROGOKKAL

Az „Egészséges falunkért” projekt keretében két célcsoport számára megtartott drogmegelőzési és ismeretterjesztési előadások és csoportfoglalkozások megismertették a résztvevőkkel a drogok fajtáit, a szenvedélybetegségek kialakulásához vezető utakat, a kábítószerrel szembeni védekezés és a megelőzés lehetőségeit, valamint a kialakult drog-helyzetek kezelését és a szerekre való leszokás módjait, illetve a „tisztaság” felé vezető utakat.

Szilágyi András szociális segítő, aki maga is, - napjainkra tisztult - drogfogyasztó volt, saját életét elmesélve mutatta be a különböző kábítószeres fogyasztásának kialakulását, okait, a szenvedélybetegség, drogfogyasztás elmélyülését és személyes példáján keresztül az abból való kilábalás kemény, de felemelő küzdelmét. Az ő példája is sok tanulsággal szolgálhat arra, hogy miért káros egyénre és közösségre egyaránt a drogfogyasztás.



-András, honnan és hogyan indultál el azon az úton, ahonnan aztán sikeresen visszafordultál?

-Angyalföldön születtem, egy szegény családban, egyszerű emberek gyermekeként és sajnos mindkét szülőm alkoholista volt, amíg élt. Úgyhogy valószínű, hogy elég korán, 13 évesen, emiatt kerültem közel a drogokhoz.

Elkezdtem dohányozni, aztán az alkoholt is megkóstoltam és már az általános iskola vége felé problémát jelentett ez, mert nem jártam rendszeresen be az iskolába, lógtam, csavarogtam, inkább a bulizás és az ivás foglalkoztatott.

-Droggal mikor kerültél kapcsolatba?

-10 évvel később, már felnőttként. 25 évesen próbáltam ki először illegális szereket. Egy baráti társaság...

-Rávet?

-Nem, nem kellett rávenni. Akkor, mint gyakorló alkoholistának teljesen nyilvánvaló volt, hogy ha egy új dologgal szembekerülök, akkor azt ki fogom próbálni.

Egy LSD-s bélyeg, egy tripp volt, azzal kezdtem, ami hallucinogén, ezért különböző dolgokat hallucináltam, nagyon sokat nevettem órákon keresztül.

-Ez egyenes ugródeszka volt a többi felé?

-Igen, utána szívtam füvet, hasist, aztán később diszkódrogokat, extacyt, speedet is.

-Egyik drog húzza a másikat, vagy van olyan, aki megáll valamin?

-Van, aki megáll és van, aki mindent „megkóstol”. Én politoxikománna vallom magam, mert én, amit lehetett azt kipróbáltam. Soha nem mondtam ellent semmilyen új drognak. A légyőző galócától kezdve a gyógyszereket alkohollal, vagy más gyógyszerekkel keverve mindent kipróbáltam.

A lényeg az volt, hogy valamivel szétüsse magam. (Folytatjuk!)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638



MAGYARORSZÁG MEGÚJUL



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.