**ДРОГА**

Сите дроги предизвикуваат промени во функци-онирањето на организмот на човекот (физички

и психички). Најмногу дејствуваат на мозокот и луѓето ги земаат за да го променат начинот на

кој се чувствуваат, на кој размислуваат, на којсе однесуваат.

**Од што се произведуваат дрогите?**

Постојат дроги произведени од растенија и дроги произведени од хемикалии. Кокаинот

е производ од билката „кока“, хероинот е производ од билката опиум (афион), а хашишот

е производ од билката „канабис сатива (марихуана)“. Дрогите коишто се создадени од

човекот се нарекуваат синтетички дроги. Најпознати синтетички дроги се „спид“ (амфе-

тамини), екстази и ЛСД (видете *Мал речник за дроги*).

**Зошто луѓето употребуваат дроги?**

Дрогите најчесто се употребуваат заради лекување и заради „забава“. Поради штетни-

те последици по здравјето, употребата на дрогите е забранета во немедицински цели.

Која било немедицинска употреба на дроги, Светската здравствена организација (СЗО)

ја смета за „штетна употреба“ или „ризична употреба“. Во ООН се употребува изразот

„злоупотреба на дроги“.

**Зошто луѓето пушат марихуана?**

Најочигледен одговор на ова прашање е затоа

што таа предизвикува да се чувствуваат добро,

им дава задоволство. Некои луѓе се чувствуваат

среќни и мислат дека можат да направат сё што

ќе посакаат. Некои повеќе се смеат, кај некои пре-

дизвикува глад, кај некои срцебиење и црвенило

во очите. Кај некои предизвикува поспаност.

Состојките на марихуаната дејствуваат во мозокот, врз центрите за задоволство. Меѓутоа,

чувството на задоволство и благосостојба што го предизвикува марихуаната е на сметка

на оштетувањето на функциите поврзани со сознавање и размислување. Можат да се

јават и мошне незгодни странични ефекти: тегоби, паника, губење на контролата, страв

од смрт, халуцинации, манија, параноја, депресија.

**Работилница IV–5.3: Зависности**

**Работен лист за учениците:**

**ЛЕКСИКОН НА ЗАВИСНОСТИ**

Некои психоактивни

супстанции, како што се

алкохолот и тутунот, се сметаат

за опасни, но не се наречени

дроги.

Ниту една дрога нема да реши

ниту еден твој проблем. Ако

употребуваш дроги, твоите

лични проблеми нема да се

намалат туку ќе се зголемат.

**Дали марихуаната е штетна дрога?**

Еден „дим“ марихуана содржи 50% повеќе катран од еден „дим“ најштетна цигара.

Постојаната употреба го зголемува ризикот од рак на белите дробови и од хроничен

бронхитис. Постојаната употреба на марихуана може да предизвика и психолошка зави-

сност. Употребата на марихуана предизвикува проблеми со „психомоторните функции“

(способноста да ги координираме нашите движења).

**Што има лошо во употребата на дрогите?**

Ниту една забранета дрога не може да се смета

за „безопасна“. На подолг период сите дроги пре-

дизвикуваат сериозни здравствени проблеми.

Страничните ефекти од земање на дроги можат

да бидат помали (дигестивни проблеми, респира-

торни инфекции), но и фатални за здравјето на

човекот (СИДА и хепатит Ц). Употребата на дроги

лесно може да премине во зависност од дроги.

Главниот ефект е дека употребата на дроги пре-

дизвикува оштетување на мозокот. Употребата на

дроги влијае на мозочните функции и ги менува

неговите реакции кон околината. Последиците од

употребата на дрогите за мозокот се непредвидли-

ви. Луѓето кои употребуваат дрога се изложуваат

на ризици кои не можат ни да си ги замислат.

Употребата на дроги ја оштетува способноста

на човекот да постапува како слободно и свесно

суштество.

**Што има лошо во повремената**

**употреба на дроги?**

И повремената (рекреативна) употреба на дроги

причинува штетни последици по здравјето, осо-

бено ако станува збор за многу адиктивни (кои

брзо предизвикуваат зависност) дроги (како што

се хероинот или крекот-кокаин). Дури и такана-

речените дроги за „журкање“ (екстази, амфета-

мини итн.) предизвикуваат желба за повторно

и повторно земање.

Аргументите дека луѓето

со генерации употребувале

природни, „меки“ дроги,

како што е марихуаната, не

„држат“ денеска. Како резултат

на биолошки или хемиски

модификации, марихуаната

сега е многу помоќна отколку

пред неколку децении. Покрај

тоа, никој не може да ви

гарантира дека марихуаната

не е попрскана со некоја

многу поштетна психоактивна

супстанција.

Постојаната употреба на дроги

– дури и во мал временски

интервал – може да предизвика

физиолошка зависност. Кога

личноста ќе престане да

зема дрога, тој/таа доживува

симптоми на апстиненцијална

криза. Апстиненцијалната

криза се манифестира со

речиси неодолива желба за

земање дрога.

**ХЕРОИН**

**Предозирање („овердоуз“)**

Употреба на дрога во таква мера што причинува

акутни, токсички, физички или психолошки реак-

ции. Предозирањето (најчесто кај корисниците на

хероин) може, но не мора да биде фатално. Може

да се јави само губење на свеста и слабеење на

дишењето. Но, може да настапи и смрт, обично

како резултат на респираторен крах.

Фактори за кои се смета дека го зголемуваат

ризикот од предозирање: чистотата на хероинот

и состојките (медицински непотврдено); повторното започнување со земање хероин; дол-

готрајната употреба; користењето на хероин заедно со депресанти, како што се алкохолот

и средствата за смирување.

Најмногу загрижува

злоупотребата на хероин.

Интравенската злоупотреба на

дроги придонесува за ширење

на инфекции предизвикани од

вирусите на ХИВ и хепатитис

Б и Ц. Секој што користи

употребувани игли, филтери или

лажички, ризикува да заболи

од хепатитис и ХИВ, вирус што

предизвикува СИДА.

Што да се направи во случај на предозирање? Се повикува брза помош; ако има

потреба, се дава вештачко дишење; жртвата се изолира во мирна просторија и

се поставува да лежи настрана; потребно е жртвата да се смири и да се одржи во

будна состојба.

**ДРОГАТА И ЗАКОНОТ**

**Управување со моторни возила**

Најстрого е забрането управување со моторно

возило под дејство на дрога (или на лекови на

кои е означено дека не смеат да се употребуваат

пред и за време на возењето).

**Поседувањето на дроги е прекршок**

Не смееш да поседуваш дрога. Поседувањето на

какви било дроги е прекршок, дури и кога се во

незначителна количина. Можеш да бидеш казнет/а

со парична казна или казна затвор до 60 дена ако

поседуваш опојни дроги без одобрување, односно

без дозвола од надлежен орган.

К**ористењето на дроги е прекршок**

„Оддавањето на уживање“ дроги е прекршок против јавниот ред и мир за кој можеш да

добиеш парична, па дури и затворска казна (од 30 до 60 дена).

Прекршочна постапка не се поведува само ако те фатат со запален „џоинт“ во рака на

јавно место. Според полициската и судската практика, можеш да бидеш казнет поради

„оддавање на уживање“ и ако врз основа на испитување на твојата урина се открие

присуство на опијати или други психотропни средства.

Како возач, можеш да бидеш

подложен/а на испитување –

дали се наоѓаш под дејство на

опојни дроги (или на лекови на

кои е означено дека не смеат

да се употребуваат пред и за

време на возењето).

Ако одбиеш да бидеш

подложен/а на испитување,

можеш да бидеш казнет/а со

парична казна од 4000 до 12000

денари или со казна затвор до

30 дена.

**Овозможување употреба на наркотични дроги е кривично дело**

Строго се казнува овозможување на употреба на наркотични дроги. Ако поседуваш дрога

и дадеш на друг (дури и за подавање на „џоинт“) можеш да бидеш осуден за кривично

дело. За „овозможување употреба на наркотични дроги“ судот изрекува казна затвор од

три месеци до пет години.

Истата казна се добива и за наведување друг на

уживање дроги, како и за други видови овозмо-

жување на употреба. На пример, ако го отстапиш

твојот стан или твоето возило за употреба на дро-

га (на пр., за пушење „џоинт“) можеш да бидеш

осуден дури и ако ти самиот немаш повлечено

ни едно „димче“.

**Неовластеното производство и пуштање**

**во промет е кривично дело**

Уште поостри се казните ако:

• неовластено произведуваш дрога;

• преработуваш дрога;

• продаваш или нудиш за продажба;

• купуваш заради продажба;

• пренесуваш или посредуваш во продажба

на дроги.

На пример, за садење канабис (марихуана) во саксија заради продажба – случај на не-

овластено произведување – можеш да заработиш казна затвор од една до десет години.

**Дроги во кафулиња**

**се посебно забранети**

Уживањето на дроги и продажбата се по-

себно забранети во угостителските објекти.

Инспекциските служби имаат овластување

на лице место да го затворат угостителскиот

објект во кој се уживаат, продаваат или нудат

дроги и да воведат забрана за вршење на

дејноста во траење од 180 дена.

Марко М. бил приведен во

полициска станица откако

некој го пријавил дека заедно

со другарите пушат „џоинт“

навечер близу некоја зграда

во центарот на Скопје.

Полицијата кај нив открила 0,6

грама марихуана. Марко дал

изјава дека дрогата е негова,

но дека пушеле сите заедно.

Полицијата поднела кривична

пријава само против него и

Марко добил казна затвор од

1 година (3 годиниусловно).

поради „овозможување

употреба на наркотични дроги“.

Д. Г. бил фатен и осуден бидејќи

преку граница пренел дрога во

Република Македонија. Дрогата

не била негова, но тој знаел

дека е наменета за продажба.

Д. Г. се жалел до Врховниот суд,

сметајќи дека не го сторил делото

„Неовластеното производство и

пуштање во промет на опојни

дроги“, зошто дрогата била на

други лица, а не негова. Судот го

одбил неговото барање, укажувајќи

дека не е битно дали сторителот

пренесува туѓа дрога туку дали ја

пренесува заради продажба.

**АЛКОХОЛ**

Алкохолот е најчесто и најмасовно злоупотребувана легална психоактивна супстан-

ција. Со честата употреба на алкохол можеш само да ги зголемиш твоите семејни, ра-

ботни и социјални проблеми. Во многу случаи, алкохолот поттикнува на криминално

однесување.

**Алкохолизам**

Алкохолизмот е болест на зависност кој се ма-

нифестира со потреба од редовно консумирање

алкохол. Симптоми на почетна фаза се: пијан-

ства, „црни дупки“, неспособност да се постави

граница, одбивање да се согледа проблемот.

Симптоми на средна фаза се: неиздржлива

потреба за пиење, судири во семејството, зго-

лемување на испиените количини. Симптоми

на последна фаза: опаѓање на прагот на толе-

ранција, неможност од воздржување, физичка

зависност, алкохолна растроеност (потење,

тресење, вознемиреност, а можни се и халуци-

нации).

**Алкохолот и законот**

Според законот, не смееш на јавно место да се

„оддаваш на пијанство“, ниту во пијана состој-

ба да го нарушуваш јавниот ред и мир. Можеш

да бидеш парично казнет/а или со казна за-

твор до 30 дена. Јавно место е „местото на кое

е слободен пристап на неопределен број лица“

(улици, плоштади, патишта, излетнички места,

чекални, дуќани, спортски терени, средства за јавен превоз, киносали, паркови, места

на кои се одржуваат јавни собири). Можеш да бидеш обвинет и за „оддавање на пијан-

ство“ на тераса, ако терасата е достапна на поглед од јавно место.

**Алкохолот и сообраќајот**

Не смееш да се возиш на велосипед и на мотоцикл како превезувано лице, доколку си

консумирал алкохол. Не смееш да седиш ни на предното седиште во автомобилот. Во

спротивно, за сторен прекршок, можеш да бидеш казнет/а со парична казна од 4000 до

12000 денари или со казна затвор до 30 дена, а може привремено да ти биде одземена

возачката дозвола и да бидеш исклучен од сообраќајот.

**Казниво е точење и служење на алкохолни пијалаци на малолетници**

Можеш да купуваш и да пиеш алкохол само ако имаш наполнето 18 години.

За послужување малолетник во угостителски или друг дуќан или место каде што се то-

чат и продаваат алкохолни пијалаци, се добива парична казна или затвор од три ме-

сеци до три години. Ако малолетникот е пијан, казната е затвор од шест месеци до три

години. Ако малолетникот е под 14 години, казната е затвор од од една до пет години.

Овозможувањето пиење алкохол на малолетник во угостителски објект или на друго

јавно место, е прекршок кој се казнува со парична казна (од 1 до 2,4 плати) или со за-

твор од 10 до 30 дена.

Забрането е послужување на алкохолни пијалаци од страна на малолетни лица. Угос-

тителите се должни на видно место во угостителскиот објект да истакнат натпис со

содржина „лица на возраст под 18 години не се послужуваат со алкохолни пијалаци“,

на табла со димензии 20x50 см. Во спротивно, угостителскиот објект може да биде за-

творен и да добие решение за забрана на вршење на дејноста во траење од 60 дена.

**Нешта кои е пожелно да ги**

**знаеш за алкохолот**

• Се смета дека околу 60000 лица

во Републиката имаат проблеми

поврзани со консумирање алко-

холни пијалаци.

• Производите од алкохол се одго-

ворни за околу 9% од смртните

случаи во европскиот регион.

• Ако консумираш повеќе од 10

грама дневно, го зголемуваш

ризикот за ненадеен срцев удар

и низа други болести.

• Меѓу 40% и 60% од сите смртни

случаи заради намерна или не-

намерна повреда се должат на

консумирање алкохол.

• Комбинација на лекови со алко-

хол е исклучително опасна.

**ТУТУН**

Пушењето не е само лоша навика туку психофизичка зависност, како што се и зависностите

од дроги.

Постојат повеќе заблуди во врска со пушењето: дека опушта, дека ја подобрува кон-

центрацијата, дека штити од здебелување.

**Факти за тутунот**

• Се проценува дека просечната годишна потрошувачка на цигари во Република

Македонија изнесува 4,3 милијарди цигари.

• Чадот од цигарите содржи 4000 штетни хемикалии.

• Пушењето предизвикува рак, срцеви заболувања, бронхитис, мозочен удар, чир на

желудник, леукемија, болести на забите, гангрена, астма...

• Пушењето е втора по големина причина за

смрт.

• Во моментот пушењето е причина за смртта

на еден од 10 возрасни во светот.

• Секоја година умираат околу 5 милиони

луѓе.

• До 2020 тутунот ќе предизвика смрт на 10

милиони луѓе годишно во светот.

• Се предвидува дека 70% од овие смртни случаи

ќе бидат во земјите во развој.

**ТУТУНОТ И ЗАКОНОТ**

**Забрани за продажба и рекламирање**

Со новите законски измени, забранета е продажба на цигари и тутун на лица помлади од

18 години (претходно 16 години). Продажба на цигари е забранета во објекти во близина

(50 метри) на градинки и училишта, како и објекти сместени во спортско-рекреативни

површини. Казните за овие прекршоци се од 100000 до 250000 денари.

Истата казна е и за рекламирање на цигари и заштитни знаци, директно и индиректно.

Производителот е должен на пакувањето да отпечати предупредувачка порака, дека

пушењето е штетно по здравјето.

**Забрани за пушење**

Пушењето е забрането во јавни простории (училишта, болници, спортски објекти, средства

за јавен превоз, ресторани, Интернет кафулиња, канцеларии, лифтови...). Можеш да

бидеш казнет за прекршок со парична казна.

Одговорните лица се должни:

- да истакнат знак за забрана на пушењето;

- да обезбедат контрола на забраната на пушењето;

- да определат просторија во која може да се пуши, доколку има можности за тоа.

**Пасивно пушење**

Изложеноста на чад од цигари

значи изложеност на сите 4000

хемикалии што ги вдишуваат

и самите пушачи. Моментални

последици од пасивно пушење

се главоболка и недостаток од

концентрација.

**КАФЕ**

Кафето кај нас не се смета за нешто што предизвикува зависност. Како и за никотинот,

во денешно време се знае дека и кофеинот (основната состојка поради која се пие кафе)

предизвикува психичка и физичка зависност. Кофеинот дејствува стимулирачки на

организмот, го забрзува метаболизмот, работата на срцето, го зголемува крвниот

притисок. Но, исто така, ја повлекува слободната вода од телото и ја врзува, односно

води кон дехидрација. По одредено време од консумирањето на кафе, се добива чувство

на голема енергија и тоа трае релативно кратко време 30 минути до 2-3 часа. Потоа,

наеднаш енергијата паѓа и се чувствуваме уште поизморени и омлитавени. Луѓето кои

пијат кафе – најчесто посегнуваат по уште едно кафе за да ги опорави, не знаејќи дека

така ја блокираат природната потреба и способност на организмот сам да се справува

со физиките предизвици во секојдневието. По кратко време луѓето кои најчесто поради

друштво, забава, љубопитство почнале да пијат кафе, сфаќаат дека кафето им е потребно,

а по одредено време дека не ни можат да функционираат без кафе. За среќа, со малку

поголем напор на волјата, можно е да се откажеш од пиење кафе, а неговите „придобивки“

природно да ги надополниш со некаква физичка активност.\_\_