

Fakte dhe Këshilla për Parandalim e Abuzimit me Substanca për Adoleshentët

- Termi **opioid apo opiat** i referohet një droge apo kimikati që kapet në tru në ato zona të quajtura receptorë opioidesh. Opioidet përdoren për lehtësimin e dhimbjeve. Ato krijojnë gjithashtu SHUMË varësi. Shembuj të opioideve me receta përfshijnë: Oksikontinën, Percocetin, Vidodinën, Demerolin, Morfinën dhe Metadonin. Heroina është gjithashtu një opioid.
- Mundësitë për të krijuar **varësi** ndaj çfarëdo droge janë të ndryshme për secilin individ. Me marijuanën, rreth 1 në 11 persona, që e përdorin atë do të krijojë varësi. Për fëmijët, të cilët fillojnë të përdorin alkool para ose në moshën 15-vjeçare, 4 në 10 do të bëhen të alkoolizuar. Katër nga 5 persona, të cilët kanë varësi ndaj heroinës kanë nisur me keqpërdorimin e medikamenteve të përshkruara me receta nga mjeku/ja.
- Mos merrni asnjëherë **një medikament me receta** (opiate për lehtësim dhimbjesh apo stimulantë për ADHD) nga ndonjë mik/e apo i afërm. Nëse vuani nga ndonjë dëmtim që shkakton dhimbje, vizitohuni tek mjeku/ja juaj. Abuzimi me medikamente të tilla mund të shkaktojë probleme serioze shëndetësore, përfshi sulme paniku, kriza, goditje në zemër dhe deri vdekje.
- Mos **i ndani** asnjëherë medikamentet tuaja me receta kundër dhimbjeve apo për ADHD, me një mik/e apo të afërm. Mund të mendoni se jeni duke ndihmuar, por marrja e një mjekimi pa receta mund të jetë shumë e rrezikshme.
- Medikamente të ndryshëm kanë efekte të ndryshme, por që **TË GJITHA prekin trurin** – kjo është arsyeja se përse medikamentet ju bëjnë të ndiheni shumë mirë apo shumë keq emocionalisht, ju japin energji dhe shpejtësi apo ua ulin energjinë në kryerjen e veprimeve, apo ju bëjnë të shihni gjëra që nuk janë aty.
- Përdorimi i përsëritur i medikamenteve mund, në një farë mënyre, të korrigjojë **matësin e kënaqësisë në tru**, si rrjedhojë, pa drogën ndiheni të pushues dhe të mërzitur. Si përfundim, çfarëdo gjë argëtuese që ndodh gjatë ditës nuk ju bën më të lumtur.
- Fëmijët, të cilët pinë apo përdorin droga janë më të prirur të bëhen **viktima** të krimeve të dhunshme, të përfshihen në aksidente rrugore dhe të kenë probleme serioze në shkollë.
- Nëse përdorni shumë marijuanë apo drogëra të tjera, ju mund të humbisni në **pikë në IQ-në** tuaj, gjë që mund të mos rikuperohet më.
- Pjesa më e madhe e personave, të cilët përdorin **cigare** e kanë nisur atë para moshës 18-vjeçare. Cigaret elektronike janë po aq të rrezikshme sepse dhe ato përmbajnë nikotinë dhe kimikate të tjera të dëmshme.
- Kur nuk arrini të mendoni si duhet për shkak se jeni i/e dehur apo nën efekt droge, mund të harroni **të tregoni kujdes**. Kryerja e marrëdhënieve seksuale të pambrojtura mund të çojë në sëmundje kronike, të tilla si HIVi dhe Hepatiti C.
- **Përzierja** e pilulave me drogëra të tjera ose alkool SERIOZISHT rrit rrezikun tuaj për vdekje si rrjedhojë e mbidozave aksidentale.
- Nëse mendoni se keni ndonjë problem me drogën apo alkoolin, lutemi të kërkoni ndihmë. Flisni me prindin tuaj, infermierin/en e shkollës, këshilluesin/en, një mjek/e apo me të rritur të tjerë të besueshëm. Varësia është e vërtetë, por ndihma është e mundshme: 1-800-662-NDIHMË (linjë konfidenciale) ose www.helpline-online.com

Merrni më shumë këshilla dhe informacione nga Instituti Kombëtar mbi Përdorimin e Drogave (*National Institute on Drug Abuse*) në www.drugabuse.gov, www.teens.drugabuse.gov, ose <http://teen-safe.org>