

# Drogfritt.nu

**CANNABIS**

*sid 3*

**OPIATER**

*sid 4*

**ECSTASY**

*sid 5*

**AMFETAMIN OCH  
METAMFETAMIN**

*sid 6*

**LSD OCH PCP**

*sid 7*

**"INTERNETDROGER"**

*sid 8*

**SNUS OCH  
CIGARETTER**

*sid 9*

**ALKOHOL**

*sid 10*

**ANDROGENA  
ANABOLA STEROIDER**

*sid 11*

**VAD HÄNDER MED  
KROPPEN**

*sid 12*

**BOKA EN  
FÖRELÄSNING**

*sid 13*

**LILLA  
UTBILDNINGSPAKETET**

*sid 14*

DETTA ÄR ETT

**FAKTANUMMER OM DROGER  
OCH DESS KONSEKVENSER!**



www.drogfritt.nu



# Ta en titt på vår hemsida www.drogfritt.nu

Vi vill gärna veta  
vad ni tycker!



Vi behöver ert stöd så att vi kan nå ut till fler ungdomar med våra föreläsningar!

Nu är det dax för ett nytt år där vi kommer att utbilda massor av ungdomar om droger och dess konsekvenser. Vi har en ny utbildningssida om droger där man kan få massor av information om olika sorters droger och dess effekter och annan nyttig information om droger. Den heter [www.isaynodrugs.org](http://www.isaynodrugs.org)



Under året som gick besökte vi skolor i hela landet, från Norra Norrland till Skåne i söder. Det har varit en hel del resande för våra föreläsare och tusentals ungdomar har fått föreläsningar. Ett bra kompliment till föreläsningarna är vår bok "Boken om Knark och Sånt" med tillhörande studiehandledning som man kan beställa på vår hemsida [www.drogfritt.nu](http://www.drogfritt.nu)

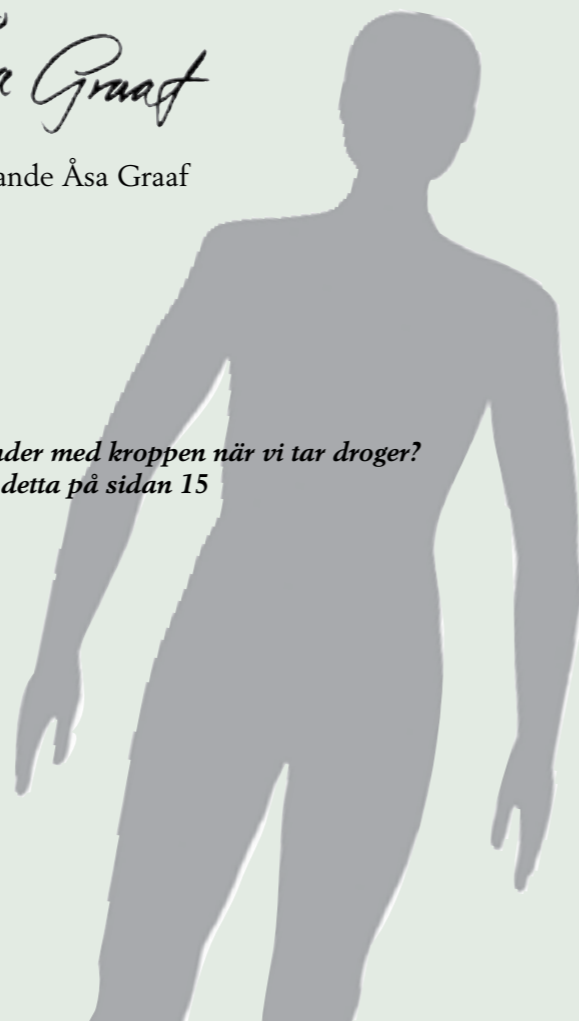
Vill tacka alla ER som stödjer vårt arbete utan er hjälp skulle vi inte kunna nå alla dessa ungdomar med droginformation.

Tack!

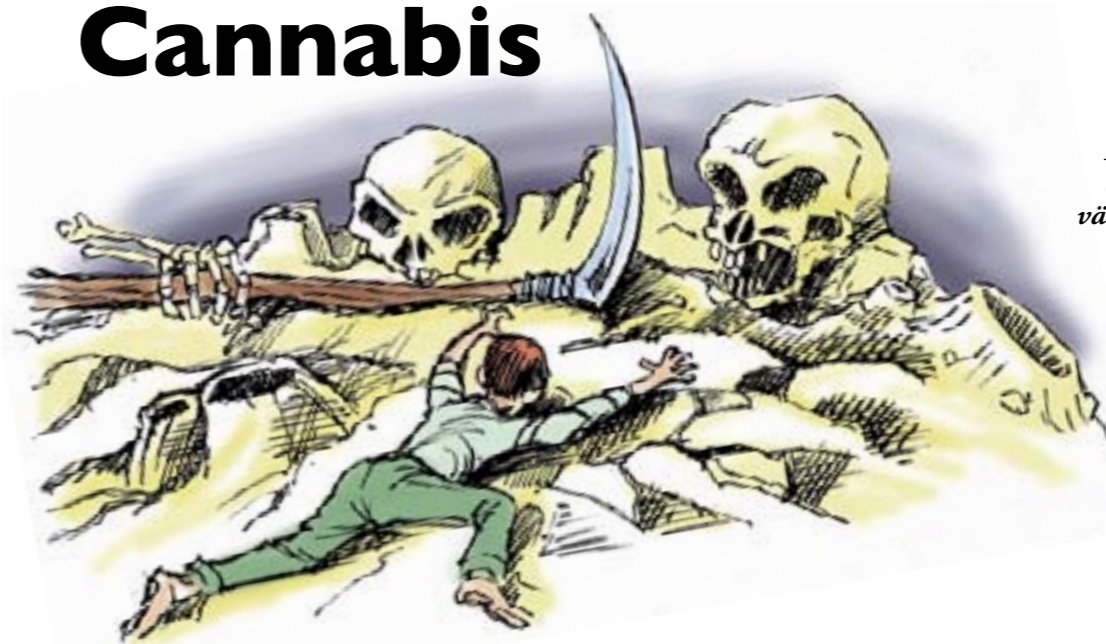
*Åsa Graaf*

Ordförande Åsa Graaf

Vad händer med kroppen när vi tar droger?  
Läs om detta på sidan 15



## Hasch och Marijuana med samlingsnamnet Cannabis



Efter alkohol så är cannabis den vanligaste drogen i hela världen och det pågår ständigt diskussioner om ämnet. Drogen marknadsförs på många olika sätt, tyvärr bagatelliseras ofta dess långsiktiga effekter, vilka är fysiska, sociala och mentala skador.

För mer än hundra år sedan såldes opium och morfin som medicin helt utan några regler. Samtidigt under samma tidsperiod så var det aktiva "uppiggande" ämnet i CocaCola kokain. Många människor blev beroende under denna tid och fick givetvis problem. P.g.a. detta så skrev 13 stater 1912 under det första antidrog-fördraget, den s.k. "Internationella Opiumkonventionen".

På en Opiumkonferens 1925 beslutade enhälligt deltagarna från alla cannabisproducerande länder att cannabis var en farlig drog. 36 år senare, 1961, accepterade 500 deltagare från 74 medlemsstater i FN följande: **bruket av cannabis är farligt på alla sätt- fysiskt, mentalt och socialt.**

Många som är positiva till cannabis säger att farorna inte ännu är vetenskapligt bevisade.

### FÖRKLARING AV ORD:

**Cannabis** är det vetenskapliga namnet på Hampa (Cannabis sativa), en växt som finns över stora delar av världen. Denna växt innehåller ett berusningsmedel som kallas THC, vilket är en olja.

**Joint** är en egentillverkad cigarett som innehåller drogen cannabis, rent eller blandat med tobak.

### DET FINNS IDAG MASSOR AV DOKTORER OCH FORSKARE SOM FÅTT FRAM BL.A. FÖLJANDE FAKTA

Vid regelbundet bruk så kan cannabis orsaka abnorm celledning och allvarliga ärftliga skador.

"I min tjugoföråriga forskning om människoceller har jag inte funnit någon annan drog, inklusive heroin, som kommer i närheten av den skada på DNA (ämne som bygger upp arvsmassan) som marijuana orsakar"

Akiro Morishima  
(Amerikansk cellforskare och specialist på drogers effekter på cellstrukturen).

Cannabis lagras i kroppen, speciellt i fettrika organ såsom hjärnan, äggstockar, testiklar, mjälten, lungorna och levern. Drogen finns kvar mycket länge i kroppen. Vid intag av cannabis varje vecka börjar kroppen samla dessa

**Marijuana** är namnet på de torkade och krossade löven och små bitar av cannabisväxtens stam samt blomblast. Marijuana kallas även för "gräs".

**Hasch** är den avsöndrade kådan från cannabisväxten. Kådan torkas och säljs vanligast i form av klumpar och bitar. Hasch är ca 6 gånger starkare än marijuana. Hascholja är brun och sirapsliknande och väldigt stark.

oljor i organ och fettvävnader och lagrar dem sedan permanent.

"Det finns ingen annan drog som blir kvar i kroppen så länge som cannabis, och det finns ingen annan drog -"laglig" eller "olaglig", som påverkar kroppens alla viktiga organ, system och varje cell i hela kroppen"

Dr. Carlton E. Turner  
(Erkänd Cannabisforskare Universitetet i Mississippi).

Källa: Häftet "Sanningen om jointen" samt boken "droger A-Ö". Vill ni ha mer fakta om cannabis så finns "Boken om Knark och Sånt" som kan beställas genom oss.

- Cannabis är beroendeframkallande och innehåller mer än 400 kemiska ämnen vilka kan ge både kroppsliga och mentala skador.

- Haschmissbruk kan orsaka sjukdomar i lungorna, hjärtbesvär, huvudvärk, illamående.

- Fosterskador är också vanligt då mamman rökt hasch under graviditeten.

- Mentalt så kan missbrukaren bli avtrubbad och passiv efter en längre tids missbruk.

- Vid stora doser kan cannabis också göra missbrukaren aggressiv.

TIDNINGEN DROGFRIIT.NU  
GES UT AV RIKSORGANISATIONEN  
FÖR ETT DROGFRIIT SVERIGE



Ansvarig utgivare: Åsa Graaf

Redaktion: [info@drogfritt.nu](mailto:info@drogfritt.nu)

Layout/annons: [elisabeth@graafreklam.se](mailto:elisabeth@graafreklam.se)

Internet: [www.drogfritt.nu](http://www.drogfritt.nu)

Adress: Norra Allégatan 2, 413 01 Göteborg

Telefon: 031-13 57 07

Telefax: 031-774 09 19

Postgiro: 90 11 20-6

Tryck: Trydells Tryckeri AB, Laholm

Foto omslagsbilden: [www.fotoakuten.se](http://www.fotoakuten.se)

PRENUMERATIONER TEL. 031-13 57 07

MEDLEMSTIDNINGEN KOMMER UT MED 4 NR/ÅR.

UPPLAGA 18 000 EX.

DU FÅR FRITT KOPIERA INNEHÅLLET I TIDNING MEN  
GLÖM INTE ANGE KÄLLA.



# Opium, morfin och heroin med samlingsnamnet **Opiater**

*Opiater är mycket beroendeframkallande, speciellt heroin som kan orsaka beroende efter endast ett par injektioner.*

## OPIUM

Opiumvallmo har odlats i tusentals år och även de gamla egypterna använde opiumvallmo- då som läkemedel. Opiumvallmon har vita eller röda blommor och den trivs bäst i hett och torrt klimat. Odlingarna sträcker sig från sydöstra Europa, genom Turkiet, vidare in i Asien och bort till Södra Kina. Vallmon odlas även i Central- och Sydamerika. De största odlingarna finns i **"Gyllene Triangeln"** (Thailand, Laos och Myanmar) och **"Gyllene Halvmånen"** (Afghanistan, Pakistan och Iran).



I Europa började människor röka opium på 1500-talet och i mitten av 1800-talet uppfanns injektionssprutan och därmed fick man en ny, allvarigare form av missbruk.

## MORFIN

Ur råopium kan man också få fram ett starkare ämne, nämligen morfin. Morfin är det medel som har kraftigast verkan mot smärta och används mycket inom sjukvården.

## HEROIN

Heroin får man fram ur morfinbas och heroin är starkare än både opium och morfin. Det finns två grundvarianter av heroin; 1) heroinbas, som också kallas rökheroin eller brunt heroin. 2) vitt heroin eller injektionsheroin.

## RUSET

Opiaters rus har många likheter och gemensamma drag.

Missbrukaren upplever ofta en känsla av upprymdhet och välbehag, som om att man svävar på moln, behagligt omtöcknad.

Missbrukaren upplever att problem, tristess, ångest och smärta försvinner och detta gör att man lätt blir beroende av opiater.

Efter en tids missbruk minskar känslan av upprymdhet och missbrukaren måste ta mer för att uppnå samma effekt och till slut tas drogen dagligen för att hålla ångest och smärtor borta.

## VAD BLIR DET FÖR SKADOR AV OPIATER?

Vid överdoser kan kraftiga förvirringstillstånd inträffa och ibland sker det även dödsfall p.g.a. andningsförlamning eller att missbrukaren kvävs



av sina egna spyor. Många missbrukare lever på ett sätt så att de ofta drabbas av infektioner i hjärtvävnad och lever.

Smutsiga sprutor och gemensamma sprutor sprider sjukdomar som t.ex. gulsot och AIDS.

Andra skadeverkningar är förstopning, avmagring, vitamin- och mineralbrister och ett sämre immunförsvar.

## HUR SER MAN ATT NÅGON TAR HEROIN ELLER MORFIN?

Pupillerna blir små som nålhuvud, blicken stirrar och ögonlocken hänger. Man kan se missbrukare sitta och hänga och dåsa och liksom försvinna in i sin egen värld. Under sitt sömnlignande tillstånd kan man se heroinmissbrukaren sitta och klia sig, med kroppen kraftigt ihopsjunken. Missbrukaren kan även ha svårt att stå på benen.

## ATT SLUTA MED HEROIN

Heroin och opiater är de absolut svåraste drogerna att sluta med. Missbrukaren får kraftig abstinens, med illamående, kräkningar och diarréer. Personen får svårt att sova och det tar flera dagar innan sömnen blir normal. Värk i kroppen, såsom i muskler, leder och t.o.m. i skelettet förekommer.

## METADON

Metadon är ett helsyntetiskt, morfinliknande ämne som första gången framställdes i Tyskland under 2:a världskriget.

Från början kallades metadon för Dolophin för att hedra Adolf Hitler. Efter kriget ändrades namnet till metadon och såldes främst i USA och då som hostmedicin.

När metadon testades på djur visade det sig vara fem gånger starkare än heroin och på 70-talet dog det fler missbrukare av metadon än av heroin.

Idag används metadon för att avvänja heroinister. Detta är en omstridd metod, eftersom många anser att missbrukarna blir beroende av metadon istället för heroin och därmed inte är drogfria. Idag säljs även metadon på den illegala marknaden.

## SUBUTEX

Detta är ett smärtstillande medel med liknande verkningar som morfin- dock mycket starkare.

Även Subutex används för att behandla heroinister och därmed har det blivit vanligare att personer missbrukar Subutex.

Biverkningarna är; dåsighet, slöhet, sömnhet, yrsel, förvirring och ibland uppträder även hallucinationer.

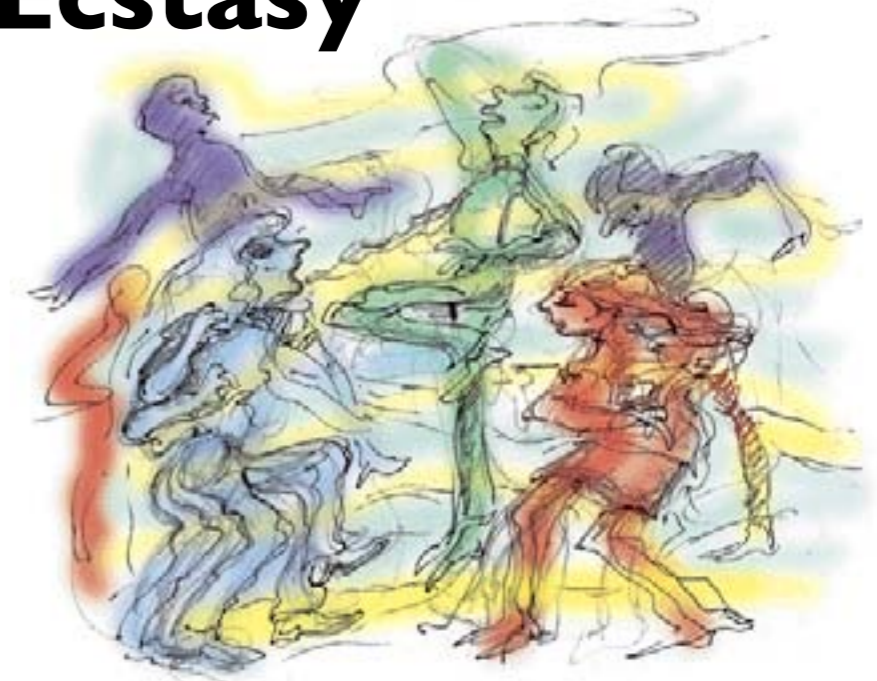
Överdoser är livshotande speciellt i kombination med alkohol.

## EN KÄNSLOKALL HEROINIST!

En person som missbrukar heroin talar sluddrigt, blir sömning och likgiltig för vad som händer omkring honom. Denna likgiltighet i kombination med att skaffa nästa dos heroin är anledningen till den känslolika och okänsliga kriminalitet som ofta följer med ett heroinmissbruk.

En f.d. missbrukare berättade, att en gång hade en kille dött av en heroin-överdos i en lägenhet och de andra heroinmissbrukarna la ut honom på balkongen och fortsatte att ta droger.

# Ecstasy



*När man tänker på Ecstasy så förknippas denna drog ofta med ungdomar och ravefester, partyn och häftiga danser som pågår i timmar.*

Det finns många olika preparat som är släkt med Ecstasy, men från början så var det bara MDMA (Metylen- dioximetyl- amfetamin) som kallades Ecstasy. Idag kallas alla olika varianter i denna grupp för Ecstasy.

MDA, MDEA, MMDA, MDMA, PMA, 4-MTA detta är några exempel på olika droger som kallas och säljs som Ecstasy.

## LITE HISTORIA

Första gången Ecstasy (MDA och MDMA) tillverkades var 1914 på ett läkemedelsföretag i Tyskland. 1953 testades drogen på djur och biverkningarna var så allvarliga att forskarna avrådde från att använda preparatet. Trots dessa varningar så testade amerikanska psykiatriker drogen i samband med psykoterapi.

På 1970-talet började Ecstasy missbrukas på gatan och såldes under namn som "Love Drug" och "Love Pills" och drogen blev vanligare.

## VAD HÄNDER NÄR MAN TAR ECSTASY?

Den som tar ecstasy upplever starka lyckokänslor, känner sig öppen och

positiv till allt och alla. Personen blir som förälskad, pratar mer och blir kramig. En känsla av ökat självförtroende, energi och styrka är också vanligt. Vid stora doser kan hallucinationer uppstå. Drogens effekter förstärks på s.k. Rave-partyn där det dansas i timmar för att uppnå ett transliktande tillstånd. Det har förekommit dödsfall vid ravefester där ungdomar dött p.g.a. överhettning där de inte druckit tillräckligt. De dog p.g.a. att hjärtat inte orkade slå, inre blödningar och krampanfall.

Andra biverkningar är att benen domnar, kraftiga svettningar, muskelspänningar, kramp i käkarna och darningar i kroppen.

Även skador på nerver och hjärnan kan bli allvarliga.

En person som missbrukar Ecstasy förändras i sättet, får aggressiva utbrott och perioder av okontrollerat ätande av godis och choklad.

Personer som missbrukat Ecstasy under lång tid har känt sig som levande döda och det har även förekommit självmord.





# Metamfetamin och amfetamin

Det finns många droger som framställs i laboratorium. Metamfetamin och amfetamin tillhör gruppen centralstimulerande droger vilket betyder att de påverkar det centrala nervsystemet, nämligen hjärnan och ryggmärgen.

Första gången amfetamin framställdes var 1887 och det användes i början som ett läkemedel mot förkylningar och täppta näsor. Under andra världskriget gav man soldater amfetamin för att de skulle orka mer och kunna förflytta sig utan sömn och mat under tillfälliga perioder. Efter kriget fanns det mycket amfetamin kvar och det spreds nu i samhället vilket är en av orsakerna till de stora problemen med denna drog.

## "METAMFETAMINET" ÖKAR I SVERIGE

Den senaste tiden har beslagen av metamfetamin ökat i Sverige. Metamfetamin är en starkare och farligare variant av amfetamin. Många av beslagen kommer från Litauen där drogen tillverkas av kriminella ligor. Metamfetamin är billigare och enklare att tillverka än vanligt amfetamin, dessutom är det mycket farligare eftersom det kan vara upp till fyra gånger starkare.

## VAD ÄR METAMFETAMIN?

Det är en variant av amfetamin och ser oftast ut som ett vitt pulver. Det kan också framställas i en speciell kristallisk form och då kallas det för "ice", "glas" eller "crystal" och ser ut som krossat glas, grovt salt eller is.

"Ice" är framställt för att rökas och det skapar starkare effekter än amfetamin. Det har också en längre verkningsstid vilken kan pågå i upp till 24 timmar.

Metamfetamin kan göra missbrukaren mycket förvirrad och otroligt aggressiv. Det finns rapporter om brutala mord som begåtts under påverkan av metamfetamin, vilket gör att dessa missbrukare kan bli farliga för sin omgivning.



## LITE HISTORIA OM METAMFETAMIN

Under 50-talet startade en enorm epidemi i Japan där till slut 600 000 missbrukare injicerade metamfetamin och 2 miljoner missbrukare tog det i tablettform. Missbruket av metamfetamin spred sig och idag missbrukas drogen runt om i hela världen.

Lisa, en ung svensk tjej åkte till Japan för att jobba som sällskapsdam. Hon började själv med droger när hon blev tillsammans med en kille som var metamfetaminmissbrukare. Här berättar hon en kort historia om vad som hände en gång:

*"När min kille tog 'ice' blev han väldigt aggressiv. En gång ropade han på mig från sovrummet, jag stack in huvudet genom skjutdörren och där stod han och väntade. Han tryckte till dörren allt vad han orkade, den träffade mig i huvudet och jag svimmade av direkt."*

## VAD HÄNDER UNDER ETT AMFETAMIN RUS?

Amfetamin gör att en missbrukare känner sig stark och livskraftig, upplever ett ökat självförtroende, skärpta sinnesintryck och får ett minskat behov av sömn och mat. Missbrukare får ofta idén om att de förstår hur allting hänger ihop och tycker sig förstå livets mening. Vanligt är att de tar drogen under flera dygn, utan avbrott för sömn. Efter en intensiv period brukar de sova i flera dygn.

## HUR KAN MAN SE OM NÅGON TAGIT AMFETAMIN?

En person som är påverkad av amfetamin har stora stela pupiller, pratar mycket och rör sig fladdrigt och har svårt att sitta still. De smackar ofta med munnen och har nervösa ryckningar, som kallas "ticks".

## VILKA SKADOR KAN AMFETAMIN GE?

Drogen minskar aptiten vilket leder till att missbrukaren blir undernärd, mager med vitamin- och mineralbrister. Kroppens slemhinnor torkar ut, saliven blir seg vilket orsakar tandskador. Många missbrukare hamnar i förvirringstillstånd och får för sig att de är förföljda. Här är ett exempel från Ronny, en kille som berättar hur det kan bli när man tar för mycket amfetamin och får förföljelsepanik.

*"Jag var slutkörd på amfetamin, ingen sömn och nästan ingen mat på flera dygn. Jag tejpade för fönster, nyckelhål och dörrspringor för att ingen skulle kunna titta in. I detta tillstånd hörde jag olika röster som kommenterade allt jag gjorde- det var jättejobbigt!"*

## ÖVERDOS KAN LEDA TILL DÖDSFALL

Dödsfallen orsakas av att blodtrycket stiger och kan ge hjärnblödning, kramper och hjärtattack.

Källa: "Boken om Knark och sånt", "DN", "Narkotika, doping och hälsofarliga varor"

# LSD och PCP (PCP = "Angeldust")

Drogerna LSD och PCP är hallucinogener, dessa droger ger speciella effekter som att förvräda och ändra sinnesintrycken. De ändrar personens verklighetsuppfattning vilket kan leda till att missbrukaren ser och hör saker som en icke påverkad person inte upplever.

## LITE HISTORIA

LSD forskades fram 1938 av Dr Albert Hofman när han arbetade vid ett läkemedelsföretag i Schweiz. Han upptäckte LSD när han råkade få en droppe på huden och efter en stund kände han sig yr, föremål ändrade form och färg och under några timmar såg han olika bilder och tiden förändrades. Denna händelse låg till grunden för vidare experiment och han gjorde många tester på sig själv.

Under 50-/60-talet gjordes olika tester med LSD på över 40 000 människor för att forskare ville se hur människor blev påverkade. Testerna gjordes på döende, mentalpatienter och alkoholister. Psykiatriker utvecklade också LSD-terapi som numera är förbjuden eftersom den var skadlig för patienten.

LSD är en mycket stark drog och ett gram räcker till tusen doser.

LSD är en drog som kan ge så kallade flash-backs, återtrippar. Vad som händer är att man kan få hallucinationer och uppleva ett drogrus utan att ha tagit drogen på nytt. Endel kan uppleva en väldigt kort återtripp medan andra kan fastna i obehagliga hallucinationer under längre tid.

PCP är egentligen ett bedövningsmedel för djur som utvecklades på 50-talet. Missbrukaren känner ingen smärta och tappar muskelkontrollen. Liksom LSD ger PCP hallucinationer och ett underligt uppförande, vilket kan göra missbrukaren

förvirrad och våldsam. Vid höga doser kan missbrukaren hamna i koma.

## UTSEENDE OCH FORM

LSD säljs som mycket små tabletter eller som små läskpappersbitar med tryckta motiv- ofta färgstarka med figurer på. LSD tas vanligen genom munnen. PCP är ett vattenlösligt, kristalliskt, vitt pulver som är kemiskt framställt. Det säljs både som pulver och vätska.

## RUS

LSD och PCP är starka droger och ger rus vid små doser. Drogerna har kraftig effekt på psyket och det kan vara väldigt riskabelt om man är känslig. Sinnesintrycken ändras och vilken effekt drogen skapar på personen beror mycket på vilken sinnesstämning personen befinner sig i, även omgivningen spelar stor roll här.

LSD och PCP är verksamma även i mycket små doser.

## KROPPSLIGA SYMPTOM HOS LSD OCH PCP

De kroppsliga reaktionerna hos missbrukaren är förstörade pupiller, illamående, rodnad, ökat blodtryck och hjärtverksamhet, darrningar, svaghet, yrsel och frossbrytningar. Det tar minst 3-4 dagar innan kroppen återhämtar sig.

De effekter som kan utlösas av LSD är framförallt psykoser, svåra depressioner och förändrad uppfattningsförmåga. LSD-psykosen kan också åtföljas av en svår depression med självmordsrisk.

TOLERANS kan utvecklas. Tolerans innebär att man behöver högre doser av drogen för att uppnå samma effekt som tidigare.

## BEROENDE kan också utvecklas.

Fysiskt beroende är ett tillstånd där kroppen har anpassat sig till drogen och abstinenssymptom uppträder om man plötsligt slutar använda den. Mentalt beroende uppstår när själva drogen blir det centrala i en persons tankar, känslor och aktiviteter och det därför blir svårt att sluta.

Källa: "Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning" "Boken om Knark och Sånt"





# Lite kort om ”Internetdroger”



Förutom att det finns många olika sorters narkotika och hälsofarliga varor på Internet så finns det mängder av olika sorters ämnen som är nära släkt med narkotika. Det är riskfyllt och man vet inte alltid vad de innehåller.

Drogtillverkarna ändrar lite på innehållet för att undkomma lagen och när ett ämne blivit narkotikaklassat, ändrar man lite på det igen osv.

## BROMODRAGONFLY

Denna drog kallas även trollslända (BDF) och är ett vitt pulver som finns i tabletter, på läskpapper och som vätska. Drogen är verksamt i mycket små doser. Ruset sätts igång först efter 1-3 timmar. Det gör att drogen är lätt att överdosera eftersom missbrukaren tror att drogen inte verkar och därför tar mer. Ruset kan vara i upp till 24 timmar.

## Vad händer när man använder Bromodragonfly?

Ruset ger synhallucinationer, krypningar i kroppen, psykoser, sömnsvårigheter och vid stora doser kan man ”tappa sig själv” och det är svårt att få kontakt med missbrukaren. BDF kan ge kraftiga kramper

och livshotande förgiftningar. Den är också kraftigt kärleksmandragande i fingrar och tår vilket ger risk för vävnadsdöd, vilket kan leda till att man måste amputera kroppsdelar. Vid intag blir pupillerna vidgade, pulsen ökar, personen får svettningar, kramper, frossa, blir orolig och får svårt att stå upp.

## MEFEDRON

Mefedron kallas även räka, krabba för att den har en fiskliknande doft. Det är ett vitt pulver som finns som kapslar och tabletter. Ruset påminner först om Ecstasy (MDMA) och går sedan över till att bli mer som centralstimulerande medel. Mefedron irriterar slemhinnorna och kan utlösa kräkningar när man försöker svälja det.

## Vad händer vid användande av Mefedron?

Vid stora doser kan missbrukaren bli splittrad och biverkningar är bl.a. depression, förföljelseteorer, sluddrigt tal, kraftlöshet, utslag på armar och ben, kroppstemperaturen höjs och kraftigt tuggande med tänderna.

Det har förekommit kraftiga förgiftningar med livshotande skador.

## SPICE

Spice är ett sådant preparat som säljs som rökelse och i marknadsföringen sägs den innehålla olika torkade örter från folkmedicinen. Innehållet varierar och man har hittat syntetiska cannabinoider (Cannabis) vilka varit fyra gånger starkare än vanlig cannabis (Hasch och Marijuana). Spice röks och ruset kan ge hallucinationer, panikkänslor och illamående. Missbrukaren strävar efter avslappningskänslor och upprymdhet. Spice blev narkotikaklassat den 30 juli 2009

## SPANSK FLUGA

Den framställs ur en liten grönaktig insekt som torkas och pulveriseras och den innehåller ett ämne som kallas kantaridin. Medlet användes tidigare för att ta bort vårtor och finns som tabletter, kapslar och massageolja. Vid nedsväljning framkallar ämnet en brännande känsla i svalg och mage, sväljsvårigheter, illamående, blodkräkningar, blod i avföringen, blod i urinen och cirkulationen kollapsar.

Källa: polisen, ens 2000, can.

# Snus & Cigaretter

Tobaken härstammar från Amerika och användes där bland olika indianstammar. Indianerna ansåg att tobaken hade magiska och läkande krafter och den var ett viktigt inslag under religiösa ceremonier och när man rökte fredspipa.

Tobaken kommer från en planta som finns i ungefär 100 olika arter.

Det var Columbus som upptäckte tobaken och tog den till Europa i slutet av 1400-talet. En av de första européerna som rökte när han kom hem till Europa, blev skickad i fängelse för sin ”djävulska vana”.

Tobaksindustrin påverkar miljön, genom att regnskogar skövlas för att ge plats åt att torka tobaksblad.

I Brasilien skövlas skogar till en yta lika stor som Danmark varje år. Även djur blir drabbade då de används i plågsamma djurförsök när forskare skall se hur sjukdomar utvecklas av tobaksrök.

## VAD HÄNDER I KROPPEN NÄR MAN RÖKER?

Tobak innehåller många giftiga ämnen som är cancerframkallande, bl.a. tjära. Tobak innehåller även nikotin, vilket är ett av de mest beroendeframkallande ämnen som finns. Människor kan få ett beroende lika starkt som vid heroin- och kokainmissbruk. (Kokain och heroin är stark narkotika).

Nikotinet stimulerar det centrala nervsystemet och många upplever att de kan koncentrera sig bättre och får lättare att koppla av. Rökning orsakar att hjärtat slår

## NÅGRA SJUKDOMAR SOM HÖR IHOP MED RÖKNING ÄR:

- Cancer
- Svårigheter att andas
- Hjärtinfarkt
- Tandlossning
- Sämre blodcirkulation
- Konditionen blir också sämre



snabbare och blodtrycket stiger och risken för missfall ökar, om man är gravid.

Röken är mycket giftig, dels den rök som rökaren drar i sig, men även den rök som andra runt omkring andas in. Detta kallas passiv rökning.

De flesta sjukdomar som har med rökning att göra visar sig inte förrän efter flera år; och detta sker på insidan av kroppen och syns inte på utsidan.

En person som röker, lever ca 5-10 år kortare än en ickerökare.

## Man blir ful av att röka!

Förutom att man får en sämre andedräkt så åldras man snabbare, hyn blir sämre och man kan få tandlossning.

## SNUS

Snus användandet härstammar också från indianerna och snuset kommer också från tobaksplantan. I Sverige snusar ca 900 000 personer upp 5000 ton snus varje år. Snus är mer beroendeframkallande än cigaretter och innehåller många giftiga ämnen som gör att tandköttet fräts upp.

Djur utsätts för plågsamma försök för att forskare vill se hur sjukdomar utvecklas.







## Alkohol - det största drogproblemet vi har i Sverige

Alkohol är det äldsta berusningsmedlet och bedövningsmedel som mänskligheten känner till- och det mest använda! Det finns många olika sorters alkohol som alla har en sak gemensamt: de är väldigt giftiga.



### MAN BRUKAR PRATA OM BRUK OCH MISSBRUK (ALKOHOLISM)

Historiskt så har alkohol funnits i nästan alla kulturer, utom den islamska. Gemensamt har varit att det dracks i olika religiösa ritualer och det fanns lagar om när, var och hur man fick dricka.

På 1000-talet berusade sig Vikingarna på mjöd, vilket är öl med tillsatta växter som ger hallucinationer. De använde bl.a. flugsvamp.

### VAD HÄNDER NÄR MAN DRICKER ALKOHOL?

Alkoholen går ut i blodet. Den påverkar kroppens olika organ och det centrala nervsystemet. Av en mindre mängd alkohol känner sig personen gladare, mer pratsam och upplever att det är lättare att ta kontakt med andra människor. Livet upplevs som lättare och mindre bekymmersamt. Alla slutar ju inte dricka här och mer alkohol orsakar minnesluckor, kräkningar, sämre muskelkontroll; vilket gör att personen går ostadigt och börjar sluddra. Vid alldeles för stora doser kan personen bli medvetslös och i värsta fall kvävas i sina egna spyor.

Alkoholmissbruket är det största drogproblemet vi har i Sverige. Man tror att 25 % av sjukvårdskostnaderna har med alkohol att göra. Stora mängder alkohol kan leda till leverskador,

att hjärtat får arbeta hårdare, akut alkoholförgiftning, vitaminbrister- speciellt B-vitaminer, vilket orsakar sömnproblem, hudproblem och darrningar.

### ALKOHOL ÄR BEROENDE-FRAMKALLANDE

För att bli påverkad av alkohol behöver man med tiden dricka mer och mer eftersom kroppen bygger upp en tolerans. Vård är tyvärr vanligt i samband med alkohol. Undersökningar visar att åtta av tio personer som misshandlar eller skadar andra, har varit påverkade av alkohol.

### UNGDOMAR TÅL ALKOHOL SÄMRE ÄN VUXNA

Deras kroppar är inte vana och de blir berusade av en mindre mängd, det tar även längre tid för deras kroppar att bryta ner alkoholen.

Tjejer tål alkohol sämre än killar. Detta beror på att tjejkroppen innehåller mindre vatten och eftersom alkoholen är vattenlöslig så späds den ut i förhållande till mängden vatten. Alltså blir en tjej mer berusad även om hon dricker lika mycket som en kille. De blir också snabbare beroende än killar.

# AAS

## Androgena Anabola Steroider

**Androgen** = ämne som förstärker manliga egenskaper.

**Anabola Steroider** = syntetiska muskeluppbyggande manliga könshormoner.

**Anabolism** = den process genom vilken födoämnen förvandlas till kroppsvävnader såsom t.ex. muskler.

### DOPING

Man kan på ett enkelt sätt säga att AAS (Androgena Anabola Steroider) är en syntetisk motsvarighet till det manliga könshormonet testosteron. Det



*Doping förekommer inte bara olagligt inom idrottsvärlden och på gym, flera av preparaten har även under senare år börjat användas i russyfte.*



framställdes första gången på 1930-talet och användes från början som medicin vid sjukdom och för att påskynda läkning av brännsår och andra skador. Det används fortfarande som medicin i liten skala.

**Anabola Steroider används även vid djuruppfödning** så att djuren skall växa snabbare och på så sätt ge mer kött vid slakt. Detta kan orsaka att t.ex kycklingarnas ben inte orkar bära kroppen eftersom kroppen växer för snabbt.

**Doping (att ta t.ex. anabola steroider)** är att på en konstgjord väg försöka förbättra sin kroppsliga och mentala prestationsförmåga. Testosteron och anabola

steroider är två dopingpreparat som förekommer som tabletter, kapslar och ampuller.

**Testosteron är ett manligt könshormon** som dels bygger upp musklerna, dels förstärker egenskaper som skäggväxt, basröst, produktion av spermier, men även aggressivitet.

Anabola steroider är syntetiska preparat som tagits fram för att ersätta testosteron. De har kvar den muskeluppbyggande (anabola) effekten, men har mindre av den förmanligande (androgena) egenskapen.

En förekommande olaglig anabol steroid på marknaden är så kallade "ryssfemmor".

### NEGATIVA EFFEKTER:

**Biverkningarna är många och kan bestå av:**

Leverskador, ökad risk för åderförkalkning och hjärtinfarkt, höjt blodtryck, sterilitet, rubbad vätskebalans, krympta testiklar, impotens, acne, håravfall och prostataförstoring.

**Kvinnor som tar AAS kan få:**

Mensrubbingar, basröst, skäggväxt och ökad hårväxt på kroppen. Aggressiva beteenden och lättretlighet har konstaterats

hos användarna, särskilt vid kombination av anabola steroider och alkohol.

**Tidigare stabila personer har plötsligt blivit:**

våldsamma och till synes utan anledning, misshandlat bekanta och slagit sönder saker.

**Kännetecken:**

Mycket snabbt ökande muskelmassa och svullnad (vätskeansamling) i hela kroppen,

speciellt i ansiktet- kan vara tecken på AAS-missbruk. Håravfall, acne på rygg och axlar, magkramper och illamående kan också förekomma.

Källa: "Boken om Knark och Sämt"

För mer fakta gå in på: [www.drogfritt.nu](http://www.drogfritt.nu)

**1992 förbjöds syntetiska anabola steroider i Sverige!**



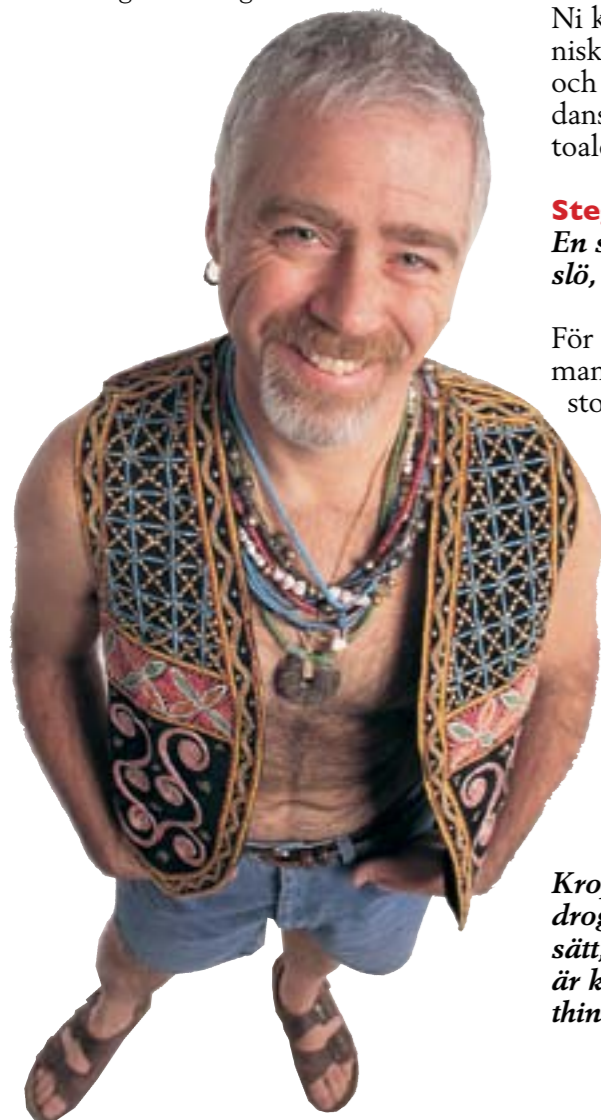
# Vad händer med kroppen när man tar droger?

Det första man måste förstå när det gäller kroppen är att den vill överleva och må bra. När det händer dåliga saker med kroppen som t.ex. att den skadar sig, blir förgiftad eller att den får besök av farliga virus och bakterier kommer kroppen att försvara sig på olika sätt.

## FÖR KROPPEN ÄR DROGER ETT GIFT!

Kroppen bryr sig inte om vilken typ av drog det är, det är mängden och styrkan på drogen som avgör hur den reagerar.

Kroppen går igenom tre steg beroende på mängden och styrkan av giftet/drogen.



### Steg 1:

En liten mängd droger stimulerar och gör dig piggare. Detta för att kroppens första reaktion på gift är att bli av med det så snabbt som möjligt.

Nu går hela kroppen upp i varv och arbetar för fullt med att bryta ner giftet, hjärtat slår snabbare, blodcirkulationen ökar, kroppen blir varmare och giftet avlägsnas bl.a. via huden genom svettning.

Svettning är ett sätt som kroppen kan göra sig av med gifter. Några andra sätt är genom urin och avföring.

Ni kanske har sett att när människor börja dricka förändras de och blir mer aktiva, snackar mer, dansar och springer mycket på toaletten.

### Steg 2:

En större mängd droger gör dig slö, lugn och långsam.

För att förklara detta enkelt kan man säga att kroppen har använt stora mängder energi under steg 1 för att bli av med giftet och måste nu snåla med den energi som finns kvar i sitt försök att överleva.

Det innebär att kroppen nu drar ner på tempot och använder den energi som finns

**Kroppen reagerar på alla droger och gifter på samma sätt; det spelar ingen roll om det är kaffe, alkohol, narkotika eller thinner.**

kvar för att lever och njurar kan fortsätta att rena blodet från giftet. I detta steg kan man se påverkade personer som sitter och ler fånigt, går vingligt och långsamt, sluddrar och gärna hänger på andra och skall "snacka ut".

Det sista stället kroppen tar energi ifrån är magen. I vanliga fall får kroppen sin energi från näringen i maten genom matsmältningen. Men eftersom kroppen är fullt upptagen med att göra sig av med gifterna och inte har tillräckligt med kraft för att hantera maten måste kroppen nu tömma magsäcken så att den kan använda all energi för att bryta ner giftet/drogerna.

Det snabbaste sättet att tömma magen är att kräkas. Detta händer inte alltid men om det händer blir det här, mellan steg 2 och steg 3.

### Steg 3:

Personen somnar eller blir medvetslös.

Om giftet/drogen är för stark eller om man fortsätter att ta mer måste kroppen stoppa intaget vilket leder till att personen somnar eller blir medvetslös. Det är kroppens sista försök att överleva. (Jag tror ingen av er har sett någon som sover och dricker samtidigt)

Nu när personen sover använder kroppen väldigt lite energi till de normala funktionerna och resten av energin till att fortsätta bryta ner giftet/drogen.

Om giftet hade varit för starkt hade nästa steg varit att personen hade dött i en överdos vilket innebär att kroppen slutar fungera.

# LILLA UTBILDNINGSPAKETET

Vi har tagit fram ett detta paket där ni får grunderna om droger, olika preparat och dess effekter på kropp, sinne och på samhället. Informationen är enkelt att använda och lätt att ta till sig.

## VAD SOM INGÅR I DETTA PAKET ÄR:

### 1. DVD

DVDn innehåller åtta enkla och kortfattade avsnitt om droger som är mycket lätta att förstå och ta till sig. Avsnitten tar bl a upp:

- Varför tar man droger?
- Resultatet av ett missbruk
- Droger är ett gift
- Fysiskt och mentalt beroende
- Vad är en flash-back?
- Droger fastnar i kroppen.

"Bra och informativa. Filmerna fångade mitt intresse och jag kände att jag ville se alla delarna med en gång"  
Vanessa - företagare och mamma

### 2. Boken om Knark och Sånt:

Tidigare upplagor har redan sålts i över 30 000 ex. Boken innehåller information och berättelser från människor som varit beroende av droger som kokain, LSD, ecstasy, hasch, marijuana, alkohol, tobak, GHB/GBL, vissa läkemedel, snifningspreparat, anabola steroider, spice mm. Den är 140 sidor och i färg.

"Detta är viktig och lättförståelig information och den behövs just nu i vår internationella tid, med alla kontakter via nätet.

I den här utmärkta boken med färgstarka illustrationer presenteras droger i var sitt kapitel med luftig layout:

Dess historia, utseende, bruk, verkan, skador på kort och lång sikt, beroende och abstinens.

Den här boken bör finnas nära ungdomarna. Det blåser drogliberala vindar i vårt land och i den globala värld ungdomarna rör sig i, och trots forskning finns det olika uppfattning i olika länder om knarkets farlighet.

Således: viktig läsning för föräldrar, skolpersonal, ungdomsledare, ungdomsmottagningar och framförallt ungdomarna själva!"

Utdrag från lektor Ulla Britt Westelius recension/ BTJ

För mer information eller beställningar: Ring 031-135707 eller maila info@drogfritt.nu







# Boka en föreläsning - på er skola!



*Michael Nielsen var nyligen ute och höll en föreläsning om droger. Under föreläsningen tog han på ett lättförståligt sätt upp vad droger är och vad som händer med kropp och sinne. I nästan två timmar satt ungdomarna och lyssnade på Michael med ett starkt intresse.*

Michael är själv f.d. missbrukare och har arbetat som föreläsare i 15 år. Han har föreläst på skolor, föreningar, organisationer och på företag runt om i Europa. I dag är han ansvarig för utbildningen på [drogfritt.nu](http://drogfritt.nu)

Michael anser att sann kunskap om droger, ej skrämselpropaganda kommer att göra att människor kan ta egna förnuftiga beslut vad det gäller droger. Därför är hans föreläsningar lätta att förstå med många exempel ur livet som alla kan känna igen sig i.



*Vår föreläsning är baserad på Narconon modellens föreläsning. Våra föreläsare har alla lång erfarenhet och är mycket duktiga.*

*Bokas på: [drogfritt.nu](http://drogfritt.nu)  
telefon: 040-631 30 77 eller  
[julia@drogfritt.nu](mailto:julia@drogfritt.nu)*

## HÄR KOMMER LITE AV RESPONSEN FRÅN UNGDOMARNA...

**"Han gestikulerade som gjorde att man förstod lättare, det var tydligt"**

**"Jag tycker att det var jätteroligt, jag skrattade som fan"**

**"Mycket bra föreläsning den var både rolig och informativ. Detta vill jag se mer av."**

**"Bra att få veta vilka konsekvenser droger kan ge och vad som sedan kan inträffa i framtiden"**

**"Lärorikt med bra inlevelse, bra kontakt med publiken"**