**WSZYSTKIE NARKOTYKI PROWADZĄ DO UZALEŻNIENIA**

***Rozmowa z Krzysztofem Fabisiakiem, specjalistą terapii uzależnień, podinspektorem ds. narkomanii, pracującym w Punkcie Informacyjno – Konsultacyjnym ds. Narkomanii w Płońsku.***

**Czy dużo osób zgłasza się do Punktu Informacyjno – Konsultacyjnego ds. Narkomanii?**

W 2015 r. w naszym Punkcie Konsultacyjnym przeprowadziłem ponad trzysta rozmów, podobnie w roku poprzednim.

**Kim są osoby, które przychodzą na konsultacje?**

Najczęściej młodzież gimnazjalna i licealna oraz rodzice, którzy dostrzegli problem u swojego dziecka lub podejrzewają, że ich dziecko ma kontakt z substancjami psychoaktywnymi. Zgłaszają się także osoby dorosłe, które ukończyły proces terapii i chcą wziąć udział w tzw. postrehabilitacji. Kontaktują się również przedstawiciele takich instytucji, jak sąd, policja w sprawie swoich podopiecznych i klientów oraz pedagodzy szkolni w celu porady i skierowania na konsultacje swoich uczniów.

**Jaka jest oferta Punktu?**

W Punkcie udzielane jest wsparcie, przeprowadzana edukacja i prowadzona indywidualna praca terapeutyczna. Prowadzone są również działania profilaktyczne skierowane do uczniów płońskich szkół podstawowych, gimnazjalnych i średnich. Poza tym w Punkcie prowadzona jest baza poradni i placówek stacjonarnych zajmujących się leczeniem uzależnienia od narkotyków.

**Jak rozpoznać, że nastolatek sięga po narkotyki? Zwykle młody człowiek skrzętnie to ukrywa przed rodzicami.**

Jest kilka rzeczy, na które warto zwrócić uwagę. Trzeba jednak pamiętać, że pojedyncze objawy nie muszą oznaczać używania narkotyków. To, co powinno nas zaniepokoić u naszego dziecka to:

* zmiana jego dotychczasowych zainteresowań lub nagła zmiana grupy znajomych,
* niewywiązywanie się ze swoich obowiązków, pogorszenie w nauce, absencje w szkole,
* spadek aktywności - dziecko staje się ospałe lub odwrotnie – nadmierne pobudzenie i nadaktywność. Zmiana rytmu dnia.
* posiadanie gadżetów, w tym z logo marihuany,
* szukanie informacji o środkach psychoaktywnych na stronach internetowych, w książkach, gazetach.
* słuchanie hip - hopowych zespołów, które w treściach utworów zachęcają do używania narkotyków i propagują treści aspołeczne,
* agresywne zachowania dziecka ( jeśli dotąd ich nie było), podirytowanie, gdy rodzic chce rozmawiać z nim o narkotykach.

Żeby dowiedzieć się, czy dziecko jest pod wpływem narkotyków (ale tylko tych tradycyjnych, np. marihuany, amfetaminy, ekstazy), można wykonać testy na obecność narkotyków w moczu. W przypadku dopalaczy konieczne jest badanie krwi, które jest bardziej precyzyjne. Niestety ze względu na wprowadzoną na rynek dużą liczbę substancji toksycznych o niewiadomym pochodzeniu, nie udaje się zawsze ich wszystkich dokładnie zidentyfikować.

**Czy używanie narkotyków musi być niebezpieczne? Co z tzw. narkotykami miękkimi?**

Nie ma narkotyków miękkich i twardych. Wszystkie prowadzą do uzależnienia w sytuacji, gdy ich używanie dopasuje się do potrzeb, braków i stanu emocjonalnego osoby używającej. Wszystkie substancje psychoaktywne uzależniają psychicznie. Na eksperymentowaniu kończą zazwyczaj te osoby, którym tak naprawdę narkotyki nie podpasowały, tj. nie dały oczekiwanego efektu, ponadto trzeźwe życie daje im radość, czerpią z niego satysfakcję i zadowolenie.

**Czy leczenie nałogu narkotykowego jest w ogóle skuteczne?**

Odpowiedź na to pytanie nie jest jednoznaczna ze względu na złożoność problemu. Skuteczność leczenia jest najwyższa w przypadku osób, które mają wewnętrzną motywację do zmiany i chcą pracować nad swoim uzależnieniem. Niestety takich osób w gabinecie terapeutycznym jest niewiele, najczęściej czynnikiem, który wpływa na to, że ktoś korzysta z terapii jest motywacja zewnętrzna, naciski rodziny, pedagogów czy sądu. Wówczas dużo czasu zajmuje praca nad przeformułowaniem motywacji. Jeżeli na skutek kontaktu z narkotykami dojdzie do uzależnienia, to w wyniku terapii może dojść do zaleczenia choroby. Oznacza to, że mogą wystąpić jej nawroty lub zamiana na inną substancję chemiczną, przy pomocy której osoba uzależniona będzie regulować swoje emocje i potrzeby. W przypadku osób używających narkotyków szkodliwie, ale nie uzależnionych, praca terapeutyczna będzie bardziej skuteczna. Nie leczy się natomiast osób eksperymentujących z narkotykami, a jedynie edukuje i motywuje do zmiany ryzykownych zachowań.

**Co może zrobić rodzina, gdy uzależniony od narkotyków nie chce podjąć leczenia? Czy są możliwości prawnego zobowiązania go do terapii?**

Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii nie przewiduje sądowego zobowiązania do leczenia odwykowego w stosunku do osób dorosłych. Wówczas rodzinie pozostaje podjęcie niejednokrotnie trudnych decyzji związanych z „odsunięciem się” od osoby uzależnionej, pozwolenie jej na ponoszenie strat, które mogą stać się silnym czynnikiem prowadzącym do szukania pomocy i kontaktu z poradnią. Wspieranie osoby uzależnionej od narkotyków poprzez utrzymywanie jej, spłacanie jej długów, ochronę przed ponoszeniem konsekwencji, prowadzi do rozwijania się i pogłębiania objawów choroby.

**Gdzie konkretnie może podjąć leczenie osoba, która szuka terapii?**

Szczegółowa baza stacjonarnych ośrodków terapii oraz poradni leczenia uzależnień znajduje się na stronie internetowej Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii. Jest również dostępna w biuletynie „Narkomania – gdzie szukać pomocy?”, który znajduje się u nas w Punkcie Profilaktyki Uzależnień. Na terenie miasta Płońska pomocy można szukać w Punkcie Informacyjno - Konsultacyjnym ds. Narkomanii działającym w Punkcie Profilaktyki Uzależnień. Najbliższy stacjonarny ośrodek leczenia narkomanii dla dzieci i młodzieży znajduje się w Wólce Przybojewskiej, na terenie gminy Czerwińsk. Natomiast najbliższym ośrodkiem stacjonarnym dla osób dorosłych jest ośrodek w Kazuniu Bielanach.

*Gazeta Płońska – Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Płońsku, nr 3/2016.*