

# JAK ROSPOZNAĆ, ŻE DZIECKO BIERZE?



Pierwsze próby z narkotykami dziecko zwykle starannie ukrywa przed dorosłymi. Wszelkie niepokojące zmiany będzie Ci pewno łatwiej zauważyć, jeśli masz z dzieckiem dobry kontakt, wiele ze sobą rozmawiacie i dużo czasu spędzacie razem.

Pamiętaj jednak, że niektóre zachowania i postawy mogą mieć inne przyczyny, takie jak kłopoty szkolne lub rodzinne, zranione uczucia, niepowodzenia w kontaktach z rówieśnikami i wiele innych, które należy traktować równie poważnie i starać pomóc dziecku je rozwiązać.

## **Na co powinieneś zwrócić uwagę:**

### **Zachowanie**

Zwróć uwagę na zachowanie Twojego dziecka. Powinny zaniepokoić Cię wszelkie radykalne zmiany w jego sposobie bycia, a zwłaszcza:

- huśtawka nastrojów, naprzemienne ożywienie i ospałość,
- nadmierny apetyt lub brak apetytu,
- porzucenie dotychczasowych zainteresowań,
- kłopoty w szkole (słabsze oceny, konflikty z nauczycielami, wagary),
- izolowanie się od innych domowników,
- zamykanie się w pokoju, niechęć do rozmów,

- zamykanie swojego pokoju na klucz, akcentowanie potrzeby prywatności
- częste wietrzenie pokoju, używanie kadzidełek i odświeżaczy powietrza,
- wypowiedzi zawierające pozytywny stosunek do narkotyków,
- zmiana grona przyjaciół, zwłaszcza na starszych od siebie,
- krótkie rozmowy telefoniczne prowadzone półsłówkami,
- późne powroty lub nagłe wyjścia z domu,
- bunt, łamanie obowiązujących w domu zasad,
- kłamstwa, wnoszenie wartościowych przedmiotów z domu,
- powtarzające się zgłaszanie przez dziecko zagubień lub kradzieży przez rówieśników drobnych sum pieniędzy,
- kłopoty z koncentracją,
- zmiany w porach spania,
- nadmierne reakcje na krytykę lub niewielkie nawet niepowodzenia.

### Wygląd zewnętrzny

- nowy styl ubierania się,
- szybkie wychudzenie lub nagły wzrost masy,
- przewlekły katar, krwawienie z nosa,
- zaburzenia pamięci oraz toku myślenia,
- przekrwione oczy, nadmiernie zwężone lub rozszerzone źrenice nie reagujące na światło,
- bełkotliwa, niewyraźna mowa,
- brak zainteresowania swoim wyglądem i nieprzestrzeganie zasad higieny,
- słodkawa woń oddechu, włosów, ubrania,
- ślady po ukłuciach, ślady krwi na bieliźnie, "gęsia skórka".

### Narkotyki lub przybory do ich używania

- fifki, fajki, bibułki papierosowe
- małe foliowe torebeczki z proszkiem, tabletkami, kryształkami lub suszem
- kawałki opalonej folii aluminiowej, łyżka
- znaczki, białe lub kolorowe pastylki z wytłoczonymi wzorkami
- leki bez recepty
- tuby, słoiki, foliowe torby z klejem



- igły, strzykawki

## UWAGA!

- Nie wszystkie z wymienionych objawów muszą się pojawić.
- Dopiero pojawienie się kilku z wymienionych objawów może wskazywać na narkotyki.
- Jest mało prawdopodobne, żeby wszystkie objawy wystąpiły jednocześnie.
- Im głębsza faza uzależnienia, tym objawy choroby są bardziej widoczne, wynikają z utraty kontroli nad braniem środków odurzających. Wzrasta ryzyko przedawkowania i śmierci.

### Tzw. test oczny

Dzieci, zwłaszcza w początkowej fazie uzależnienia, starają się maskować. Ukrywają narkotyki i przybory do ich zażywania. Wietrzą często swój pokój, używają kadzidełek, odświeżaczy. Zdradzają je jednak oczy.

Jako rodzice musimy zwracać uwagę na oczy swojego dziecka. One powiedzą nam wiele.

Obserwacja ogólna oczu (w warunkach oświetlenia pokojowego).

### Jeśli zauważysz u swojego dziecka:

- zaczerwienienie spojówek,
- łzawienie,
- opadnięcia powieki (zakrywa od góry więcej niż 2 mm rogówki),
- zaczerwienienie brzegów powiek,
- nadmierne rozszerzenie źrenicy (średnica ponad 6 mm),
- nadmierne zwężenie źrenicy (średnica poniżej 3 mm),

Może to być sygnał, że w grę wchodzić mogą narkotyki. Ostrzeżeniem może być również używanie przez Twoje dziecko kropli do oczu (jeśli wiesz, że ma zdrowe oczy). Młodzi często w ten sposób maskują ww. objawy "brania".

### Jeżeli w trakcie obserwacji ogólnej oczu dziecka zauważysz coś podejrzanego, zastosuj prostą metodę badania oczu:

<b>Reakcja źrenic na światło</b>	Skieruj światło latarki kolejno na poszczególne oczy dziecka. Jeśli reakcja źrenic na światło jest nienaturalnie powolna, coś jest nie tak.
<b>Obserwacja oczopląsu</b>	Poruszaj palcem przed oczami dziecka. Zatrzymaj palec nieruchomo na kilkanaście sekund. Jeśli zauważysz

	oczopląs gałek ocznych lub ich drgania podczas wpatrywania się w nieruchomy palec, może to być objaw zażywania narkotyku.
<b>Obserwacja zbieżności oczu</b>	Przesuwaj palec z odległości ok. 20 cm do czubka nosa i przytrzymaj go dotykając do nosa dziecka przez ok. 5 sek. Jeśli dziecko nie potrafi śledzić ruchu palca, może to być niepokojący sygnał.

<b>Składniki testu</b>	<b>Metoda badania</b>	<b>Główne objawy</b>
<b>Ocena ogólna</b>	obserwacja oczu w warunkach oświetlenia pokojowego	zaczerwienienie spojówek, łzawienie, opadnięcie powieki, zaczerwienienie brzegów powiek
<b>Rozmiary źrenic</b>	ocena szerokości źrenic (test jest dodatni, gdy w oświetleniu pokojowym średnica węższa niż 3 mm lub szersza niż 6 mm)	rozszerzenie źrenicy, zwężenie źrenicy
<b>Reakcja źrenic na światło</b>	kierujemy światło latarki kolejno na każde oko	leniwe zwężenie lub brak zwężenia pod wpływem światła
<b>Obserwacja oczopląsu</b>	polecamy wodzenie oczami za palcem w płaszczyźnie poziomej i pionowej	oczopląs gałek ocznych w jednej lub w każdej pozycji, niemożność wpatrywania się w nieruchomy palec bez drgań gałek ocznych
<b>Obserwacja konwergencji (ruchu zbieżnego gałek ocznych)</b>	przesuwamy palec z odl. 15 cm do czubka nosa z poleceniem śledzenia ruchu palca i utrzymujemy palec przy czubku nosa około 5 sek.	niemożność śledzenia ruchu palca obydwoma oczami, brak ruchu zbieżnego, jednego lub obydwu oczu, niemożność utrzymania konwergencji przez 5 sek.

*Test oczny opracowano na podstawie artykułu "Test oczny ..." Jerzego Toczłowskiego i Jacka Ciechana z II Kliniki Okulistyki Akademii Medycznej w Lublinie, zamieszczonego w czasopiśmie "Medicus" nr 3/98.*

*Informacje na tej stronie udostępnione zostały dzięki uprzejmości KW Policji w Szczecinie.*