



Dekontaminace

časopis pro sekundární a terciární prevenci drogových závislostí

PROSINEC 2002

ČASOPIS o.s. SANANIM. Jen pro vnitřní potřebu. NEPRODEJNÉ



PODOBY

Projíždějící vlak v Brně srazil a usmrtil osmnáctiletého sprejera, který se snažil udělat kresbu na stěnu tunelu.

Majitelka čivavy Ondry z Třeštiny na Šumpersku žaluje olomouckou veterinární kliniku o milion korun za to, že psa špatně léčila, a tak mu způsobila smrt.

Farář se sekerou v hlavě ležel u kostela v Dubu.

Tři z mnoha divočáků, kteří devastují zahrady v ústeckém městském obvodu Střekov, zastřelili v sobotu ústečtí myslivci.

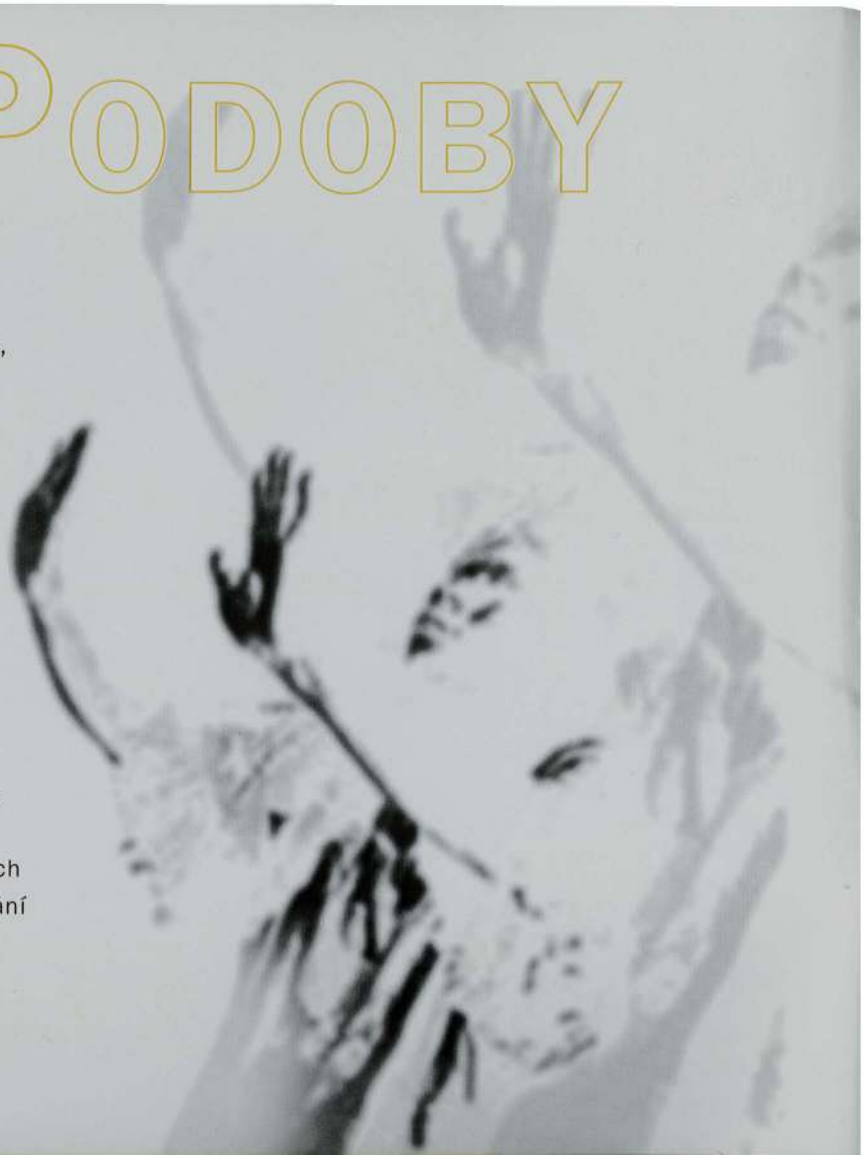
Na svázaných prostěradlech se snažila z rokycanské nemocnice sešplhat čtyřiaosmdesátiletá pacientka. Za krkolomný kousek zaplatila životem.

Hlavní cenu v soutěži Czech Press Photo 2001 získal snímek Poslední minuty slona Kádira v zatopené pražské ZOO.

Čtrnáctiletý osmák Honza nepřišel ráno do školy v pražských Řepích. Krátce před začátkem vyučování zemřel na předávkování drogou.

Zemřít je někdy až příliš snadné...

ira



2	úvodník
4 - 5	rozhovor
6	infekce
7	hepatograf
8 - 9	návrat techařů
10 - 11	historie návykových látek - opiáty
12 - 13	kalendář
14 - 15	noloxon
16	www
17	stalo se ...
18	káčko
19	muchomůrky
20	z tisku
21	JUDra / MUDra
22	žíly
23	KPZ

Redakce:

Silvie Prombergerová / Blanka Korčíšová / Ivona Ročárková / Daniel Tlamka / Bára Orlíková

Grafická úprava, produkce a tisk:

www.print-house.cz

Kontakt:

Terénní programy, Na Zderaze, Praha 2

Náklad: 4 000 ks



Tommy Larkin byl od roku 1976 závislý na heroinu. Při první příležitosti nastoupil metadonovou léčbu a od roku 1988 je čistý. Od té doby tenhle sympatický chlapík z Irska pomáhá těm, co číští nejsou. Posledních pár let jezdí i do Čech. Zeptali jsme se ho nejen na to, co tu dělá.

Tommy, jak jsi se dostal k léčbě drogových závislostí?

Krátce po tom, co jsem skončil s metadonem, jsem byl pozván na setkání, které se týkalo organizování uživatelů drog. To bylo téma, které sebou přineslo HIV... Nejvíce postiženými skupinami byli homosexuálové, hemofilici a uživatelé drog. Homosexuálové a hemofilici měli své vlastní organizace a snažili se zajistit služby, léčbu, informační letáky, zkrátka něco s HIV dělat. Pro uživatele drog se sice otevíraly nové léčebny, zakládaly se substituční programy, spouštěly se výměny jehel, ale oni sami nedělali nic. O několik měsíců později pro ně začalo asi 40 lidí připravovat nějakou organizaci. A od té doby v tom spolu s mými kolegy s různým úspěchem pokračují.

A jak jsi se dostal do Čech?

V roce 1997 jsem se v Barceloně zúčastnil vzdělávacího semináře o drogové politice a jejím uplatňování na místní úrovni. Mezi lidmi z různých koutů Evropy byla i Petra Svobodová, která v té době pracovala na Meziresortní protidrogové komisi. Později se na mne a mého kolegu Johna Lundberga obrátila, jestli bychom nepřijeli do Čech vzdělávat lidi, kteří pracují s uživateli drog. Od té doby sem jezdíme dvakrát třikrát ročně. Petra mezitím založila a řídí organizaci Společnost Hvězda, ve které jsem aktivním členem. Společně vytváříme a rozvíjíme projekty, jako je školení romských terénních pracovníků, výcvik budoucích trenérů a nyní nově i Fórum uživatelů neboli UFO (Users Forum).

Jak vypadá tvoje práce v Irsku?

Práce u nás se celkem změnila. V polovině 90. let jsme v Dublinu zažili heroinovej boom. Prodávalo se na spoustě míst, 24 hodin denně. Lidi se našlehávali na hřištích, všude se povalovaly stříkačky. Úřady přesto tvrdily, že žádný drogový problém neexistuje. Místní lidé se začali sdružovat, zakládat různé organizace, organizovat protestní pochody... Útočili pravidelně na parlament, na lidi, které



podezírali z prodeje drog, i na samotné uživatele. Požadovali, aby vláda začala něco dělat a aby místní úřady dostaly větší pravomoci. To vedlo vládu k vytvoření tzv. pracovních skupin na lokální úrovni, jejichž centrum - národní Taskforce - bylo zřízeno v Dublinu. V roce 1998 se objevil nápad, že součástí tohoto procesu by kromě zdravotníků, zástupců služeb pro závislé, učitelů, rodičů a policie měli být i samotní uživatelé drog, kteří by měli mít právo zúčastňovat se tvorby drogové politiky. To se také stalo hlavní náplní mojí práce. Třetím rokem pracuji jako manager a hlavní koordinátor UISCE, skupiny uživatelů při Taskforce v severním Dublinu.

Co "UISCE - Fórum uživatelů" dělá? Čím se zabývá?

Na začátku jsme zjišťovali, co sami uživatelé drog považují za podstatné. Z průzkumu vyšla jako nejdůležitější témata bezdomovectví a bydlení, podmínky ve vězení a dosažitelnost léčby. Povedlo se např. spustit diskusi mezi uživateli drog, kteří chodili do metadonových programů, jejich zřizovateli a výrobci metadonu. Zapojením uživatelů drog do procesu tvorby a změn drogové politiky se nám podařilo dokázat ostatním zúčastněným, jak velký vliv má všechno, co se s nimi děje v léčbě a programech, na jejich rodinu i komunitu.

Proč si myslíš, že by se uživatelé drog měli sdružovat a organizovat?

Lidé, co nikdy drogy nebrali, vidí některé problémy jinak a jinde než uživatelé. Jenom uživatel nejlépe rozpozná, co mu může pomoci, co ho osloví a co mu chybí, jenže když vystupuje sám za sebe, těžko své

postoje vysvětluje doktorům a lidem vytvářejícím drogovou politiku. Když za něj ale mluví skupina a když jsou to navíc informace podložené statistikami, můžou se věci snáz měnit. Je důležité, aby uživatelé drog vstali a přihlásili se o svoje práva. Musí lidem ukázat, že brání drog z nich nedělá poloovičního člověka... Je čas, aby převzali kontrolu nad svými životy.



A poslední otázka směřuje trochu do budoucnosti: myslíš si, že je šance nějak zorganizovat české uživatele drog?

Často tu slyšíme, že uživatelé drog se tady mají dobře a že žádnou organizaci nepotřebují. Sami uživatelé drog si totiž často myslí, že nejsou schopni jakékoliv změny a že jejich názory nikoho nezajímají. Tak to je ostatně všude, i v Dublinu. Ale někdo to tu musí nastartovat, oni sami od sebe nezačnou. V rámci našeho česko - irského projektu UFO jsme připraveni předat naše zkušenosti a pomoci vyvarovat se chyb, které se děly v jiných zemích. A kdyby kdokoli, kdo tohle čte, ať už uživatel, nebo profesionál, měl chuť poslat nám nějaký komentář, pomohl by nám získat lepší přehled o tom, jak se na takovou možnost lidi tady dívají. Díky.

Vaše názory a podněty pište na adresu:
Redakce Dekontaminace, Kontaktní centrum SANANIM,
Osadní 2, 170 00, Praha 7, nebo na e-mailovou adresu:
street@sananim.cz.

blko, ira

Témata HIV a žloutenek jsou v Dekontaminaci jedna z nejpřetřásanějších. Většinou píšeme o tom, jak k nim nepřijít, co dělat, když se to nepodaří, případně co se s tělem při takové nemoci děje... Dneska se na infekční nemoci podíváme z hlediska statistik. Podle Evropského monitorovacího střediska pro drogy a drogové závislosti v Lisabonu (www.emcdda.org) je výskyt infekčních onemocnění mezi uživateli drog v různých zemích různý. Například virem HIV je v zemích Evropské unie nakaženo od 1 % (ve Velké Británii) do 34 % (ve Španělsku) uživatelů. Více než 25 % nakažených mají v Itálii, Francii, v Portugalsku a ve Finsku. V České republice bylo na konci září tohoto roku 22 HIV pozitivních uživatelů drog (celkový počet nakažených Čechů je 588). Virem hepatitidy typu C je v zemích EU nakaženo od 40 % do 90 % injekčních uživatelů drog. U nás nejsou zatím k dispozici čísla, která by se týkala celé republiky. Studie zabývající se výskytem „céčka“ mezi uživateli drog proběhly na lokální úrovni nebo v jednotlivých programech nějaké formy léčby. Krajská hygienická stanice v Ústí nad Labem vyšetřila v roce 1999 ve spolupráci s ústeckým Káčkem 224 káčkových klientů. 83 z nich, tj. 37,1 % (více než každý třetí), mělo žloutenku typu C. Část klientů (38), kteří byly testováni jako negativní, se podařilo otestovat později opakovaně, přičemž 36,8 % z nich mělo pozitivní test. Na jiném místě republiky, v Karviné, zjistila podobná společná studie místní hygienické stanice a káčka, že z 91 otestovaných klientů má každý pátý žloutenku typu C a skoro 10 % žloutenku typu B. Podle zkušeností zaměstnanců terapeutických komunit skoro polovina uživatelů, kteří se sem přicházejí léčit, má buď žloutenku typu B, nebo C. V metadonových programech se při vstupním testování klientů ukázalo, že 68 % z nich má žloutenku typu C a 46 % z nich žloutenku typu B. Ve většině českých káček je možnost nechat si orientační testy na žloutenky udělat, případně tam alespoň získáte kontakt na místo, kde vám testy udělají. Možnost udělat si testy máte i před nastoupením do léčby. Statistiky ukazují, že je možné, že každý třetí injekční uživatel v ČR žloutenku má. Čím dříve to bude vědět, tím lépe pro něj i jeho okolí.

blko



20 lidí se nakazí
Hepatitisidou C ve stejném období



3 - 4 nakažení se viru
Hepatitisidy C zcela zbaví



u 16 - 17 nakažených přejde
Hepatitisida C do chronické podoby



asi 4 z nich nikdy
nepocítí fyzické
příznaky poškození
jater



u 12 - 13 nakažených se projeví
dlouhotrvající příznaky poškození jater
(cca po 13 letech)



přibližně u 4 z těchto lidí
dojde k cirhóze jater
(cca po 20 letech)



1 z nich zemře na selhání nebo rakovinu
jater (po 25 - 30 letech
od nakažení Hepatitisidou C)

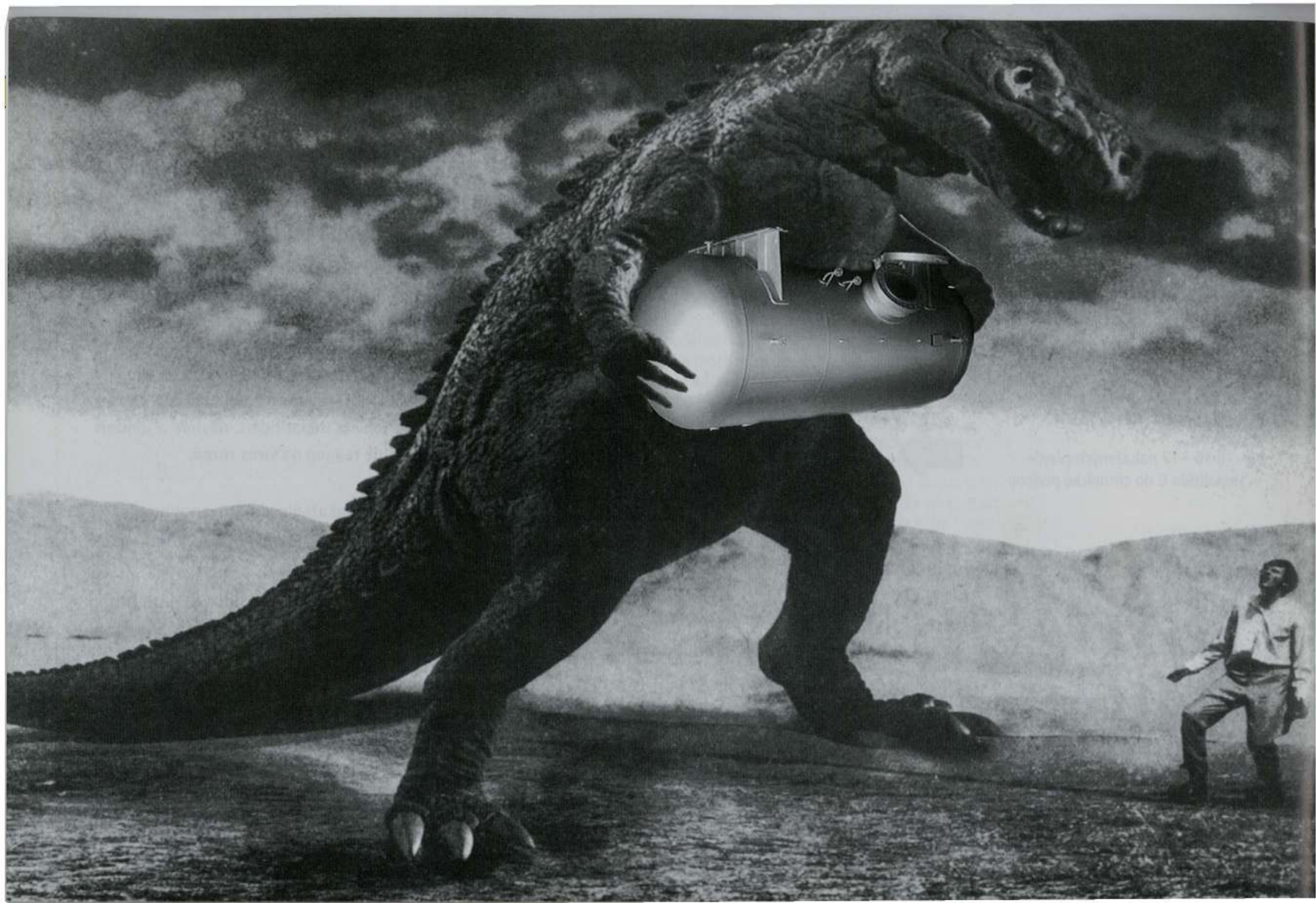
HEPATITIDA ŽLOUTENKA

Tento diagram demonstruje vývoj onemocnění u hypotetické skupiny 20 lidí nakažených virem Hepatitisidy C. Má pouze zjednodušeně popsat průběh onemocnění. Ještě mnoho toho o Hepatitisidě C nevíme a doktoři i vědci stále neumí vysvětlit, proč lidé reagují na virus různě.

Nejlepší způsob, jak se chránit před nakažením (nebo znovunakažením), je nepřijít do styku s cizí krví. To znamená používat vlastní nádobíčko a mýt si ruce pokud možno před i po aplikaci.

(z Pure Edition přeložil DX)





Ten kluk byl krásnej. Měl dlouhý vlasy a dost hezkej obličej. Čekal vedle mě na tramvaj na zastávce Anděl. V ruce měl igelitovej pytlík a pravidelně si ho přikládal k nosu. Nádech, výdech. Pytlík pulsoval rytmicky jak srdce. Obrovský bílý srdce. Srdce plný sraček...

objevily všude. Mimochodem, nejmladšímu léčenému Čechovi bylo devět let...

Jednoznačně nejoblíbenější je dodnes toluen - bezbarvá kapalina, která se získává z ropy, lehkého oleje nebo koksových plynů. Toluén vyvolává silnou psychickou závislost, někteří čičači ho inhalují prakticky denně.

víc zahráváte, když si přehodíte igelitový pytlík přes hlavu. Vzhledem k vaší oblíbené praktice nechávat předávkovaného jeho vlastnímu osudu a bez pomoci od něj zbaběle utéci to není ideální nápad. K úmrtí dochází obrnou dýchacího centra a následnou zástavou dechu, selháním srdce nebo jater, upadnutím do bezvědomí nebo kómatu nebo udušením zvrátky.

N Á V R A T T E C H A Ř Ů

Rozpouštědla jsou bez diskuse nejhorší zneužívanou látkou, protože mají absolutně destruktivní a nevratné účinky na organismus. Nic nedokáže lépe poškodit mozek, rozleptat sliznici v nose a zřítit játra a ledviny než právě toluen. Přesto je vás v poslední době zase docela dost, co vám je to úplně jedno.

Upřímně řečeno, v téhle zemi bylo čičačů vždycky dost. Ředidla jsou levná a navíc nejsou a nikdy nebyla na seznamu zakázaných látek. Před II. světovou válkou to byl hlavně éter, po kterém ale sahalí výhradně dospělí lidé. Masově se tu sniffing rozjel na začátku 70. let po odvysílání varovného pořadu České televize, který upozorňoval na rizika čikuli obsahujícího trichlorethylen. Tenkrát do toho šli po hlavě čtrnáctiletí školáci... V západní Evropě tomu ale nebylo jinak. Nejvíce se čichalo v Anglii, tam také registrovali nejvíce úmrtí. Nebyla to ředidla nebo lepidla, ale butanový plyn ze zapalovačů nebo třeba obsahu hasících přístrojů, které kosily anglickou mládež. Ostatní země takovou masivní vlnu nezažily, ale skupiny 13-15letých experimentátorů se

Kromě toluenu se čichá aceton (rozpouštědlo), éter (dříve používaný k narkózám), některá lepidla (Chemopren), benzín a rajský plyn.

Příznaky intoxikace se podobají opilosti. Účinek se dostavuje během několika minut a je krátkodobý - odezní během několika desítek minut, pokud se inhalace neopakuje. Euforická fáze je kratší, za ní přicházejí poruchy vnímání provázené živými, barevnými halucinacemi, dochází k útlumu, ke spánku, ztrátě kontroly, poruchám vědomí.

A teď to nehlavnější! Čichání se nedá nadávkovat a předávkování je tím pádem snadné! Se smrtí si o to

Jak už bylo řečeno, čichání způsobuje celkovou degeneraci: čičač otupí, hloupne, z chování se ztrácí veškerá vyrovnanost, naopak nastupuje agresivita, ztráta zájmů, vůle a výkonnosti. Poškodí si játra, ledviny a sliznice dýchacích cest. Abstinence sice stav stabilizuje a mírně vylepší, ale značná část poškození zůstává.

Silní čičači jsou většinou předem zatracení lidé. Lékaři a terapeuti jim nedávají mnoho šancí, jejich snahy přimět čičače k abstinenci spíše selhávají a čičač umírá buď na předávkování, nebo na celkové těžké poškození organismu. **Good luck!**

ira

Tady je druhá část pohledu do historie užívání a zneužívání psychotropních látek, který pro Dekontaminaci napsal MUDr. Stanislav Kudrle, respektovaný odborník z Plzně. Dnes o opiátech, příště o kokainu...

Botanicky pocházejí z máku. Nejvýznamnějšími zástupci jsou opium, morfin, heroin, kodein. Pocházejí hlavně z balkánských zemí (Turecko, Bulharsko), ze zemí Blízkého a Středního východu (Persie, Libanon, Afghánistán), z Dálného východu (Indie, Pákistán, Čína), ze zemí zlatého trojúhelníku (Barma, Laos a Thajsko) a dále z Mexika a Kolumbie.

První doklady o pěstování máku pro jeho narkotické účinky jsou staré 6000 let a pocházejí z říše Sumerů, kteří mák nazývali „rostlinou radosti“. Odtud přešla znalost do Egypta, kde patrně bylo opium využíváno kněžními ke kultovním obřadům v rámci dávných mystérií, podobně jako používali hašiš. Ve starém Řecku lékaři využívali omamných účinků drogy k léčení, jak o tom referuje Theophrastos von Eresos cca 3.-4. stol. př.n.l. Právě Řekové dali makové šťávě název opium a získávaný elixír se tak postupně stal proslulým. Makovice se stala symbolem boha spánku Morphea a boha smrti Thanata. Homérští hrdinové znali kouzelný nápoj dodávající odvahu a nazývali



LÁTEK - O P I Á T Y

jej Nephentes. Dobytím Řecka Římany se nápoj dostal více na Západ. V 6. a 7. století Arabové při svých válečných taženích donesli opium až do Persie, Indie a Číny. Podobně jako hašiš nebyla tato droga Mohamedem zapovězena (na rozdíl od alkoholu). Významný středověký lékař Paracelsus používal ke svému léčení tinktury, které obsahovaly opiáty a nazýval je Laudanum a Arkanum.

V Číně, kde se opium masově rozšířilo, bylo nejdříve konzumováno, teprve později kouřeno. Význam mělo i svým účinkem potlačení hladu v dobách hladomorů a katastrof. Podobně jako v arabských zemích se i v Číně rozvinuly rituály kolem kouření a požívání opia.

Kvůli opiu se v letech 1839 - 1842 vedla v Číně válka. V 19. století se opium rozšířilo do Evropy a požívalo se hojně zejména ve velkých městech a v přístavech.

Mezi umělce, kteří se oddávali opiu, patří Baudelaire, Poe, Balzac, později pak Picasso, Cocteau, Borroughs, - ten vašeň k opiu ztvárnil v románu Junkie.

Požadavky na kontrolu nad opiem jsou formulovány od r. 1909 (Hongkong). Po I. světové válce se rozšířil hlavně heroin a zatlačil do pozadí morfin i kokain.

Methadon byl používán ve válečné chirurgii jako anestetikum. V r. 1960 Vincent Dole a Marie Nyswander navrhli systém léčby závislých na heroinu s využitím methadonu. Jako model jim sloužila udržovací léčba insulinem u Diabetes mellitus (cukrovky). Tak se zrodila methadonová udržovací (substituční) terapie.

MUDr. Stanislav Kudrle

terénní programy

Služby:

Čisté jehly: B-D, Braun
Desinfekce (Con-Zellin)
Kyselina ascorbová
Voda (Aqua for Injection)
Filtry, buničina, náplast
Alobal
Prezervativy
Dekontaminace
Jednoduché zdravotní ošetření

Poradenství:

Bezpečné brání
Infekce HIV – AIDS
a žloutenky
Bezpečný sex
Informace o detoxech
a léčebnách
Pomoc v krizi

Kontaktní centrum kvůli povodním nefunguje
a termín otevření se zatím neví.

Aktuální informace můžete získat v terénu každý
den od 14.00 do 19.00 hodin na Muzeu.

Pracovníci jsou označeni logem Terénních programů
a můžete jim volat na mobil:

603 209 948



leden

6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24 31
4 11 18 25
5 12 19 26

únor

3 10 17 24
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22
2 9 16 23

březen

3 10 17 24 31
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30

duben

7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27

květen

5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24 31
4 11 18 25

červen

2 9 16 23 30
3 10 17 24
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29

červenec

7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24 31
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27

srpen

4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24 31

září

1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28

říjen

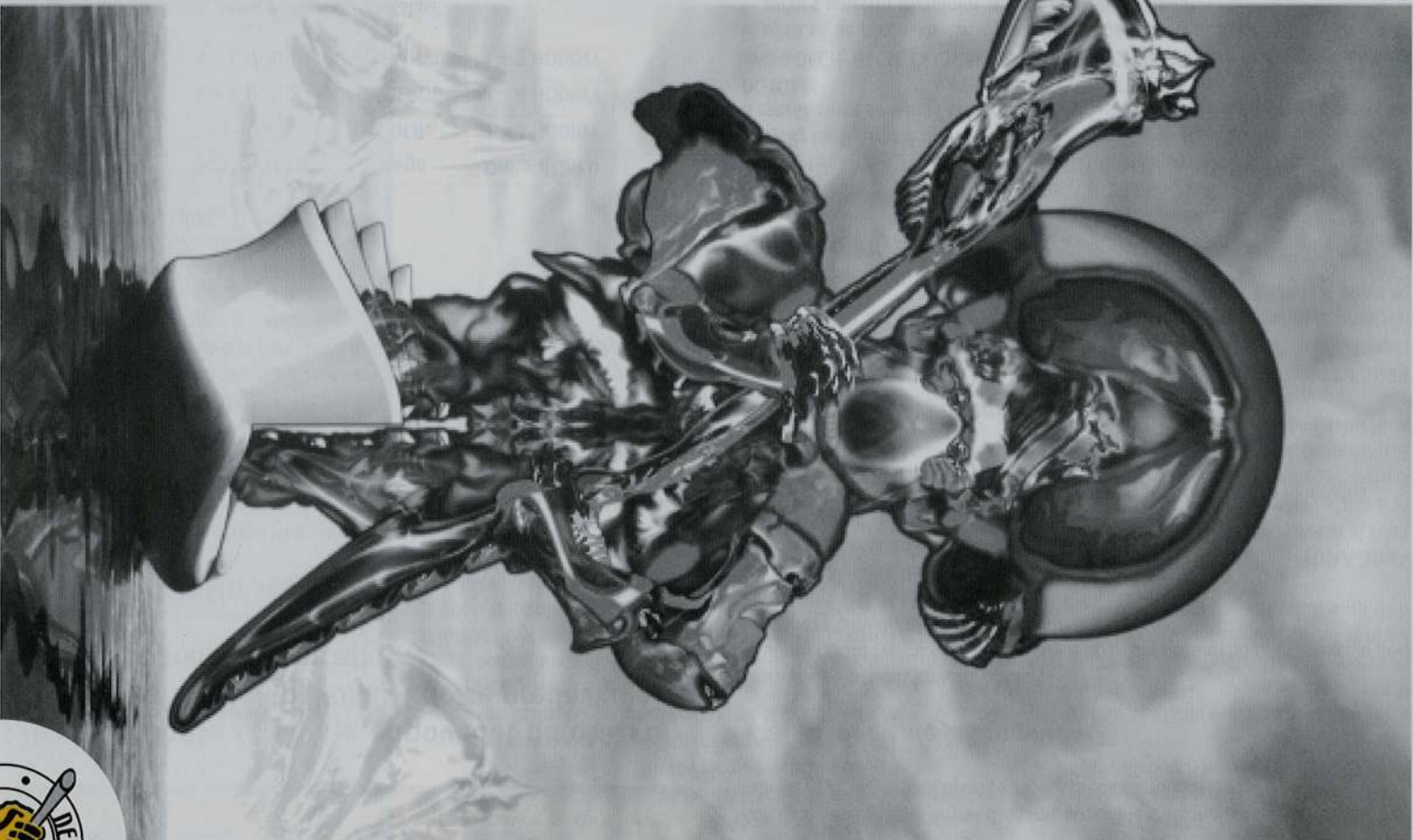
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24 31
4 11 18 25
5 12 19 26

listopad

3 10 17 24
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28
1 8 15 22 29
2 9 16 23 30

prosincec

1 8 15 22 29
2 9 16 23 30
3 10 17 24 31
4 11 18 25
5 12 19 26
6 13 20 27
7 14 21 28



SEEK YOUR GOD WHERE YOU LOST HIM



NOLOXON

Účelem tohoto článku je odpovědět na otázku, jak zachránit život někomu, kdo se předávkuje opiáty. Začneme od začátku...

Jsou všechny opiáty stejné?

No, jak se to vezme, v něčem jsou stejné a v něčem zase ne.

Všechny opiáty jsou stejné v těchto věcech:

- Jsou z máku nebo jsou chemicky vyrobeny tak, aby fungovaly jako drogy vyrobené z máku.
- Účinkují v mozku na stejném místě.
- Předávkování (užití dávky, na kterou nejste zvyklí) probíhá na stejném principu – je způsobeno ochrnutím dechového centra (nemůžete dýchat a prostě se udusíte).

Rozdíly najdete zase tady:

- Mají rozdílnou koncentraci, sílu.
- Působí rozdílnou dobu.

Droga	Doba účinku	Droga	Doba účinku
METHADON	24 HODIN	KODEIN	3 – 4 HODINY
HEROIN	6 – 8 HODIN	DEMEROL	2 – 4 HODINY
DILAUDID	4 – 6 HODIN	FENTANYL	1 – 2 HODINY

- Mají různou rychlost, délku a intenzitu abstáku.

Kombinování opiátů s jinými drogami, speciálně s alkoholem nebo s jinými utlumovadly jako Rohypnol apod., způsobí předávkování daleko snadněji.

Vzal jsi moc - ale jak to poznat?

Opravdové předávkování opiáty:

- útlum dechu (velmi pomalé dýchání a povrchní dech nebo úplná zástava dechu)
- cyanóza (zmodrání rtů a konečků prstů)
- extrémní spavost (nelze probudit)
- koma (upadnutí do bezvědomí)
- ochablost kosterního svalstva (jako hadr)
- studená a vlhká kůže
- někdy bradycardia (pomalý tlukot srdce) a hypotenze (nízký a nehmátný krevní tlak)

Co může předávkování způsobit?

- apnea (zástava dechu)
- oběhový kolaps (krev přestane proudit)
- zástava srdce
- A NA KONCI SMRT

Co dělat, když se to stane?

NEJPRVE:

Zavolej telefonem 155 – záchranku!!!!!!! Cokoliv se děje – odborná pomoc je vždycky lepší. Umělé dýchání a masáž srdce se nedají dělat moc dlouho.

POTOM:

- @@@DECH, DECH, DECH, DECH A ZASE DECH@@@
- ujisti se, že předávkovaný dýchá; když ne, okamžitě začni s umělým dýcháním, abys ho udržel při životě

- pokud začne dýchat sám, polož ho do stabilizované polohy
- dýchej do něj nebo ho hlídej (pokud dýchá) až do příjezdu sanitky
- sanitákům řekni, co má předávkovaný v sobě za drogy (pokud to víš, nebo se ti podařilo zjistit)

V případě předávkování opiátů se užívá lék noloxon. U nás ho mají k dispozici lékaři, sanitky. V zemích západní Evropy se mezi odbornou veřejností (v rámci přístupu harm reduction) už několik let diskutuje o možnosti distribuce noloxonu přímo mezi uživatele opiátů.

PROČ ANO?

Když je noloxon dobře a včas použit, odvrátí předávkování a může zachránit lidský život.

K předávkování totiž často dochází ve společnosti dalších uživatelů, kteří mohou, pokud jsou proškoleni, zasáhnout dříve než sanitka.

PROČ NE?

U nelékařů je riziko špatného odhadnutí potřebného množství noloxonu. U uživatelů drog zase hrozí, že nebudou schopni se starat o předávkovaného dostatečně dlouho a dobře.

Dávka

Noloxon se podává přímo do žíly, aby účinkoval okamžitě, a nikoli do svalů, kde by začal účinkovat až po 15 minutách. Začíná se s 1 mililitrem, a pokud tato dávka nestačí, opakuje se znovu každé 2 nebo 3 minuty. Jestliže se nic nestane po 10 dávkách, možná to není opiátové předávkování. Je proto důležité provádět umělé dýchání a masáž srdce, dokud nepřijede pomoc. **Když noloxon působí:**

Noloxon dočasně odstraní účinky opiátů, nastartuje dýchání, ale může způsobit i absták. Je tedy důležité s předávkovaným zůstat, říct mu, že dostal noloxon a že až přestane účinkovat (za 30-90 minut), vrátí se znovu účinky opiátů a absták pomalu zmizí.

Pokud má předávkovaný stále příliš mnoho opiátů ve svém těle, může se předávkování po odeznění noloxonu vrátit a předávkovaný bude ve stejné situaci jako před tím. Pak je třeba znovu vyhledat odbornou pomoc. Kdyby si předávkovaný po dávce noloxonu kvůli abstáku znovu vzal, bude po skončení účinku noloxonu o to předávkovanější (dávka opiátů před předávkováním a po noloxonu se sečtou).

Tak tohle jsou informace, které byste měli mít na paměti, i když nebudete mít možnost noloxon použít. S velkou pravděpodobností je tohle totiž lék, který dostáváte, když k vám někdo zavolá sanitku. Hodně předávkovaných utíká z nemocnice hned po tom, co se probere, což může být v době, kdy noloxon ještě funguje a opiáty ve vašem těle čekají, až na ně zase přijde řada....

G.

PRO VŠECHNY, KTEŘÍ ZVAŽUJÍ,
CO DÁL SE SVÝM BRANÍM DROG,
JE TADY

MOTIVAČNÍ SKUPINA

KAŽDÉ
ÚTERÝ A ČTVRTEK

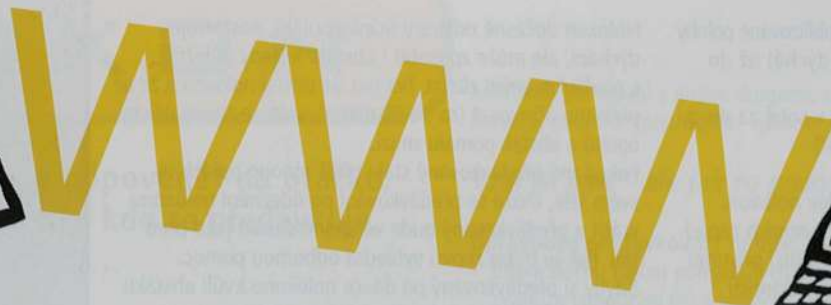
OD 10:30 DO 12:00

NA ADRESE:

DENNÍ STACIONÁŘ SANANIM
JANOVSKÉHO 26, PRAHA 7
TEL: 220 803 130

NABÍZÍME:
NEZÁVAZNÉ SETKÁNÍ
POMOC PŘI ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ
ZPROSTŘEDKOVÁNÍ DETOXU
A NÁSLEDNÉ LÉČBY

TĚŠÍ SE NA VÁS
JAKUB A LENKA



Nevím, jaké máte přístupy k internetu, ale kdybyste se k němu náhodou dostali, mám pro vás několik zajímavých tipů. SANANIM má svoje stránky www.sananim.cz, na kterých byste se mohli ledacos dozvědět nejen o všech programech SANANIMu (od streetworku přes Káčko, Denní stacionář, komunity, doléčovák až po Drogové informační centrum), ale je tam taky dost různých článků a kontaktů na další organizace. No, možná ještě spíš by vás mohla zaujmout sananimská internetová drogová poradna www.drogovaporadna.cz. Na týhle adrese se můžete anonymně zeptat na cokoli, co vás napadne a týká se to drog a všeho s tím spojeného. Další podobnou poradnu, která je zaměřená hlavně na drogy užívané na parties, provozuje brněnské sdružení Podané ruce na www.extc.cz. Pak třeba www.biotox.cz, kde najdete všechno o rostlinných drogách a jsou to fakt dobře udělaný stránky. Na www.3lf.cuni.cz/drogy jsou zase informace o extázi, nebezpečných příměsích, testování atd.

Pokud byste si chtěli sehnat třeba nějakou brigádu, tak na www.jobs.cz jsou různé kontakty na místa, kde zrovna hledají brigádníky, a taky jsou tam kontakty na normální práci. Pokud jste přihlášení na pracáku nebo se tam chcete přihlásit, informace k tomu najdete na www.prace.statnisprava.cz.

Pár záležitostí kolem zdraví se můžete dozvědět na www.vseozloutence.cz (všechno o žloutenkách) nebo na www.lekarna.cz (všechno o lécích) nebo taky na www.vodopad.cz (všechno o duševních chorobách). Nejen pro holky mám dost zajímavý odkaz na www.antikoncepce.cz nebo www.hormonalniantikoncepce.cz i s on-line poradnou.

No a nakonec něco pro zábavu, třeba na www.miniclip.com (hry, vtípky atd.).

STALO SE . . .

NA JAMAJCE SE ZA PŘÍSNÝCH BEZPEČNOSTNÍCH OPATŘENÍ KONALY PARLAMENTNÍ VOLBY. **V RUSKU** PROBĚHLO SČÍTÁNÍ LIDU. 600 000 SČÍTACÍCH KOMISAŘŮ NEMĚLO LEHKÉ SČÍTÁNÍ. NĚKDE SE VELKÉ SKUPINY OBYVATEL PŘIHLÁSILY K NÁRODNOSTI HOBITŮ A ELFŮ, V ROSTOVĚ NA DONU ZASE JAKO SKYTOVÉ, JEJICHŽ PŘEDKY BYLI KOČOVNÍ PASTEVCÍ Z PRVNÍHO TISÍCILETÍ PŘED NAŠÍM LETOPOČTEM. **NA SLOVENSKU** SE BRAZILY DVĚ STÍHAČKY MIG 29. JEDEN Z PILOTŮ SE NESTAČIL KATAPULTOVAT. NÁČELNÍK SLOVENSKÉHO GENERÁLNÍHO ŠTÁBU PROHLÁSIL, ŽE HAVÁRIE NEOHROZÍ OBRANYSCHOPNOST ZEMĚ. **VRCHNÍ SOUD** OPĚT OTEVŘEL KAUZU JONÁK. VYPEČENÝ TLOUŠTÍK Z DISCOLANDU SILVIE TEDY MOŽNÁ NEUNIKNE TRESTU ZA ZOSNOVÁNÍ VRAŽDY VLASTNÍ MANŽELKY. **NÁKLAĎÁKU**, KTERÝ TÁHNUL DVĚ CIRKUSOVÉ MARINGOTKY, SELHALY BRZDY. ŘIDIČ – PRAVDĚPODOBNĚ ARTISTA, I JEHO SPOLUJEZDEC - PRAVDĚPODOBNĚ ARTISTA, ZA JÍZDY VYSKOČILI BEZ ÚJMY NA ZDRAVÍ. **ČESKÝ** STUDENT SI V RUMUNSKÉ HOSPODĚ ODPÁLIL JOINTA A DOSTAL TŘI A PŮL ROKU NATVRDO. **NA FLORIDĚ** ODHLASOVALI VOLIČI V REFERENDU ZÁKON ZAKAZUJÍCÍ FARMÁŘŮM DRŽET BŘEZÍ PRASNICE V PŘILÍŠ MALÝCH KLEČÍCH. **TERAPEUTICKÁ** KOMUNITA WHITE LIGHT V MUKAŘOVĚ OSLAVILA PĚT LET FUNGOVÁNÍ. **VE FLORENCII** V ITÁLII PROBĚHLO ANTIGLOBALISTICKÉ FÓRUM. NA ZÁVĚR MĚSTEM KRÁČELO BEZMÁLA PŮL MILIÓNU DEMONSTRANTŮ. **TOMÁŠ ENGE** SE STAL ŠAMPIONEM FORMULE 3000, ALE O TITUL PŘIŠEL DÍKY POZITIVNÍMU TESTU NA THC. DOTEĎ SI SE SVÝM MANAŽEREM CHAROUZEM LÁMOU HLAVU KTERAK ENGE S TRÁVOU DO STYKU PŘIŠEL.

DX



káčko

Naše Káčko sídlí v Holešovicích v Osadní ulici přímo na rohu ulic Osadní a Jateční. Jestli je ti víc než patnáct a už ses potkal s drogami nealkoholového typu a dostal ses kvůli nim do problémů, neboj se a klidně přijď k nám. Zkusíme s tím společně něco udělat.

Co ti můžeme nabídnout za služby? Tak například výměnu tvých špinavých buchen za super nové + příslušenství pro bezpečnější aplikaci (vodu pro injekční aplikaci, kyselinu, náplasti, filtry, příp. kondomy). Pokud ti kručí v břiše a sprchu jsi už dávno neviděl, můžeš si u nás dát polévku či jogurt, popít trochu čaje a taky se v klidu osprchovat. Jestli tvé svršky už jen vzdáleně připomínají oděv, můžeš si je v Káčku nechat jednou týdně vyprat. Tuhle službu ti ale můžeme nabídnout až od 15 hodin, stejně tak i polévku a sprchu. Můžeš se u nás zdržet maximálně jednu hodinu. Jestli máš nějakou bolest (bércáky, abscesy ap.), můžeme ti ji ošetřit. Když to bude hodně zlé, poradíme ti, kam se můžeš obrátit. Můžeš si u nás taky nechat udělat test na virus HIV, holkám uděláme těhotenský test.

Ještě ti můžeme říct, jak snížit rizika spojená s injekčním užíváním drog a co dělat,

aby ti žily dobře sloužily co nejdéle. Dále ti můžeme pomoci se zajištěním ústavní či ambulantní léčby, poradit před léčbou, podpořit tě, když jsi v krizi, a pomoci při hledání ubytování či zaměstnání. Také si u nás můžeš každý měsíc přivydělat, pokud bys v našem Káčku uklízel nebo držel samosprávu.

Všechny služby, o kterých tu byla řeč, jsou bezplatné. Anonymita je samozřejmá.



káčkaři

RIZIKO PODZIMU MUCHOMŮRKA

Na podzim se sklízí nejen konopí, ale rodí se i jiné přírodní drogy.

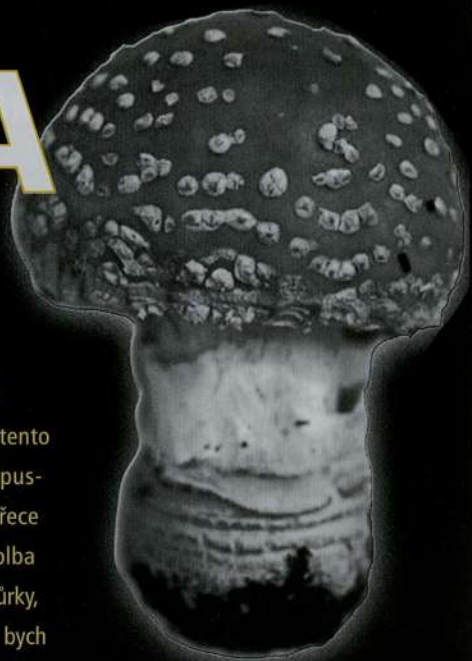
Předmětem zájmu se mimo lysohlávek někdy stávají také muchomůrky červené. Jejich užívání má velmi dlouhou tradici. Jedna etnobotanická studie dokonce tvrdí, že se z nich v Plzni vařilo pivo a odtud také název města (pils = něm. houba)...

Účinnými látkami muchomůrky červené jsou kyselina ibotenová a muscimol. Ta druhá látka vzniká z té první při sušení a je mnohem účinnější. Pokud se rozhodnete experimentovat se smrtelně jedovatou houbou, je bezpečnější požit muchomůrky sušené. Některé její jedovaté složky sušením ztrácí účinnost. Intoxikace nastupuje během 0,5-4 hodin a probíhá ve dvou

fázích. Excitační fáze s touhou po pohybu a halucinacemi přejde po několika hodinách do fáze komatózní, která je charakterizována hlubokým spánkem a která po několika hodinách odezní. Pokud přežijete, několik dnů budou přetrvávat poruchy koordinace a řeči, rovněž zdravým játrům nějakou dobu trvá než se s otravou vypořádají. Pro játra poškozená, např. žloutenkou nebo braním drog, může být tento experiment poslední. V případě muchomůrky červené existuje možnost záměny, nejčastěji s muchomůrkou zelenou a jízlivou. Obě houby jsou dosti jedovaté. Účinný zásah je sice možný, ale musí přijít včas. Když se začnou objevovat příznaky otravy (asi po dvou dnech), je na místě volat místo sanitky havrany.

Vzhledem k tomu, že otrávit se člověk může nejen při záměně hub, ale i při intoxikaci muchomůrkou červe-

nou, snad bych raději doporučil si tento prožitek odpustit. Kdyby přece jen padla volba na muchomůrky, doporučoval bych dávkovat opatrně, a pokud nebude intoxikace probíhat tak, jak by měla – případně se nebude dít nic – vyrazit rychle do nemocnice. Tam z vás sice nebudou mít radost, ale možná přežijete.



JM

ZATÍM NEJLEPŠÍ LÉK PROTI HEPATITIDĚ B VYNALEZL ČECH

Malé dávky, minimum nežádoucích účinků, vysoká úspěšnost léčby. Těmito vlastnostmi se může pochlubit lék na hepatitidu typu B, za kterým stojí český vědec Antonín Holý.

Na celém světě trpí žloutenkou typu B tři sta milionů lidí. Novou nadějí pro ně přináší lék s názvem Hepsera, jenž se v těchto dnech začíná vyrábět ve Spojených státech. Přestože se v současnosti používají proti hepatitidě B různé léky, většina má značné nežádoucí účinky.

Za vývojem hepsery stojí tým Antonína Holého z Ústavu organické chemie a biochemie Akademie věd ČR ve spolupráci s Ústavem lékařského výzkumu Katolické univerzity v belgickém Leuvenu.

Velkým přínosem je hepsera při léčbě chronické hepatitidy. Pacienti trpící tímto druhem nemoci totiž musejí brát lék delší dobu, a tudíž jsou pro ně dosud používané preparáty mající množství vedlejších účinků často nevhodné. Hepsera při testech vykazovala jen naprosto zanedbatelné nežádoucí projevy, například bolest hlavy, průjem nebo nevolnost. Pacientům postačí brát denně jednu tabletku obsahující pět miligramů účinné látky adefo vir. Proti té si vir hepatitidy nevypěstuje žádnou odolnost.

U nás trpí touto chorobou několik stovek nemocných, ale pravým požehnáním bude hepsera pro oblasti jihovýchodní Asie, kde je virem nakaženo až 20 procent populace.

VAKCÍNA PROTI HEPATITIDĚ C

Pokrok v boji proti žloutence oznámila na počátku listopadu také belgická firma Innogenetics. Její vakcína má ovšem léčit pacienty trpící chronickou hepatitidou typu C. První testy ukazují, že s její pomocí lze zastavit, nebo dokonce léčit poškození jater způsobené virem. Vakcínu vědci získali z proteinu, který tvoří obal viru. Čtyřiaadvacet pacientů, nemocných žloutenkou typu C průměrně 19 let, dostávalo v průběhu testování každé tři týdny pět injekcí. U všech se podařilo zastavit šíření zánětů a dalšího poškození jater, u devíti dokonce došlo ke zlepšení zdravotního stavu. Vakcína by se mohla začít vyrábět a podávat nejspíše do roku 2006.

(zdroj: Luděk Zadražil, Časopis Týden)



PROČ JE PROBLÉM NAŠLEHÁVAT SE SUBUTEXEM?

Každý lék má výrobcem doporučený způsob aplikace. To proto, že způsob aplikace ovlivňuje hospodaření s lékem v organismu, a tím i jeho účinnost. Například je-li lék určen k užití ústy (diazepam), je to proto, že začne účinkovat, až když se trávícím traktem dostane do jater. Účinku takového léku tedy dosáhnete snáze při jeho požití ústy než třeba při aplikaci do svalů.

Subutex se užívá sublingválně - nechá se rozpustit pod jazykem. Lék se tak vyhne krevnímu oběhu i játrům, a nedochází tak k jeho metabolizaci. Zkrátka může účinkovat tak, jak má.

Je zásadně nevhodné užívat jehlou přímo do žíly lék (tablety, dražé či lingvety), který je připraven a doporučen pro užití ústy. Kromě toho, že lék nebude účinkovat tak, jak má, tedy splňovat to, k čemu byl vyroben a předepsán, také riskujete, že nadělá víc škody než užitku, např. proto, že tyto léky mohou obsahovat nerozpustné součásti. Ty v případě užití ústy projdou trávícím traktem a vyloučí se stolicí. Při injekční aplikaci ale mohou tyto (někdy jen mikroskopické) částičky způsobit embolisaci (zjednodušeně ucpávání) plicního řečiště. To se nemusí projevit hned, ale postupně může dojít k částečnému uzávěru krevního řečiště v plicích, a tím ke snížené schopnosti plic oksylichit krev. A člověk, jehož plíce nejsou schopny krev dostatečně oksylichit, se pak dusí. Někdy až do konce svého života.



NEJSEM VDANÁ, ALE MÁM DÍTĚ, NA KTERÉ JEHO OTEC NECHCE PLATIT. CO S TÍM?

Otec je povinen přispívat ti na výživu dítěte po dobu dvou let, jak vyplývá ze zákona o rodině (§ 95). Ovšem když se k tomu sám nemá, nedonutí ho k tomu nikdo jiný než soud. Po porodu máš tři roky na to, abys podala soudu návrh na zahájení řízení ve věci přiznání výživného. Soud také určuje, odkdy budeš příspěvek dostávat a kolik peněz to bude. To se odvíjí od toho, co soud uzná za tvoje odůvodněné potřeby. Otec dítěte by ti měl přispět i na výdaje spojené s těhotenstvím (ano, např. těhotenské oblečení nebo léky, ale trochu nelogicky už nemusí platit za výbavičku pro dítě).

ŽÍLY VI.

Jsme na konci šestidílného seriálu o nejrizikovějším způsobu aplikace drog. Jeho cílem bylo – jak jinak - vás poučit, takže si na závěr zopakujeme to nejdůležitější.

Nejbezpečnější je drogy neužívat. Pokud si nemůžete pomoci, volte bezpečnější způsoby užívání. Lepší je šňupat nebo kouřit z alobalu než si píchat roztodivné směsi do žíly. Pokud si ale nemůžete pomoci, snažte se alespoň minimalizovat dopady na vaše zdraví.

Váš život nejvíce ohrožují:

Předávkování: pamatujte, že heroin, rohypnol a jiná sedativa (ale i pervitin) v dávkách, na které tělo není zvyklé, mohou zabít. Účinné množství látek v těchto drogách dostupných na černém trhu se mění, proto vždy testujte sílu drogy a nikdy si dávku nedávejte najednou. Kombinace drog riziko předávkování ještě zvyšuje.

HIV a žloutenky: přenáší se kromě pohlavního styku také krví. Všechno náčiní, které používáte při aplikaci

drogy do žíly (stříkačka, lžice, škrtdlo, filtr), by mělo být vaše vlastní, čisté a to, co je v přímém kontaktu s vaším krevním oběhem (jehla, voda, kyselina), dokonce sterilní.

Každý vpich do žíly a vpravování toho, co jste rozdělali na lžiči, do krevního oběhu je zásahem do organismu. Každá rána se musí zahojit, proto jí k tomu dejte čas, střídějte místa vpichu. Když drogu rozděláváte, pamatujte na to, aby v ní bylo co nejméně součástí, které mohou vašemu krevnímu řečišti uškodit. Nikdy si nerozdělávejte tablety obsahující příměsi, které se nikdy nerozpustí. Přidávejte minimální možné množství kyseliny, naopak používejte hodně vody - čím je tekutina řidší, tím lépe se s ní vaše žíly vyrovnají. Používejte čisté (!) a ostré jehly - čím menší rána k hojení, tím lépe. Vpich vedťe šikmo k žíle, nikoli kolmo. Drogu vpouštějte po proudu krve, tedy směrem k srdci.

Při samotné aplikaci dodržujte tento postup:

1. umyjte si ruce antibakteriálním mýdlem
2. alkoholový tampón používejte jen před vpichem
3. přetřete místo vpichu jedním směrem a jen jednou
4. počkejte, až alkohol zaschne
5. alkoholový tampón je jen na jedno použití
6. po aplikaci použijte sterilní čtvereček buničiny, přes něj místo na 5 minut silně zmáčkněte
7. místo aplikace přelepte sterilní náplastí
8. později jej natřete krémem
9. použitou jehlu bezpečně zlikvidujte, vraťte na ni víčko a vyměňte ji v káčku nebo u teréňáků, kteří ji nechají odborně zničit

A na závěr: Zvolit si životní styl injekčního uživatele drog je opravdu riskantní volba. Dožijete-li se doby, kdy si budete chtít vybrat nějaký bezpečnější způsob života, budete potřebovat tělo, které nebude zdevastované. Jsou cesty, jak si fyzické zdraví i při tomto životním stylu poškodit co nejméně. Teď už víte jak...

blko





KPZ

Město je džungle a v džungli je třeba být připraven na případná nebezpečí. To by vám potvrdil každý skaut. Správný skaut totiž nikdy nevyleze z domu bez kápézetky - krabičky poslední záchrany.

A tak jako každý správný skaut vlastní kápézetku, měl by mít i každý svědomitý uživatel drog svůj penál pro všechny případy. A co by měl takový penál, případně pevná krabička, která se neotevře a nevysype do kapsy nebo batohu, obsahovat? Určitě to, co tam mají i skauti, tzn. náplast, sichrhajcku a zapalovač. A potom prezervativ, kyselinu, čisté (!) buchny / inzulinku, nasazovačku, konzelíny, alkoholové tampony, vodu, buničinu, filtry, škrtidlo, lžičku, náplasti, ketazon, popř. heparoid. Pak tě džungle nemůže dostat!

KONTAKTNÍ CENTRUM SANANIM

Osadní 2, Praha 7, Tel.: 283 872 186

Provozní hodiny: po-ne 8:00 – 21:00

(Kontaktní místnost: 15:00 – 19:00)

výměnný program, poradenství, individuální terapie, zajišťujeme detox i léčbu, hygienický a potravinový servis, sociálněprávní poradenství, krizová intervence.

DROP IN

Karolíny Světlé 18, Praha 1, Tel.: 222 221 124

Provozní hodiny: po-čt 9:00 – 17:30, pá 9:00 – 16:00

výměnný program, poradenství, individuální terapie, sociálněprávní poradenství, krizová intervence.

ESET-HELP

Donovalská 1862, Praha 4, Tel: 272 922 718, 272 920 297

Konzultační centrum:

- individuální a skupinová terapie, sociálněprávní poradenství

Buňka u metra Opatov:

- výměnný program, potravinový servis, poradenství

Provozní hodiny: po – pá 17:00 – 20:00

KONTAKTNÍ CENTRUM PLZEŇ

Haviřská 11, 301 00 Plzeň,

Tel.: 724 003 934, Fax: 377 421 034

Provozní hodiny: po-pá 10:00 – 18:00

Kontaktní místnost: 13:00 – 16:00

poradenství, individuální terapie, terapeutické skupiny, primární prevence, výměnný program (tel.: 602 458 626)

KONTAKTNÍ CENTRUM BRNO

Vídeňská 3, 639 00 Brno,

Tel.: 543 249 343, Fax: 543 246 524

Provozní hodiny: po-čt 9:00 – 18:00, pá 9:00 – 15:00

výměna jehel, hygienický servis, sociální a terapeutická pomoc

KONTAKTNÍ CENTRUM HRADEC KRÁLOVÉ

Okružní 699, 500 02 Hradec Králové,

Tel.: 495 515 907 Fax.: 495 515 907

Provozní hodiny: 8:00 – 19:00

kontaktní práce, terénní programy, zdravotnický servis,

výměnný program, testy, rodičovské skupiny

KONTAKTNÍ CENTRUM LIBEREC

Rumunská 5, 460 01 Liberec,

Tel.: 482 710 279, 482 424 360, Fax.: 482 710 276

Provozní hodiny: 15:00 – 19:00,

možnost volat od 11:00

výměnný program, testy – HIV, sociální servis,

krizová intervence

KONTAKTNÍ CENTRUM ÚSTÍ NAD LABEM

Stará 1, 400 01 Ústí nad Labem, Tel.: 475 211 483, 475 210 626

Provozní hodiny: 14:00 – 18:00, možnost volat od 7:00

výměnný program, testy gravidity, terapie pro rodiče,

terénní programy, sociální práce, primární prevence

S E Z N A M D E T O X I F I K A C E

PL Apolinář, Apolinářská 4, Praha 2, 120 00, Tel: 224 91 31 19, PL Bohnice, Ústavní 98, Praha 8, Tel: 284 01 62 31 (331) – pavilon 31 – Pro muže, 284 01 66 55 – pavilon 8 – Pro ženy, Nemocnice Na Mičáncích, Na Mičáncích 2, Praha 10, Tel.: 267 16 83 70 – 1f, FN Plzeň, Alej Svobody 80, Plzeň, 304 60, Tel: 197 103 111, Nemocnice Most, ul. J. E. Purkyně, Most, 434 01, Tel: 356 172 109, (356 172 134 – lékařka), Masarykova nemocnice Ústí nad Labem, Ústí nad Labem, 400 07, Tel: 475 683 126, 475 683 127, 475 683 133 (lékařka), Nemocnice Liberec, Husova třída 10, 460 00 Liberec, Tel: 485 312 229 PL Brno, Húskova 2, Brno – Cernovice, 618 32, Tel: 548 123 339 (548 123 111 – ústředna), FN Motol, V úvalu 84, Praha 5, Tel.: 224 436 950-1 (jen s podezřením na žloutenku).