

ČERVEN 2002



Dekontaminace

Pro sekundární a terciární prevenci drogových závislostí

Časopis o. s. SANANIM. Jen pro vnitřní potřeby. NEPRODEJNĚ



ČÍSLA PO ČESKU

Rozsáhlý výzkum PAD mimo jiné zjistil, že v České republice je mezi třiceti a pětácti tisíci problémových uživatelů drog. Hygienická stanice hlavního města Prahy zase zjistila, že více než polovina klientů, kteří se zaregistrovali teprve loni (!), užívá drogy injekčně. Skoro třetina z nich si píchá denně. Nejvíce zneužívají stimulantia (48%), hned po nich opiáty (30%).

Lékařům se minulý rok dostalo do ruky 1 183 předávkovaných. 31 z vás loni na následky intoxikace zemřelo – 17 lidí se předávkovalo heroinem a 5 toluenem (!?!).

Mezi 551 HIV pozitivními v ČR je 21 injekčních uživatelů drog.

Slouží vám téměř 250 léčebně–kontaktních zařízení, ročně se u nás vymění přes 2 milióny injekčních stříkaček

A to českou společností něco stojí, například v roce 1998 činily společenské náklady na zneužívání drog skoro tři miliardy korun.

Při pohledu na „drogová čísla“ se dá říci, že v tomto směru míříme do Evropy celkem svízně.

PS: Od příštího čísla zdvojnásobíme náklad Dekontaminace.

OBSAH:

2 Úvodník 4-5 Most pro nácitěle 6-7 Extáze: Odpustek, nebo prokletí?
8-9 XTC - Pár postřehů pro všechny, co se mají rádi 10 Z tisku II Od nového roku
nové tresty 12 Nejbližší šlehárná? Frankfurt... 14-15 Kam se mnou? 16-17 Stalo se
18-19 Rohypnol 20 Recenze: Traffic 21 Judra, Mudra 22-23 Žily IV.

FOTKY

Byl večer. Za okny mého pokojíku už se proháněl vítr, co byl ještě včera v ruských stepích. Okna úřadu, co je přes ulici, už nesvítla a já jsem byl o to víc sám. Vzal jsem do ruky knížku, jednu z mnoha co doma mám, a chystal jsem se číst. Mezi listy cosi zašustilo a k mým nohám dopadla malá obálka z bílého papíru. Odložil jsem knihu, zdvihl obálku ze země a otevřel ji. Byly v ní čtyři malé fotografie, jaké se dělají na pas. Rozsvítil jsem stolní lampu a položil pod ni fotky. Ze všech čtyř obrázků se na mě dívala stejná tvář. Pohublé líce a poněkud křečovitý úsměv, se kterým kontrastovaly smutné, propadlé oči. Ten člověk na fotkách měl na sobě moji bundu. Nebudu tě dlouho napínat. Byl jsem to já.

Vůbec si nevzpomínám, že bych se nechal fotit v těch letech, co jsem bral. Díval jsem se na sebe o několik let mladšího a hlavou mi běžely vzpomínky na to, co jsem tehdy prožíval.

Klára ležela vedle mě v posteli a já ve tmě slyšel její oddechování. Čekal jsem, až usne. Slíbili jsme si před pár dny, že už nebudeme brát. Teď jsem tady ležel a bylo mi fuk, že se chystám podvést holku, kterou miluju. Zdálo se, že spí. Potichu jsem se vysoukal z postele, potmě jsem se oblékl a dal si pozor, aby za mnou dveře neklaply moc hlasitě.

Díval jsem se na fotku a najednou jsem nemohl pochopit, jak jsem to mohl vůbec dělat. Jako bych to tehdy ani nebyl já. Bylo mi z toho smutno. Styděl jsem se sám za sebe a zároveň jsem cítil úlevu, že to mám už za sebou. Cítil jsem radost z toho, že se můžu čistýma očima dívat na svět kolem sebe i na tyhle fotky, co mi připomínají to divné období v mém životě.

Michalovi, co jsem od něj kupoval, jsem sice už před týdnem řekl, že končím, ale nevypadal vůbec překvapeně, když mě viděl vcházet do hospody. Snad mě čekal. Kolik už asi viděl lidí, co pořád říkají, "končím, kámo!", aby se znovu a znovu vraceli pro ten zatracený prášek. Stačilo, abychom se na sebe podívali, a věděli jsme, o co běží. Šel jsem rovnou na záchod a ještě jsem stačil koutkem oka zahlédnout, jak Michal vstává od stolu.

Vzpomněl jsem si, že mám v zásuvce podobnou obálku s fotkami z nedávné doby. Našel jsem ji a jednu z těch nových fotek položil vedle staré. No nazzdar! To teda je rozdíl! Vedle kluka na chcičnutí se objevil dospělý chlap. Oba obrázky musely být pořízeny během čtyř let a to není moc dlouhá doba. Ty tváře na fotografiích mají mezi sebou ale věky.

Jel jsem v tom už skoro týden. Bylo mi čím dál tím víc blbě, ale furt jsem to do sebe sypal, i když jsem věděl, že už to nikdy nebude takové, jako když jsem začal. Ještě jednu lajnu. Udělalo se mi zle. Naprosto mně opustily všechny síly. Asi umřu. Nemohl jsem ani vstát. "Jitko", zasípal jsem do vedlejšího pokoje, "zavolej sanitku!" Zdechnout se mi ještě nechtělo. "Cože?" Jitka nic nechápe. Neví, že beru. Zaškemral jsem: "Je mi fakt blbě, zavolej tu sanitku! Prosím!"

Sesypal jsem ty fotky do jednoho pytlíčku, uložil je do zásuvky a nalištoval stránku, kde jsem včera přestal číst.

Redakce:
Silvie Prombergerová
Ivona Ročárková
Daniel Tlaska
Radka Prášilová

**Grafická úprava,
produkce a tisk:**
www.print-house.cz

Kontakt:
Terénní programy
Novovysočanská 604A
Praha 9, 190 00
Tel.: 02/684 16 59

náklad: 2 000 ks.

Ivan

MOST PRO NÁCTILETÉ

Když začne téct do bot, je každá rada drahá. Snad pomůže pár zkušeností shrnutých v rozhovoru s Martinem Hajným, který se vašimi problémy zabývá tak říkajíc profesionálně. M.O.S.T., kde pracuje, je zaměřený na léčbu uživatelů POD DVACET.

Pod jak dlouhé době brání se k vám lidi dostávají?

Mají za sebou v průměru dva roky brání, které se dá označit za pravidelné. Občas se objeví někdo už po půl roce brání, ale ten většinou s myšlenkou na léčbu teprve koketuje.

Co je nakonec tím bezprostředním důvodem, proč se rozhodnou abstinovat?

Dost často je to pod tlakem rodičů, kteří se vzchopí a začnou tak říkajíc dělat problémy. U lidí, kterým je sedmnáct nebo osmnáct, je to docela výrazný motiv, zvlášť u těch, kteří nebyli zvyklí, že jim rodiče vůbec mluví do života. Rozhodují se často ve chvíli, kdy začíná selhávat „normální“ život, kdy je vyrazí ze školy a přitom oni ještě mají o školu zájem. Někdy v tom hrají roli i partnerské vztahy. To jsou vnitřní důvody, kromě chuti na drogu mají chuť zažít i něco jiného a mají pocit, že by toho mohli dosáhnout. U dospělých už třeba škola roli nehraje.

Jaký problémy kromě chuti na drogu mívají nejčastěji?

Na prvním místě jsou to nedotažené zdravotní problémy. Řada lidí se bojí laboratorních vyšetření - tuší třeba, že mají céčko, ale vlastně to nechtějí vědět. Druhý okruh, i když ne nejdůležitější, jsou administrativní věci, často doklady.

K čemu doklady potřebují?

Už jen kvůli kontrolám. Nebo uvažují o tom, že by cestovali, ale nemají pas. Nemají ani legitku na autobus, takže neustále prchají před revizorem, nebo před ním už ani neprchají a jejich rodiče pak listonoš zásobuje obsílkami, což k pohodě v rodině také nepřispívá. Ale doklady nejsou to hlavní. Největší překážky nastávají v jednání se

školami a případně při hledání práce. Tam začínou narážet na to, že vlastně nemají žádnou kvalifikaci, a nechce se jim přijímat podřadnou práci. Pak se dost často stahují zpátky do neřešení a odkládání věcí, a tím pádem také k dalšímu brání. Oni sami považují za podstatné hlavně rodinné problémy.

V rodině to většinou pořádně skřípe. Daří se to slepit dohromady?

Na začátku léčení většinou přichází období, jak tomu říkáme, zamilovanosti, okouzlení. Najednou to vypadá, jako by všechno šlo. Objevuje se naděje, perspektivy. Klienti se vracejí ve vzpomínkách k tomu, co bylo. To je samozřejmě do jisté míry iluze, i když oboustranná. Záleží také na individualitě rodičů. Většinou to s jedním z nich mají horší - táta se po nějakých těch krádežích doma zatvrdí víc než máma. Kri-tic-



ké období nastává ve chvíli, kdy začnou zjišťovat, že samotnou abstinencí se nic nezměnilo. Je to jen předstupeň, aby spolu rodina vůbec komunikovala. Podle našich zkušeností konzultace s rodiči vytváří relativně neutrální prostředí, kde se můžou otevřít věci, o kterých se ještě nikdy nemluvilo. Přitom nic nemusí řešit okamžitě, což si normálně doma člověk nemůže dovolit. Musí už předem zvážit, jak ten druhý bude reagovat, jestli náhodou nepráskne dveřmi a příště nezarází kapesné.

Najdou nakonec lidi, kteří se u vás léčí, k rodičům cestu?

Dočasně určitě. Ale někdy to sblížení slouží jen tomu, aby si obě strany uvědomily, že to stejně dlouho nepůjde. Protože byt je pořád stejně malý a dvě kultury se tam prostě nevejdou. Ale nejsou to neřešitelné věci.

Dostávají se do situace, kdy soužití s rodiči není možné, i lidi pod 18?

Extrémní jsou situace, kdy rodiče pijou nebo fetu-
jou sami. Když se s jedním z nich dá nějak vyjít, samozřejmě budujeme na tom, co je. Většinou je to matka. Často pracujeme se sociálkou, aby matka nebyla závislá na nepravidelném příjmu manžela. Ale když je to s rodinu opravdu hodně špatné, zůstává spousta důvodů, které mimo jiné vedou i k braní. Měli jsme nedávno případ čtrnáctileté holky, která se neměla kam vrátit, respektive tam, kam by se vrátila, byly drogy přímo v bytě. Pro ni jako by v léčebném systému nebylo místo. Nakonec sama požádala sociální pracovníci o ústavní výchovu. Podstatné na tom bylo, že si to vybrala sama. Ale řada situací vypadá beznadějně spíš jen z perspektivy ulice a očí přivřených heroinem.

A co škola? Je těžké vrátit se?

Samozřejmě to zna-

mená zvyknout si na každodenní dril, jako je vstávání, snášení nepříjemných kantorů a tak. Samotné dohánění učiva nebývá tak velký problém. Když se jedná o přerušení na krátkou dobu, dejme tomu do tří čtyř měsíců, škola většinou umožní individuální studijní plán. Člověk v léčbě do školy nechodí a je omluvený, ale častěji se vrací na začátek ročníku, ze kterého vypadl. Problémy jsou spíše se zvládním vztahů ve třídě. Ze začátku to může být drsnější, je potřeba se na to připravit, mít svůj okruh známých, kteří budou dotyčného podporovat a na které se bude moci obrátit. V tomhle bych viděl větší úskalí než v množství učiva.

Je lepší vrátit se do stejné školy, nebo přestoupit na jinou?

Má to svoje výhody i nevýhody. Jsou třídy, které člověka po návratu podrží, a jsou třídy, které ho potopí. Je docela dobrý zvážit, kam se vlastně budu vracet. Například kolik lidí ve třídě fetuje. Někdo si třeba řekne: tam nemůžu, Tereza přece fetuje. Jenže Tereza už mezitím může být dávno v léčebně. Většinou se taky předem sejdou s třídním, osahají si to.

A co trable s láskou?

Partnerské vztahy jsou asi základní problém. Když jeden z partnerů bere dál a ten druhý se k němu po léčbě vrátí, představuje to velkou pravděpodobnost, že začne znovu brát. Je to jeden z důvodů relapsu nebo spíš recidivy. Ono ne náhodou člověk vstupuje do vztahu, který bývá s drogami propletený. V léčbě ho pak vedou k tomu, aby si uvědomil, proč třeba opakoval takovou sérii vztahů a jestli v tom chce zůstat. I když pro sedmnáctiletou holku je to možná lehčí než pro čtyřicetiletou ženu, která má za sebou několik manželství s alkoholikem.

Co byste vzkázal lidem, kteří jsou teď na ulici?

Aby si bez jakýchkoli morálních soudů a výčitek zkusili co nejčastěji uvědomovat, co žijou a jací jsou. Aby si co nejméně všimli toho, co dělají, jak myslí a co cítí.

Kontakt na M.O.S.T. najdete v rubrice Profil zařízení.

rap

EXTÁZE: ODPUSTEK, NEBO PROKLETÍ?

Nebudeme to protahovat. Extáze zaplavila republiku a vy se na tý vlně vezte taky. A v poslední době docela dost. Mícháte ji se svými stájevými drogama a přitom netušíte, co takovej mix vůbec dělá.

To, že extáze rovná se různě barevná tableta s vylišovaným obrázkem, víte sami. To, že účinná látka je MDMA neboli 3,4 methylenedioxyamfetamin, což je odvozenina amfetaminu se všemi jeho účinky, asi taky. A co třeba jak funguje? Nebo proč někdy nefunguje? A co dělat, když funguje moc?

MDMA je něco jako hrázný, který uvolňuje stavidla rybníku. Způsobuje masivní vylití serotoninu (hormon, který reguluje náladu) a dopaminu (psychostimulátor) z tkání a mozku. A když říkáš masivní, tak myslím opravdu masivní – množství těchto látek v mozku se rázem sníží až o 80 %.

Co to s vámi udělá, víte nejlíp – ostatně právě kvůli těmhle pocitům to berete. Doprovodné projevy jako svírání čelistí (pomůže žvýkačka), pocení, sucho v ústech, zvýšení tepové frekvence, bušení srdce, hyperaktivita, někdy zvracení a bolesti svalů jsou nutnou obětí umělé pohody.

KAŽDEJ PES JINÁ VES

Problém je v tom, že **co kus, to jiné účinky a jiná rizika**. Obsah MDMA v tabletách prodávaných u nás se pohybuje mezi 50 až 150 mg, výjimkou nejsou ani pilule se 160 mg účinné látky. Záleží pak na tělesné hmotnosti i fyzickém vybavení, jak se s dávkou tvoje tělo vyrovná.

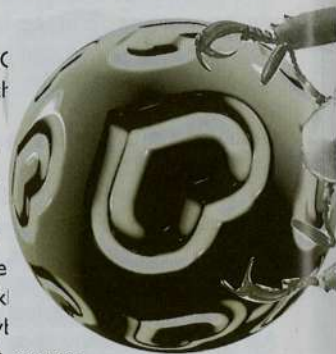
Prožitek ale zdaleka nesouvisí jen s velikostí dávky. Život komplikují zejména příměsi. Nejčastěji to jsou amfetaminy a jejich deriváty, metamfetamin, efedrin, kofein, benzodiazepin nebo ketamin (veterinární anestetikum, které zpomaluje vnímání a frekvenci dechu, vyvolává halucinace, vede až k mentálním poškozením a silné psychické závislosti). K nejnebezpečnějším přímě-

sím patří DOM, DC a PMA, takže o nich něco více:

DOB je silný halucinogen, který v nízkých dávkách vyvolává pocity sounáležitosti. Je dost silný – obvyklá dávka se pohybuje v rozmezí 1 až 5 mg, smrtelná dávka je 15 mg. Nabíhá teprve po 3–4 hodinách a účinek trvá 24 hodin. Proto **NIKDY NEBER** další extázi, když se účinek nedostaví do tradičních 30–60 minut – může v ní být DOA a můžeš se snadno předávkovat.

DXM (dextromethorfan) se používá na kašel. Ve vysokých dávkách vyvolává halucinace, mimotělní pocity apod. Protože DXM i MDMA rozkládá stejný jaterní enzym, znamená to pro játra dvakrát tak vyšší zátěž snížit množství těchto dvou látek na přijatelnou úroveň. Zvyšuje se riziko předávkování, kolapsu organismu a úmrtí. Po tabletě, která obsahuje DXM, často přicházejí závratě, svědění kůže, neschopnost tancovat. **Dostaví-li se takové pocity, rozhodně NEBER** další tabletu.

PMA (parametoxamfetamin) má podobné účinky jako LSD nebo MDMA, ale pro svou hod-



ČOKOLÁDOVÁ EXTÁZE

ně vysokou toxicitu se nikdy nestal populární drogou. Intoxikace se projevuje nevolností, zvracením, zvýšeným tepem, horečkou a křečemi svalů. Účinek se dostavuje po 45–120 minutách, takže opět můžeš nabyt dojmu, že extáze, kterou jsi si dal, byla slabá. Jestli se nechceš předávkovat tímhle humusem, který se k MDMA přidává, nebo jej dokonce úplně nahrazuje (protože jeho výroba je levnější), **NEBER další piluli.** Jsou prokázána úmrtí na extázi, která obsahovala PMA – například před rokem v Plzni... Takové tablety byly zachyceny už i ve Švýcarsku, Rakousku a Polsku. Je otázkou času, kdy dorazí k nám. Na internetu jsem

dokonce našla popis tablet, které místo MDMA obsahují jen PMA: údajně jde o bílé nebo žlutohnědé Mitsubishi, pilule je tlustší a větší co do průměru (7 mm) než klasická tableta.

Dalším problémem je **falšování tablet.** To, že se vám některá pilule osvědčí, neznamená, že podruhé koupíte to samé zboží, i když má stejný obrázek a barvu. Jakmile se totiž nějaká tableta stane populární, do měsíce ji většinou následuje záplava podomácku vyrobených falsifikátů, jejichž obsah může být vážně nebezpečný.

Pokud jde o **kapsle**, berou je jen sebevrazi. Díky tomu, že jdou snadno otevřít, do nich kdokoli může cokoli přidat, a uživatel to nemá šanci poznat. **NIKDY NEBER KAPSLE.**

Předávkování se projeví vysokým krevním tlakem a tepovou frekvencí, omdlěním, křečemi svalů, panikařením. V takovém případě si zalez na klidné větrané místo, rozepni se, dej si džus nebo vodu a odpočívej. Omdleného člověka polož do protišokové polohy (na záda, nohy nahoru).

ira

10 lžic středně sladkých čokoládových lupínků (nebo nastrouhané čokolády)

1/2 másla

10 žic cukru

4 vejce (zvláště žloutky a bílky)

2 lžičice mouky

1 smetana ke šlehání

poleva:

20 lžic čokoládových lupínků

1/2 smetany ke šlehání

2 lžičky instantní kávy

malinová marmeláda

Rozpuště dohromady máslo a 10 lžic čokoládových lupínků. Odstav a nechej vychladnout. Umixuj do hladka 10 lžic cukru, 4 žloutky a 2 lžičice mouky a přidej vychladlou čokoládovou směs. Dobře smíchej.

Z bílků umixuj tuhý sníh a jemně zapracuj do čokoládové směsi. Hmotu rovnoměrně nalij do formy a dej péct (18 minut).

V troubě se koláč pěkně nafoukne a po vyndání zase klesne. Nechej ho vychladnout a poté potří slabou vrstvou malinové marmelády. Navrch rozetři do tuha ušlehanou šlehačku a dej do ledničky.

Mezitím rozpuště na mírném ohni 1/2 smetany, instantní kávu a 20 lžic čokoládových lupínků. Až je směs pěkně hladká, odstav a nechej vychladnout. Dobře ji promíchej a pak rovnoměrně nalij na horní (šlehačkovou) vrstvu koláče.

Tuhle čokoládovou extázi skladuj v ledničce.

XTC: PÁR POSTŘEHŮ PRO VŠECHNY, CO SE MAJÍ RÁDI

Extázi rozhodně neber, jestli

- máš vysoký krevní tlak
- srdeční arytmií (extáze zvyšuje srdeční frekvenci až o 30 úderů za minutu)
- máš problémy s játry nebo ledvinami
- máš zvýšenou funkci štítné žlázy
- bereš antidepresiva
- jsi těhotná (stejně jako po jiných drogách můžeš potratit, poškodit plod nebo předčasně porodit)
- kojíš

Když jsi na extázi,

- **nezapomeň pít**, nejlépe minerálky a ovocné džusy; nedostatek tekutin (dehydratace) může způsobit smrt, ale s pitím to zase nepřeháněj
 - při přemíře tekutin může dojít k otoku mozku
- **ochlazuj se** na čerstvém vzduchu, větrej; extáze sama o sobě zvyšuje tělesnou teplotu (tzn. i bez toho, že bys zrovna zběsil tančil) a potlačuje pocity tepla a zimy; teplota ti může vystoupat až na 42°C (!), čímž se jednak začneš ztraceně potit, a ztrácet tak množství tekutin a minerálů, a jednak se ti v krvi začínou vytvářet sraženiny a můžeš vnitřně vykrváčet
- **nejip alkohol**, zvyšuješ riziko dehydratace
- **dej si pozor na nechráněný sex**; návaly euforie a všeobjímající lásky tě mohou oblnout natolik, že můžeš zapomenout na rizika sexu bez ochrany, proto si třeba předem připrav do kapsy nebo na viditelné místo kondom a v případě potřeby ho použij
- **buď na sebe opatrný**, máš totiž snížený práh bolesti
- **neřeš svoje vztahy**, nemáš chladnou hlavu a jsi náchylnější k různým obviňováním, příznáním, zpovědím, pro partnera ne vždy příjemným

Kombinování extáze s

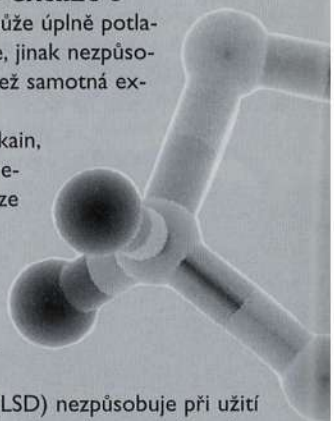
- **marihuanou** může úplně potlačit účinek extáze, jinak nezpůsobuje jiná rizika než samotná extáze
- **stimulanty** (kokain, amfetaminy) je nešmysl, když extáze stimuluje sama o sobě
- **sedativy** (opiáty) se absolutně nedoporučuje
- **halucinogeny** (LSD) nezpůsobuje při užití malé dávky další rizika než samotná extáze
- **antidepresivy** je smrtelná

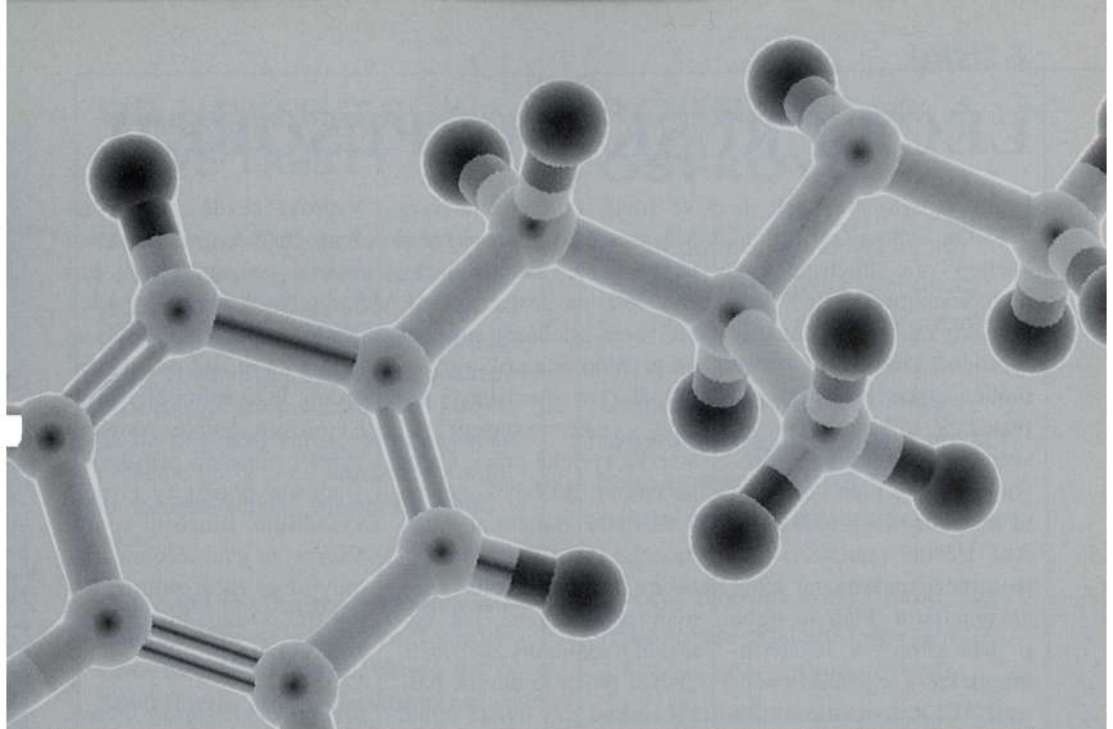
Po požití

Následné pocity deprese, úzkosti a smutku, které na většinu uživatelů extáze dolehnou následující den, jsou logické. V podstatě vyčerpáš najednou dávku dobré nálady, kterou ti tělo denně přiděluje, a ve dnech po užití extáze máš prostě „vybráno“. A než se hladina serotoninu zase ustálí, pár dní to trvá. Proto ta špatná nálada...

Co ještě můžeš extázi připsat na vrub? (a tohle nejsou kecy...)

- dlouhodobé ohrožení paměti
- snížení verbální i vizuální výkonnosti, pozornosti, schopnosti argumentovat a učit se
- narušení psychické jednoty, což se projevuje panikařením, depresemi, vidinami
- rozhození menstruačního cyklu
- dočasné zkrácení spánku
- záchvat, jsi-li epileptik





TESTOVÁNÍ EXTÁZE

Otestovat si tabletu je nejlepší způsob, jak obejít rizika. Jo, jde to i v Česku. Vypuklo to před dvěma roky v Brně, kde sdružení Podané ruce začalo na parties nabízet bezplatný test extáze. K nim přibýly další adresy v Brně, Olomouci a Praze. Tady jsou.

Kontaktní centrum Drug Azyl

Vídeňská 3, Brno
E-mail: drugazyl@iol.cz
Telefon: 05/43 21 08 02

Kontaktní centrum Walhalla

Sokolská 48, Olomouc
E-mail:
Tel.: 068/522 00 34

o.s. Cesta, Street club – pouze pátek
16.00–17.00

Na Rybníčku 14, Praha 2
E-mail:
Tel.: 0606/265 016

SOUZNI PO SÍTI

[www.lf3.cuni.cz/drogy/
tablety/XTC.htm](http://www.lf3.cuni.cz/drogy/tablety/XTC.htm)

Tady najdeš obrázky 120 tablet (vyfocených ze tří stran) a chemickou analýzu jejich obsahu (množství účinné látky a příměsí). Databázi vytvořila skupina lidí z Ústavu farmakologie 3. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy z tablet sebraných za poslední dva roky v Praze a okolí. Stojí za to.

www.extc.cz

Sem můžeš poslat anonymní dotaz týkající se extáze. Odpoví ti lidi z brněnského sdružení Podané ruce.

www.drogovaporadna.cz

Tady dostaneš odpověď od lidí ze SANANIMu.

www.drogmem.cz

Tady si můžeš o extázi jen tak počít.

LÉČBA RUSKÝM ZPŮSOBEM

Protidrogová prevence je v Rusku stále ještě v plenkách. V oficiálních telefonních seznamech mladí lidé kontakty na krizové poradny nenajdou a informace o nich mohou získat jenom za poplatek. V televizi a časopisech pro mládež se o drogách mluví jenom ve spojení se zločinem či mafiemi... Ani léčebná sanatoria nejsou mezi narkomany zrovna populární. Platí to třeba o jisté klinice v Jekatěrínburgu, který je jedním z center ruské narkomafie a také městem s největším počtem lidí nakažených virem HIV.

Ve zdejší klinice s názvem Město bez drog se používají velice kruté metody léčby závislosti na drogách. Lidé, kteří sem přicházejí, jsou už od prvního dne přikurtováni k lůžku ve speciálních celách a také vystaveni bití a těžké fyzické práci. Často po takové „léčbě“ končíávají s vážnými zraněními v nemocnici. Podle zakladatelů centra je fyzická bolest jediným prostředkem, jak odnaučit narkomany závislosti. „První týden je bijeme pásky, dokud jim hýždě úplně nezmodrají,“ vypráví jeden ze zakladatelů kliniky Igor

Vavrov. „Lidé závislí na drogách jsou zvířata, která ztratila veškerý smysl pro hodnoty. Takhle si budou přišť vzpomínat spíš na bolest z bití než na shánění drogy. Je to velmi efektivní. Nemůžete tenhle problém vyřešit mírnými prostředky – musíte použít ty tvrdé,“ vysvětluje filozofii centra Vavrov. O jeho léčebné metody už se začal zajímat nejen tisk v západní Evropě, ale i policie.

*převzato z časopisu Týden,
autorka Jana Ustohalová*

Že by?

V listopadu loňského roku se objevila nejnovější studie meziresortní protidrogové komise. Hodnotí dopady protidrogové novely platné od roku 1998. Podle této studie novela přinejmenším nesplnila očekávání: neklesl počet uživatelů drog ani se nesnížila jejich dostupnost. Přitom stíháno bylo 235 lidí a stát za to zaplatil celkem 37 milionů korun.

Zároveň se nepotvrdily ani názory odborníků varujících před zneužíváním novely

proti drobným uživatelům marihuany. Šéf protidrogové komise Josef Radimecký ale nově vyčítá jinou věc: „Policie se zaměřila na držitele cannabisu nebo na výrobce pervitinu, kteří operují v malých skupinkách, což umožnilo prodejcům heroinu rozšířit své aktivity u nás. Využili dočasný nedostatek třeba pervitinu v určitých územích.“ Proti tomu ale protestuje Jiří Komorous, šéf Národní protidrogové centrály, podle kterého jeho muži potírají dealery a výrobce všech drog bez rozdílu. Prý bylo dokonce vydáno i doporučení

oblastní policii, aby se nezaměřovala na kuřáky jointů. Nevím, proč se mi teď vybavují příběhy několika lidí, kteří strávili za pár špeků měsíce ve vazbě, odkud je dostala teprve prezidentova milost...

Každopádně studii si přečetla vláda a rozhodla, že drogy budou rozděleny do skupin podle společenské a zdravotní nebezpečnosti. Což bude znamenat mírnější tresty za držení měkkých drog. V případě dealování a výroby tvrdých drog se pochopitelně nic nemění.

*podle MF Dnes zpracovala
ira*

OD NOVÉHO ROKU NOVÉ TRESTY

Od 1. ledna 2002 se zvyšuje hranice mezi trestným činem a přestupkem z 2000 na 5000 korun.

Co to znamená? Krádež věci v hodnotě do 2000 korun byla dosud posuzována jako přestupek, nad 2000 korun už šlo o trestný čin se všemi důsledky: ohledání místa činu, sepsání protokolu, zahájení stíhání, sdělení obvinění, vězení...

Od ledna je jako trestný čin posuzována teprve krádež věci v hodnotě nad 5000 korun, škoda do 5000 korun je jen přestupkem.

Nové zákony také umožňují nové tresty, aby pachatel nemusel automaticky skončit ve vězení. Například je možné podmíněčně odložit trest do tří let vězení (dosud to bylo jen do dvou let vězení). Odsouzený ovšem bude muset být pod drobnohledem probačního úředníka. Počítá se i s častějším využitím alternativních trestů v případě mladistvých.

ira

POKROK NA OSTROVĚ?

Britští politici vyzvali vládu, aby rozšířila své plány na liberalizaci protidrogových zákonů. Ve zprávě výboru pro vnitřní záležitosti Dolní sněmovny se uvádí, že užívání extáze by mělo být považováno za menší trestný čin než užívání tzv. tvrdých drog.


Zpráva zároveň vyzývá vládu, aby následovala příkladů Nizozemska a Švýcarska a poskytla osobám navyklým na heroin místnosti, kde by si ho mohly aplikovat. Tím by se mělo podařit dostat osoby závislé na heroinu z městských ulic. Británie se čtvrt miliónem osob drogově závislých patří mezi státy, které mají největší počet narkomanů v Evropě.

převzato z BBC (.co.uk/czech)



WWW.DROGOVAPORADNA.CZ

provozuje občanské sdružení SANANIM

- Anonymní on-line poradna
 - Info o drogách
- 

NEJBLIŽŠÍ ŠLEHÁRNA? FRANKFURT...

Nechci vám brát naději, ale chráněné aplikační místnosti se asi jen tak nedočkáte. Mezi zastupiteli na Praze I je totiž pořád více odpůrců šleháren než jejich příznivců. A nevypadá to, že by svůj postoj hodlali v nejbližší době změnit.

Nejednotný názor členů městské rady Prahy I je znát i z pouhých titulků článků, které na toto téma vyšly v MF Dnes v průběhu posledních osmnácti měsíců.

Před půldruhým rokem jste dostali svou dávku naděje, když vám Evžen Klouček (Drop In) prostřednictvím tisku tlumočil podporu projektu šlehárny ze strany radních.

Hned o měsíc později se ale ukázalo, že radní jsou rozdělení na dva tábory a že prosadit zřízení Centra pro injekční aplikace nebude tak snadné. Při následném jednání zastupitelstva nepomohl ani argument, že např. v roce 1999 zemřelo na předávkování 248 (!) lidí. Pro myšlenku vybudovat v Praze šlehárnu zvedlo ruku pouze dvanact členů. Zapotřebí jich bylo sedmáct... V loňském červnu se naděje na existenci šlehárny opět zvýšila, když zástupkyně starosty v Praze 2 Jarmila Cechnerová vypustila do éteru návrh zřídit pět aplikačních místností.

Listopad ovšem opět zchladil hlavy všem příznivcům kontrolovaného píchání. Radní se o jeden jediný hlas už počtvrté postavili

proti liberální protidrogové koncepci, se kterou přišel náměstek primátora Otta Kerchner. Jeho návrh počítá mj. právě se vznikem šleháren. Podle zastupitelů jsou však prý důležitější přednášky na školách a dostatek aktivit mládeže... "Musíme mladým vysvětlovat, proč se nestat závislými. Rozdávat stříkačky a zřizovat aplikační centra, to je už následek. Město pomáhá narkomanům dost, ročně na to vynakládá asi čtrnáct milionů," řekl MF Dnes Rudolf Blažek z magistrátu.

Podobně vyvažené argumenty má i policie: "Na takové zařízení se jistě navážou dealeri drog...", usuzuje šéf republikové policie Jiří Sellner.

Přitom jenom do konce loňského srpna zemřelo v souvislosti s drogami o třetinu více lidí než za celý rok 2000, z toho rovná stovka na předávkování. Ani to ale nestačí, aby radní svůj názor změnili. Prostě ne, a basta! O existenci šleháren by tak měli rozhodnout v samostatném hlasování, ale naděje jsou opravdu pramalé.

ira

A co si o této neko- nečné a trapně se uzlující kauze myslí stěžejní bojovník za zřízení šleháren v Če- chách, Mgr. Tomáš Zá- branský (LF UP Olo- mouc, Ústav preven- tivního lékařství)? Po- slali jsme mu mail...

Myslíte si, že pražská drogová scéna šlehárnu opravdu potřebuje?

Situace na pražské drogové scéně zcela jistě dospěla do stádia, kdy by zřízení (spíše několika menších než jedné velké) aplikačních místností vyšlo vstříc sociálně nejokrajovějším uživatelům nezákonných drog, pomohlo zlepšit jejich zdravotní stav a snížit riziko smrtelných předávkování.

Pro zřízení takových míst je podle všeho i část obyvatel Prahy, jenže s výhradou "Ne v mé ulici/čtvrti". Frankfurtské a další zkušenosti přitom jasně svědčí o tom, že dokud o vhodnosti takových zařízení nebude přesvědčena širší politická scéna (a to nikoliv díky stanoviskům odborníků, ale díky tlaku obyvatel a především silných komerčních subjektů), nemají na zřízení šanci.

V několika evropských zemích šlehárny běžně fungují. Existují nějaké

výzkumy, co tato aplikační místa přinesla dobrého, případně špatného?

Výzkumů je celá řada z míst, kde byla aplikační místa zřízena: Frankfurt a Hamburg v Německu, několik švýcarských měst, Holandsko, nově Austrálie... Stručně řečeno, všechno je o jasně definované spolupráci a vzájemném respektu. Tam, kde jsou aplikační místnosti vedeny podle daných pravidel, respektovaných personálem i klienty a kde se zároveň podařilo zajistit zvýšenou (!!!) policejní přítomnost v okolí takových zařízení, splnily aplikační místnosti své hlavní cíle. To znamená snížit počet předávkování, především smrtelných, snížit riziko i faktický přenos krevně šířených nemocí mezi uživateli, zlepšit zdravotní i sociální stav uživatelů, snížit klasickou drogovou kriminalitu, významně omezit rušení pořádku veřejným užíváním a výrazně snížit počet volně odhozeného injekčního náčiní.

Naopak tam, kde vznikly šlehárny "divoké", bez jasné institucionální podpory a tak trochu navzdory represivním složkám (např. slavný curyšský Spitzentpark a Peron Null), byly výsledky pro veřejnost i uživatele katastrofální...

Praha I si na toto téma nechala v roce 1999 vypracovat přehlednou analýzu, shrnující pozitivní i negativní zkušenosti ze světa.

Umím si představit, k čemu bude šlehárna dobrá našim klientům, ale bude k něčemu i normálním obyvatelům Prahy?

Viz předchozí odpověď.

for, ira

KAM SE MNOU?

Nebylo ti ještě osmnáct a nevíš, kam jít pro radu, případně kam se jít léčit? Máš několik možností...

Ambulantní zařízení

Do ambulantního zařízení budeš docházet v pravidelných intervalech, a to buď sám, nebo s rodiči. Můžeš se objednat do jakéhokoli AT zařízení, Prev-centra, Trianglu nebo do Denního stacionáře SANANIM.

Pobytové zařízení

Léčbu v pobytových zařízeních poskytují některé psychiatrické léčebny nebo terapeutické komunity. Tady sice nebudou vždycky jen tvoji vrstevníci, ale můžeš se obrátit

přímo na léčbu určenou pro svoji věkovou kategorii. Tou je například pražský **pobytový program M.O.S.T.**, který provozuje **Středisko pro mládež Klíčov** na Proseku. Jde o 8 až 12 týdnů dlouhý pobytový program pro lidi ve věku od 15 do 20 let, kterým užívání drog změnilo život a způsobilo mnoho problémů. Hradí se 65 Kč za den pobytu.

KLÍČOV:

Alternativa –

Středisko pro mládež

Klíčov

pobytová léčba

Čakovická 51, Praha 9, 190 00

Tel.: 684 62 77, 83 88 02 12 – nonstop

kontaktní osoba: MUDr. Ivan Platz

ŘEVNICE:

**Oddělení s výchovně léčebným režimem
pro mládež ohroženou drogovou závislostí**

pobytová léčba

Sádecká 169/31, Řevnice 252 30

Tel.: 02/991 49 00

kontaktní osoba: MUDr. Ivan Platz

Průběh:

Než můžeš na M.O.S.T. nastoupit, absolvuješ takzvanou přípravnou fázi (14–30 dnů). Během ní se musíš dostavit na tři individuální setkání s některým ze zaměstnanců M.O.S.T.u. Teprve potom je možné začít pobytový program.

Během tohoto pobytu, jehož maximální délka jsou čtyři měsíce, můžeš kromě celodenních terapeutických programů absolvovat i víkendové akce v přírodě, vyzkoušet výrobu keramiky, jízdu na koni nebo různé sporty.

Po skončení léčby přijde tzv. následná péče, která trvá 1 až 2 měsíce. Většina času se tráví mimo oddělení a do MOSTu se dochází jen na velké komunity a terapie.

A co léčbou získáš? Lepší a svobodnější rozhodování, jak budeš žít, nést za sebe odpovědnost, užívat si radostí života a řešit životní problémy i ve střízlivosti.

Podmínky nástupu na pobyt v MOSTu:

- věk 15–20 let
- absolvování vstupních pohovorů (tři setkání během dvou až čtyř týdnů)
- u nezletilých souhlas zákonného zástupce
- lékařské vyšetření
- u problémových uživatelů pobyt na detoxifikační jednotce (cca 1 týden)
- negativní výsledek testů na drogy při nástupu
- dodržení času nástupu

Adresa MOSTu: Čakovická 51, 190 00 Praha 9
(10 minut chůze od obchodního domu BILLA)

Tel.: 02/684 62 75, 689 79 29

<http://mujweb.atlas.cz/institute/most/>

Kontaktní osoba: Mgr. Petra Pospíšilová

TRIANGL:

**krizové
centrum**

FTN – pavilon G4,

Vídeňská 800

Praha 4 - Krč, 142 00

Tel.: 6108 4011, 6108 4012,

6108 4444

PREV CENTRUM:

centrum prevence drogových závislostí

Na Folimance 15, 120 00, Praha 2

Tel./fax: 22 56 18 21 – info. linka; 2256 1824;

2256 2119

kontaktní osoba: Petr Flaks, Mgr. Ondřej Počarovský

STALO SE...

V Chrudimi chtěli pracovníci pardubického Kontaktního centra testovat složení extáze na tanečních párty (v Brně se testuje už třetím rokem), ale narazili na tuhý odpor tamní policie. „Pokud s tím začnou, budeme to vyšetřovat,“ strašila chrudimská policejní mluvčí.

Peruánská policie odhalila dvě stovky kuřat nadívaných kokainem směřujících do jedné z nejdůležitějších věznic na předměstí metropole Limy, . Každé z vykuchaných kuřat obsahovalo igelitové sáčky s několika gramy kokainu. Pašerákům se takto podařilo ukrýt celkem 10 kilogramů drogy.

Bez šance jsou bezdomovci, kteří by si snad chtěli schrupnout v areálu Vysoké školy báňské v Ostravě. Po vzoru amerických univerzit si zde zavedli studentskou policii. Ve dne v noci hlídají dvoučlenné hlídky pořádkumilovných studentů v uniformách, kteří absolvovali speciální tříměsíční kurz s policejními lektory. Za jednu službu každý student dostane ze školního rozpočtu 400 korun. Pro jistotu jsou budoucí důlní inženýři vybaveni elektrickými paralyzéry, obušky a spreji. Případného živla zadrželi do příjezdu policie, se kterou škola spolupracuje. Za prvních deset dnů chytili například šest dětí, které užívaly drogy a v uni-

verzitních sklepích načapali sedm spících bezdomovců.

V pražském Klubu v Jelení proběhla výstava obrazů a fotografií klientů a přátel Doléčovacího centra Sananim.

V Litvínově otevřeli nové Kontaktní centrum.

V Thajsku se rozhodli fikaně vyřešit problém s nedostatkem energetických zdrojů. Po celonárodní kampani výroby bioplynu z prasečího trusu thajští úředníci pro energetickou politiku přišli s nápadem získávat bioplyn z lidské stolice. Vězení v Bankoku napěchované vězni je pro tyto účely prý ideálním místem.

Na Národní třídě v centru Prahy zadrželi policisté šestapadesátiletého cizince se sbírkou 200 tablet rohyponolu a diazepamu. Hrozí mu až pět let vězení.

Šestadvacetiletý Emil Novotný se po šesti letech v thajském vězení snad konečně může těšit na cestu domů (respektive do českého vězení). Druhým „navrátilcem“ má být Radek Hanykovic. Poslanci by měli totiž ratifikovat mezistátní dohodu s Thajskem o vydávání

pachatelů. Novotného za pašování drog čeká ještě 42 let dlouhý žalář, Hanykovicovi zbývá 25 let trestu. Smlouva mezi oběma státy byla podepsána již v roce 2000. Nemohla být schválena dříve, protože bylo třeba nejdříve změnit trestní řád. Od letošního roku může být vězněn v České republice člověk déle, než připouští české zákony, pokud tak určí mezinárodní smlouva. Jen s touto podmínkou bylo Thajsko ochotno přistoupit na dohodu, protože v Česku se pašování drog netrestá ani smrtí, ani žalářem na desítky let.

Na Čukotce klesly mrazy v únoru na 62 stupňů pod nulou.

Mexičtí pohraničníci našli ve sklepení osamělého statku u města Tecate vchod do patnáct set metrů dlouhého tunelu. Ten vyústil na americké straně hranice ve velkovýkrmně vepřů rozkládající se za městečkem Tierra del Sol. Podzemní chodba byla vybavena kolejemi s vozíky, elektrickým osvětlením a ventilací a sloužila drogovému kartelu z nedaleké Tijuany k pašování kokainu a běženců. Parta z Tijuany stačila podle amerického Úřadu pro kontrolu narkotik propašovat tunelem do Spojených států kokain a amfetamin v hodnotě několika miliard dolarů.

DX

ESET-HELP = HELPSET

Pro ty z vás, kteří se občas vyskytujete na Jižňáku

Stanice prvního kontaktu (známá jako Buňka) je místem, kde si můžete vyměnit stříkačky, v klidu posedět, dát si kafe, čaj nebo polévku a třeba si i popovídat o tom, co vás zrovna trápí. Třikrát do týdne se vám budou věnovat naši kontaktní pracovníci, můžete se obrátit i na sociální pracovníci a psychologa. Jednou týdně tu najdete aktuální nabídku pracovních příležitostí a můžete získat radu v případě, že jste se dostali do problémů se zákonem. Ve chvíli, kdy čtete tento článek, už nejspíš funguje i terénní program.

Pokud potřebujete pro řešení svých problémů spojených s braním větší prostor, je tady Konzultační centrum. Sociální pracovníci vám může pomoci s vyřízením dokladů, hledáním práce a ubytování, zajistí vám vyšetření na HIV a žloutenky. S psychologem můžete probrat další možnosti práce na sobě, ať už zrovna berete, chcete s tím přestat nebo jste právě ukončili léčbu. Protože se vaše problémy mohou dotýkat i dalších lidí ve vašem okolí, nabízáme pomoc i vašim rodičům, partnerům a přátelům. V prostorách Konzultačního centra je možné kontaktovat i psychiatra AT ordinace.

Kontakt na ESET-HELP naleznete na zadní straně Dekontaminace.

Jan Hesoun, Konzultační centrum a Stanice prvního kontaktu o.s. ESET-HELP

ROHYPNOL

Před více než rokem vyšel v Dekontaminaci v rubrice Aktuálně článek o zneužívání rohypnolu na pražské drogové scéně. Dnes není rohypnol žádnou aktualitou, podivnými cestami se na černý trh dostávájí hromady těchto legálně vyrobených tabletek. Obliba rohypnolu nadále stoupá a to nejen v dobách, kdy není k sehnání heroin. I proto si dnes zopakujeme to, co je dobré o rohypnolu vědět.

Původně se rohypnol na drogové scéně užíval pro zmírnění abstinenčních příznaků po vysazení opiátů nebo po delší jízdě na pervitinu – v obou případech na spaní. Na spaní se ostatně tato pilulka také normálně předepisuje. V poslední době se (patrně díky snadné dostupnosti) rohypnol stále častěji zneužívá v kombinaci s heroinem. Buď kvůli ušetření peněz (zmenší se obvyklá dávka heroinu a snížené se nahradí rohypnoly, které jsou levnější), nebo kvůli názoru některých, kteří tvrdí, že v kombinaci „je lepší nájezd“.

Každopádně, jak už bylo v tomto časopise mnohokrát řečeno, kombinovat drogy jest nebezpečné. O dalších rizicích, které může zneužívání rohypnolu přinést čtete níže.

Účinnou složkou Rohypnolu je flunitrazepam, řadí se do skupiny léků s názvem hypnotika – tedy léky pro léčbu nespavosti. V lékařských knihách je jako hlavní riziko užívání hypnotik uváděn vznik závislosti, doporučuje se je proto nepřepisovat déle než na dva, nebo tři týdny. S velkým rizikem je také spojeno náhlé přerušování užívání hypnotika, které

bylo podávané ve vyšší dávce po delší dobu, hrozí totiž *epileptické záchvaty*. Rohypnol konkrétně bývá předepisován při léčbě nespavosti, a podává se také před většími operacemi, při kterých je pacient v celkové narkóze. Legálně se dá získat jen na předpis. Pokud u vás někdo najde větší množství rohypnolů a vy nemůžete dokázat, že jste ho nabyli legální cestou (předpis, nebo alespoň odkaz na lékaře, který lék předepsal), vztahují se na vás známé paragrafy 187–8 trestního zákona.

Rohypnol posiluje sedativní (tlumící) účinek alkoholu, opiátů, neuroleptik. Jak už bylo řečeno, někteří z vás ho užívají právě proto, aby posílili účinek heroinu – v kombinaci s rohypnolem stačí menší dávka heroinu, než na kterou jste zvyklí. Užívají ho také tzv. uspávačky, prostitutky, které hodí zákazníkovi pár tablet do piva, vína nebo panáka a když je „v limbu“, tak ho okradou. Proto je rohypnol někdy barvený, např. na fialovo (proto ty modré pusy), aby byl v alkoholu vidět.

Kromě modrých rtů, jazyka a zubů se člověk intoxikovaný rohypnolem pozná podle toho, že má setřenou řeč (toť od-

borný termín pro nesrozumitelné mumlání), opilecké chování, bývá dezorientován a celkově utlumen. Často je u něj patrné snížení duševní pohotovosti, zmatenost a výpadky paměti (vokna).

Mezi projevy předávkování rohypnolem patří povrchní dýchání, lepkavá kůže, slabý a rychlý puls, kóma. V případě předávkování hrozí **úmrť**. Riziko se zvyšuje, když je rohypnol užíván v kombinaci s alkoholem nebo s opiáty.

Jak již bylo řečeno, při opakovaném užívání rohypnolu vzniká závislost, po jeho vysazení přicházejí tedy logicky abstinenční příznaky: úzkost, nespavost, třes, delirium, křeče, epileptické záchvaty (epileptické záchvaty se pak mohou vracet doživotně – i když rohypnol brát přestanete).

Pokud člověk, který je závislý na opiá-

tech, užívá opakovaně hypnotika, pořídí si tzv. kombinovanou závislost. Při detoxifikaci je pak nutno počítat s kombinovaným odvykacím syndromem. Nejprve se vysazuje jedna látka, potom druhá.

„Odvykací syndrom po opiátech neohrožuje sám o sobě na životě, kdežto odvykací syndrom po vysokých dávkách hypnotik život pacienta ohrozit může.“ (Tolik odborník MUDr. Karel Nešpor)

No a co říci na závěr? Pokud jste propadli módě modrých rtů, zvažte znovu rizika, která s sebou přináší (kombinovaná závislost, případné epileptické záchvaty, předávkování – jak ho ještě neznáte...). A pokud přece jen usoudíte, že se vám to vyplatí, neopomeňte na případných detoxech nahlásit závislost na hypnotikách.

for



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

Každý všední den 14.00 – 19.00 centrum Prahy

Stálá místa: 14.00 – 15.30 Muzeum (park)

16.00 – 17.00 Tylovo náměstí

17.45 – 19.00 Muzeum (park)

Pracovníci jsou označení logem terénních programů

TRAFFIC = Nadvláda gangů

Ten chlápek je fakt kus. Velkej, s uhrančivými očima, sexy nakráplým hlasem a vždycky připravenou bouchačkou. Vostrej, ale spravedlivej Mexičan. Jde po krku

malým překupnickým rybkám, a nakonec uvízne v síti ty největší. Jen si představte: čistíte svoji zemi od mafiánských pašeráků drog a jejich bossů a zbožňujete svého šéfa, kterej totěž dělá jako generál z pověření mexický vlády. No a pak se ukáže, že tenhle váš šéf je členem překupnického kartelu a celá jeho protidrogová brigáda je jenom zástěrka, jak

zlikvidovat druhou podobnou bandičku.

Taky by vás to asi rozhodilo...

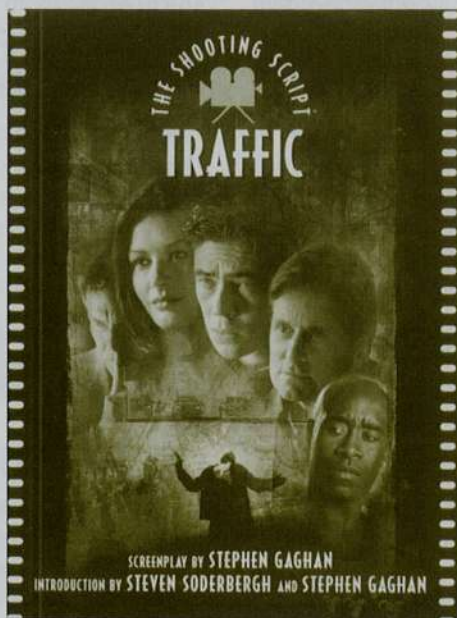
A tak je to v tomhle filmu se vším – v podstatě celou dobu jsou všichni překvapení a zjišťují něco nečekaného. Tatínek Douglas, jinak americký protidrogový car, shledává, že jeho baculatá dcerunka visí na

héru, těhotná Kačenka Zeta Jonesová pochopí, že náhrdelníky od jejího hodně bohatýho manžílka jsou z peněz umolousaných fetišáků, udatnému Mexičanovi dojde,

že ho jeho dobrej parták podrazil – jak jinak – kvůli prachům... A protože film trvá dvě a půl hodiny, je tam podobných překvápек ještě spousta.

Pro vás to znamená toto: na Traffic si zajděte, není to vůbec špatný. Pár amerických klišé i částečný hepáč velkoryse přehlídnete. Slabší scény nijak nebrání pochopení, kdo všude musí bejt zkorumpovanej, aby si pár lidí mohlo zničit žily.

Vyberte si kino s pohodlnými sedačkama – napětí vás sice bude provázet od začátku, ale říkejte to zadku! A před plátno usedněte svěží a odpočatí – dějových linek a hlavních postav je tolik, že se v tom dá ztratit i při pouhém vyběhnutí na WC.





JUDRA

CO JE TRESTNÍ PŘÍKAZ?

Trestní příkaz je zjednodušená forma rozhodnutí (soudu) ve věci. Vydává se v lehčích kauzách, ve kterých většinou rozhoduje samosoudce a kde horní hranice trestní sazby nepřevyšuje 5 let odnětí svobody. Vydává se bez soudního jednání, čili ho dostanete poštou bez toho, že byste se museli dostavit k soudu.

Obžalovaný může proti trestnímu příkazu podat ve stanovené lhůtě (ta je uvedena v soudním příkaze) odpor, který nemusí být odůvodněn. Doručením takového odporu soudu se trestní příkaz zcela ruší a následuje běžný proces (tj. hlavní líčení atd.), ve kterém ale může být obžalovanému uložen těžší trest (když mně trestní příkaz uloží obecně prospěšné práce na 1 týden a já podám odpor, může se klidně stát, že v dalším řízení dostanu třeba 5 týdnů). Proto je třeba posuzovat v každé kauze individuálně, jestli stojí za to podat odpor (na základě zkušeností advokáta s daným typem kauz, dále podle obvyklé výše trestu a taky po posouzení shromážděných důkazů).

Od 1. ledna letošního roku nelze trestním příkazem ukládat trest odnětí svobody (tj. ani podmínku).

ira



MUDRA

PUPÍNKY

Beru pervitin a občas se mi stane, že si při „záseku“ rozškrábu a roznípu všechny možné pupínky, stroupky a beďary, co kde po těle mám. Je to nebezpečné?

Ano je to nebezpečné. Největší riziko samozřejmě hrozí z tvých špinavých rukou, na kterých můžeš nosit cokoliv – žloutenky, bacily z kapénkové infekce (rýma, kašel) a různé bakterie, které mohou na kůži způsobit hnisavá ložiska nebo těžký zánět v podkoží. Obojí je nakažlivé a je třeba se ambulantně léčit na kožním, v těžších případech za hospitalizace. Léčba spočívá v antibiotických mastech, někdy v kombinaci s polykacímí nebo pícháními antibiotiky.

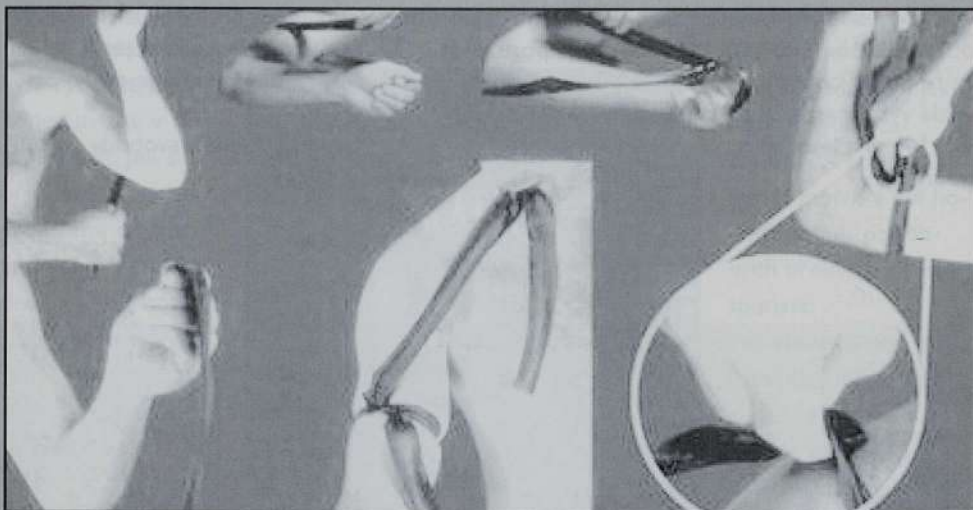
Dalším problémem spočívá v tom, že zůstávají jizvy a při pobytu na slunci čerstvá ložiska zpigmentují (hnědavé „fleky“, které ti zůstanou napořád).

Radka

A na závěr opět seriál o žilách. Už víte, jak používat desinfekci, vodu, jaké filtry a také jak o své žíly pečovat. Tentokrát bude řeč o stříkačkách, jehlách a škrtidlech.



STŘÍKAČKY A JEHLY



Stříkaček i jehel existuje několik druhů – rozlišují se podle velikosti (délka a tloušťka jehly, obsah stříkačky), ale i podle firem, které je vyrábějí. Mohou být buď v kuse, nebo se sňmatelnou jehlou. Každá má svá pro a proti.

V zásadě záleží hlavně na tom, co a kam si aplikujete. Momentálně jsou mezi vámi nejpůvodnější inzulínky Braun. Jsou to jednorázové injekční sety určené k aplikaci inzulínu pod kůži, proto mají krátkou a tenkou jehlu. To může být výhodou i nevýhodou zároveň. Při aplikaci inzulínkou si méně poškozujete žílu i okolní tkáň, malinká jehla udělá malinkou díрку, která se snadněji zahojí. Nevýhodou je, že tyto jehly nejsou určeny pro nitrožilní aplikaci (na to jsou moc krátké a měkké), takže se snadno ztupí a také se můžou při natahování ze lžičky poškodit, třeba ohnout.

Výhodou nasazovacích jehel je zejména to, že si můžete nášleh ze lžice natáhnout bez jehly. Neznečistíte ji ani neohnete. Nejdůležitější ovšem je, aby vaše jehla byla na každou aplikaci **NOVÁ a STERILNÍ!!** Nová proto, abyste si co nejméně poškodili žíly a tkáň vůbec. Všechny jehly se totiž každým vpichem ztupí a čím tupější jehla, tím větší díra v žíle, tím horší hojení. O tom, proč by jehla měla být sterilní a nepoužitá nikým před vámi, snad psát nemusím.

ŠKRTIDLA

Správné použití škrtdla vám může hodně pomoci zpřístupnit žíly (a to i ty, které jsou dobře vidět). Přístupnější žílu snadněji nabodnete, a méně jí tak poškodíte. Kromě lékařských škrtdel, které se dají občas koupit např. ve vojenských obchodech nebo zdravotnických



Na obrázku vlevo je vidět jeden ze způsobů použití škrtidla. Toto použití má hned několik výhod:

- ▶ pokud si ruku zaškrtíte tímto způsobem, můžete škrtidlo hned po napíchnutí jednoduše odstranit ústy, čímž snížíte riziko, že vám jehla vyjede z žíly.
- ▶ Drogu pouštějete do žíly pomalu a až po povolení škrtidla, tak ucítíte sílu a kvalitu drogy postupně a můžete přestat nebo pokračovat podle chuti.

potřebách, lze jako škrtidlo použít i spoustu obyčejných věcí – jakýkoliv pásek od oblečení, provaz, gumovou hadici a podobně.

Škrtidlo by mělo být dostatečně široké, aby zaškrcení nebolelo, a dostatečně dlouhé, aby se dalo obsluhovat jednou rukou a aby bylo možné jeden z jeho konců držet v zubech. Mělo by být dostatečně pružné, aby šlo dobře zatáhnout i povolit. A také by mělo být možné ho lehce vyčistit - obzvlášť pokud ho někomu půjčujete. I krev na škrtidle může být zdrojem nákazy. Ideální je tedy škrtidlo gumové, buď lékařské, nebo podomácku vyrobené (velmi vhodné jsou na takovou výrobu staré bicyklové duše, které si můžete nastříhat v žádaných rozměrech).

jz

BEZPEČNÁ LIKVIDACE



**POUŽITÉ INJEKČNÍ
STŘÍKAČKY
SI VYMĚŇTE.
POPŘÍPADĚ ALESPŮ
VLOŽTE DO
PLECHOVKY
A ROZŠLÁPNĚTE.
PAK TEPRVE
VYHOĎTE.**



Kontaktní centrum Sananim

Osadní 2, Praha 7, Tel.: 02/83872186
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.: 02/22221124
Provozní hodiny: po–čt 9.00 – 17.30, pá 9.00 – 16.00
výměnný program, poradenství, individuální terapie,
sociálněprávní poradenství, krizová intervence

ESET-HELP

Tel.: 02/72922718, 02/72920297

Konzultační centrum:

– Donovalská 1862, Praha 4, 149 00

Buňka u metra Opatov trasa "C", Praha 4

– Provozní hodiny: po, st, pá 17.00 – 20.00

Kontaktní centrum Plzeň

Haviřská 11, 320 25 Plzeň,
Tel.: 019/7421374, Fax: 019/7421034
Provozní hodiny: po–pá 8.00 – 18.00,
so 12.00 – 18.00
poradenství, individuální terapie, tera-
peutické skupiny, primární prevence,
výměnný program (tel.: 0602/458626)

Kontaktní centrum Brno

Videňská 3, 639 00 Brno,
Tel.: 05/43249343, Fax: 05/43246524
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.: 049/5515907, Fax: 049/5515907
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.: 048/2710276,
048/424360, Fax: 048/2710276
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.: 047/5211483, 047/5210626
Provozní hodiny: 14.00 – 18.00,
možnost volat od 7.00
výměnný program, testy gravidity,
terapie pro rodiče, terénní progra-
my, sociální práce, primární prevence

KONTAKTNÍ ZAŘÍZENÍ

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: 02/24 91 31 19, **PL Bohnice**, Ústavní 98, Praha 8,
Tel: 02/84 01 62 31 (331) – pavilon 31 – Pro muže, 02/84 01 66 55 – pavilon 8 – Pro ženy, **Nemocnice
Na Míčáncích**, Na Míčáncích 2, Praha 10, Tel.: 02/67 16 83 70 – II, FN Plzeň, Alej Svobody 80, Plzeň, 304 60,
Tel: 019/710 31 11, **Nemocnice Most**, ul. J. E. Purkyně, Most, 434 01, Tel: 035/617 21 09, (617 21 34 –
lékařka), **Masarykova nemocnice Ústí nad Labem**, Ústí nad Labem, 400 07, Tel: 047/568 31 26,
568 31 27, 568 31 33 (lékařka), **Nemocnice Liberec**, Husova třída 10, 460 00 Liberec, Tel: 048/531 22 29,
PL Brno, Húskova 2, Brno – Černovice, 618 32, Tel: 05/48 12 33 39 (48 12 31 11 – ústředna), **FN Motol**,
V úvalu 84, Praha 5, Tel.: 02/24 43 69 50–I (jen s podezřením na žloutenku),