



RADNO VRIJEME

ponedjeljak – četvrtak
od 8.00 – 13.00
i 15.00 – 20.00 sati
petkom 8.00 – 13.00

Pauza svaki dan:
10.30 – 11.00 sati

INFORMACIJE

023 314 783

ponedjeljak – četvrtak
od 7.00 – 20.00 sati
petkom 7.00 – 15.00 sati



ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO ZADAR

Služba za prevenciju i izvanbolničko
liječenje ovisnosti i mentalno zdravlje

Ravnice b.b.
23 000 Zadar

Telefon

023 314 783

023 302 275

Fax

023 314 783

E-mail

sluzba.ovisnosti.zadar@zjz.t-com.hr



ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO ZADAR

SLUŽBA ZA PREVENCIJU I IZVANBOLNIČKO
LIJEČENJE OVISNOSTI I MENTALNO ZDRAVLJE

prepoznajmo ovisnost



SUPSTANCIJE	SIMPTOMI	ZADRŽAVANJE U ORGANIZMU	ZNAKOVI KOJI UPUĆUJU NA ZLOUPORABU	OPASNOSTI ZLOUPORABE	ČINJENICE KOJE RODITELJI/SKRBNICI TREBAJU ZNATI
ALKOHOL (pivo, liker, žestoka alkoholna pića, kokteli) <i>Ulični nazivi: cuga, pijača, žestina</i>	Vrtoglavica, mučnina, povraćanje, mamurnost, nejasan govor, nekoordiniranost pokreta, emotivna labilnost, iscjepkan san	Jedan sat nakon pijenja najveća je koncentracija alkohola u krvi. Kod veće opijenosti potrebno je i do 20 sati da se alkohol izluči iz organizma	Miris alkohola na odjeći ili u dahu, umor, slaba koncentracija, teturanje i smetnje koordinacije pokreta	Ovisnost, rizik počinjanja prometnih nesreća, oštećenje jetre, srčano-žilnog i probavnog sustava. Psihički poremećaji: promjenjivost raspoloženja, nasilno ponašanje, depresija, nesаницe	Dječaci prvo alkoholno piće popiju u 12-toj godini, a djevojčice u 14-toj godini. 32% dječaka i 22% djevojčica opilo se 3 i više puta do 15. godine. Gotovo svaki treći petnaestogodišnjak i trećina djevojaka navodi da su pili alkoholna pića radi opijanja
KANABIS (marihuana, hašiš) <i>Ulični naziv: trava, marica (marihuana), šit (hašiš), duvka, žiža (kanabis), joint (cigareta)</i>	Proširenje kapilara bjeloočnica, suhoća ustiju, napadi smijeha, smetnje koncentracije i upamćivanja, glad	4 - 20 dana	Papirići za motanje duhana (rizle), filteri od kartona, lule, nargile, zeleno sasušene biljne tvari (marihuana), smeđe-crni grumenčiči smolaste mase (hašiš), miris izgorjenog sijena, otežan govor, razmišljanje i pamćenje, poremećen osjećaj za vrijeme i smanjena sposobnost obavljanja zadaća	Nedosljednost u komunikaciji, bizarne asocijacije, tupilo, smetenost, nekontrolirane reakcije, otežano upamćivanje, povećani rizik uzimanja drugih ilegalnih droga	Tijekom srednje škole 25% mladih eksperimentira s marihuanom, a 5% je redovito konzumira
INHALANTI (omamljujuća sredstva za udisanje) tvornička ljepila, benzin za upaljače, nitrolakovi, eter	Glavobolja, vrtoglavica, mučnina, omamljenost, slabljenje ili gubitak njuha, krvarenje iz nosa, stanje smetenosti, prolazne halucinacije, sumanutost	1 - 2 dana	Tragovi i miris sredstva za inhalaciju na odjeći, koži i kosi, zadah na inhalante, pospanost, nejasan govor i gubitak teka	Oštećenje mozga, jetre, pluća i bubrega, premor, pomanjkanje koordinacije, smanjenje broja otkucaja srca i udisaja, smetnje prisjećanja i upamćivanja	Neki proizvodi za kućanstvo se zloupotrebljavaju snifanjem (udisanjem) kako bi se postigla jača aktivnost droga. Svi inhalanti su direktno neurotoksični (oštećuju mozak)
OPIJATSKE DROGE heroin, opijum, morfij, metadon/heptanon <i>Ulični nazivi: dop, hors, žuto, hepovi, okica (opijum)</i>	Početna euforija koju slijedi višesatna pospanost, usporen i nejasan govor, sušene zjenice, spuštene vjeđe, gubitak teka	Heroin: 1 - 2 Metadon: 2 - 4 dana	Tragovi uboda igle na rukama, igle, šprice, zagorene žlice, limunska kiselina, staklast pogled sa suženim zjenicama poput točkice, svrbež, zapušten i upadan izgled	Ovisnost, gubitak tjelesne mase, povećan rizik izlaganja HIV-u (AIDS-u), hepatitisu, i drugim zaraznim bolestima, smrt predoziranjem	Uživatelji heroina brzo razvijaju toleranciju i trebaju sve veće količine da bi postigli iste učinke i dobro se osjećali
KOKAIN (lišće koke, kokainski prah, crack-kokain, kokainska pasta i baza) <i>Ulični nazivi: koka, bijelo</i>	Povišen krvni tlak i ubrzani puls, ubrzano disanje, nemir, potisnuta glad, žed i potreba za snom, pretjerana aktivnost i govornost	1 - 2 dana	Staklene bočice, cjevčice za usmrkavanje, britvice, crvenilo nosne sluznice	Ovisnosti, paranoja, napadi halucinacija, agresivni ispadi, zatajenje disanja, srčana i moždana kap, epileptički napad, povećan rizik razvoja ovisnosti o alkoholu, sedativima i heroinu, smrt predoziranjem	Kokain je jaka droga koja ubrzano razvija ovisnost. Učestala upotreba izaziva paranoju, agresivnost, depresiju
PSIHOSTIMULANSI amfetamini, MDMA <i>Ulični nazivi: speed, ecstasy (eks, eki, bonkas i bombon, tabletica)</i>	Živahnost, pričljivost, društvenost, budnost, grčevi trzanje mišića, povećanje tjelesne temperature, znojenje, dehidracije, nesаницa	2 - 3 dana	Ecstasy: tablete (rjeđe kapsule) grube strukture s utisnutim znakovima Speed: najčešće kao bjelkasto-sivi prah (moguća i druga obojenja), tablete	Ovisnost, razdražljivost, tjeskoba, depresija, smetenost, paranoidne sumanutosti, gubitak na masi, ozbiljna oštećenja mozga i jetre	Kronično uzimanje izaziva psihozu sa simptomima paranoje, vizualne i slušne halucinacije. Ecstasy je najčešće sintetična droga popularna na cjelonoćnim plesnim zabavama (dance drugs)
SEDATIVI—ANKSIOLITICI sredstva za smirenje i spavanje <i>Ulični nazivi: spuštalice, downeri, pilsevi</i>	Tupost i pospanost, ravnodušnost, nekoordinirani govor i kretnje, smetenost, pad tlaka, usporeno govorenje i rad srca	2 - 4 dana	Tablete, kapsule, smeteno ponašanje, dulja razdoblja sna, nejasan govor, teturanje	Moguća smrt kod uzimanja prevelike doze u kombinaciji s alkoholom, ovisnost, mišićna mlitavost, odvikavanje zahtjeva liječnički tretman	Depresanti su lako dostupni (od ljekarni do kućnih zaliha). Istraživanja pokazuju da ženska populacija češće poseže za njima
HALUCINOGENI Sintetski: LSD, PCP Prirodni: gljiva Psilocybin i kaktus Pexotl <i>Ulični nazivi: tripovi, acidi</i>	Sumanute ideje, slušne halucinacije, vidne iluzije, nagle promjene raspoloženja, gubitak prostorno-vremenske orijentacije, bizarno ponašanje	1 - 3 dana	Četverokutni, kvadratni komadići papira s crtežom (male šarene markice)	Nepredvidivo ponašanje, emocionalna nestabilnost, nasilno ponašanje, sklonost samoubojstvu, kronična pojava halucinacija	Četverokutni papirići natopljeni su LSD-om često su ukrašeni raznobojnim crtežima i likovima iz crtica
DUHAN cigarete, cigarilos, cigare, duhan za motanje, žvakanje i šmrkanje <i>Ulični naziv: pljuge</i>	Ubrzani rad srca, povišeni tlak, povećana budnost, opuštajući učinak, bljedilo, kratkoća daha		Specifičan miris odjeće po duhanskom dimu, zadah, žutilo na prstima i noktima	Ovisnost, bolesti krvožilnog sustava, rak pluća, ždrijela, jednjaka, gušterače, usne šupljine, kronični bronhitis, spontani pobačaj, prijevremeni porodaj, mala tjelesna masa djeteta	U Hrvatskoj puši svaka treća osoba. Istraživanje 1999. godine pokazuje da 38% dječaka i 31% djevojčica petnaestogodišnjaka puši. U Hrvatskoj od kardiovaskularnih bolesti, čijem nastanku pušenje znatno pridonosi, umire 52% građana