
האמת על
הרואין
סוכריות
חומר
זפת שחורה
קוק פרסי
סוכר חום
notodrugs.co.il

למה החוברת הזאת הופקה

בימינו אתה שומע הרבה דיבורים על סמים – בבית-הספר, ברחובות, באינטרנט ובטלוויזיה. חלקם נכונים וחלקם לא.

אבל ייתכן שאתה לא יודע שדברים רבים ממה שאתה שומע על סמים למעשה מגיעים מאלה שמוכרים אותם. סוחרי סמים לשעבר סיפרו שהם היו אומרים כל דבר כדי שאנשים ייקנו סמים.

אתה צריך את העובדות האמיתיות ואת האמת על סמים כדי להגיע להחלטה לגביהם שמבוססת על עובדות. זאת הסיבה שבגללה הכנו את החוברת הזאת – בשבילך.

המשוב שלך חשוב לנו, אז ספר לנו מה אתה חושב על החוברת הזאת. בקר אותנו ב-**NoToDrugs.co.il** ושלח לנו אי-מייל אל **info@drugfreeworld.org**.

הרואין: מה זה?

הרואין הוא סם לא חוקי מאוד ממכר. מיליוני מכורים ברחבי העולם לא מסוגלים להתגבר על הדחף להשתמש בו כל יום – כשהם יודעים שהם יעמדו בפני הזוועות של היגמלות אם הם יפסיקו.

הרואין, כמו אופיום ומורפיום, מיוצר מהשרף של צמחי הפרג. תחילה מפיקים מתרמיל הפרג אופיום חלבי, דמוי מוהַל, ואז מזקקים אותו כדי לייצר מורפיום ואז מעבדים אותו להרואין.

רוב ההרואין מוזרק, מה שמוסיף סיכונים כגון הידבקות ב-HIV או באיידס, הפטיטיס B, הפטיטיס C או זיהומים אחרים בנוסף לכאב ההתמכרות.


הרואין ניתק אותי
משאר העולם.
הוריי זרקו אותי
מהבית. החברים
והאחים שלי לא
רצו לראות אותי
יותר. הייתי לגמרי
לבד".
– סוזן

מקורות ההרואין

הרואין יוצר לראשונה ב-1898 על-ידי חברת התרופות הגרמנית באייר. הוא שווק במקור כטיפול בשחפת וכמרפא להתמכרות למורפיום.

מעגל קסמים

בשנות ה-50 של המאה ה-19, התמכרות לאופיום הייתה בעיה רצינית בארצות-הברית. ה-"פתרון" היה להחליף את האופיום בתחליף פחות חזק ולכאורה לא ממכר – מורפיום. אבל התמכרות למורפיום הפכה עד מהרה לבעיה גדולה אפילו יותר.

הסם החליפי הבא היה הרואין, שהסתבר שהוא ממכר אפילו יותר ממורפיום. עם בעיית ההרואין הגיע עוד תחליף "לא ממכר" – הסם שידוע היום בשם *מתדון*. המתדון, שפותח לראשונה ב-1937 על-ידי מדענים גרמנים שחיפשו משכך כאבים לניתוחים, יוצא לארה"ב ב-1947 בשמו המסחרי "דולופין". שמו שונה למתדון, ועד מהרה השתמשו בסם באופן נרחב כטיפול בהתמכרות בהרואין. לרוע המזל, התברר שהוא ממכר אפילו יותר מהרואין.

היום, הרואין נשאר בעיה עולמית. בארצות-הברית לבדה, הוא גורם למותם של כ-20 איש כל יום.



איך נראה הרואין?

בצורתו הטהורה ביותר, הרואין הוא אבקה דקה לבנה. אבל לעתים קרובות הוא נראה חום או שחור עקב תוספים שמשמשים לדלל אותו, כמו סוכר או קפאין. לפעמים הרואין כסם רחוב מעורבב עם סטריכנין* או רעלים אחרים. התוספים האלה לא מתמוססים לגמרי, לכן כשמזריקים אותם לגוף, הם יכולים לסתום את כלי הדם שמובילים לריאות, לכליות או למוח. זה כשלעצמו יכול לגרום לזיהום או להרס של איברים חיוניים.

המשתמשים אף פעם לא יכולים לדעת את כוחו האמיתי של ההרואין שהם קונים



* סטריכנין: חומר צמחי רעיל מאוד שמשתמשים בו ברעל עכברים. הוא יכול להיות קטלני אם בולעים אותו או שואפים אותו בנשימה.



כינויי רחוב

להרואין

- Big H
- סוכר חום
- H
- Hell Dust
- סוס
- ג'אנק
- טיפות אף
- קוק פרסי
- סמאק
- דאונר

ברחוב, וזה מעמיד אותם בסכנה תמידית של לקיחת מנת יתר.

את ההרואין אפשר להזריק, לעשן או להסניף. ההרואין עשוי ליצור בהתחלה תחושה כוזבת של החצנה ותפקוד מיני מוגבר. אבל, השפעות אלה דועכות במהירות, ולעתים קרובות המשתמשים מחפשים עוד מהסם, ברדיפה אחרי היי שהם לעולם לא ירגישו שוב.

הרואין הוא ממכר מאוד. אפילו שימוש חד פעמי בו יכול לגרום להשתוקקות ולהיגמלות מכאיבה. הסם מפרק במהירות את המערכת החיסונית. שימוש ממושך מביא לעתים קרובות לירידה חמורה במצב הגופני והנפשי, ובאופן טרגי, למוות.



סמים פירושם מוות. אם אתה לא עושה שום דבר כדי לצאת מזה, אתה מת בסוף. להיות מכור לסמים זה להיות כלוא. בהתחלה, אתה חושב שסמים הם החברים שלך. אולי נראה שהם עוזרים לך לברוח מהדברים או מההרגשות שמטרידים אותך. אבל עד מהרה, אתה תמצא את עצמך קם בבוקר וחושב רק על סמים.

"אתה מבלה את כל היום בחיפוש סמים או בלקיחת סמים. אתה מתמסטל כל אחר הצהריים. בלילה, אתה מרדים את עצמך עם הרואין. ואתה חי רק בשביל זה. אתה בכלא. אתה דופק את הראש בקיר, ללא הפסק, אבל אתה לא מגיע לשום מקום. בסוף, הכלא שלך הופך לקבר שלך". – סברינה

ההשפעות ההרסניות של הרואין

נזק מיידי: הרואין מייצר תחושה חזקה שנקראת *rush* (היי מיידי), לעתים קרובות מלווה בעור חם ופה יבש. תופעות לוואי ראשוניות עשויות לכלול הקאות או גירוד חמור.

אחרי ההיי, המשתמשים נעשים מנומנמים במשך שעות כי הנשימה וקצב הלב שלהם מאטים.

שעות ספורות אחרי שהשפעות הסם פחתו, הגוף של המשתמש יתחיל להשתוקק לעוד. אם המשתמש לא יקבל עוד מנה, הוא יתחיל לחוות תסמיני היגמלות. ההיגמלות כוללת את התסמינים הגופניים והנפשיים הקיצוניים שאדם חווה אם לא מספקים לגוף שוב את מנת ההרואין הבאה. התסמינים האלה כוללים אי שקט, מחושים וכאבים בעצמות, שלשול, הקאות ואי נוחות חמורה.

ההיי הראשוני נמשך רק דקות ספורות אבל, עם הזמן, המשתמשים צריכים מנות גדולות יותר רק כדי להרגיש "נורמלי".

השפעות לטווח קצר

- **Rush**
- **נשימה מואטת**
- **תפקוד מנטלי מעורפל**
- **בחילה והקאות**
- **טשטוש (ישנוניות)**
- **היפותרמיה**
- **(ירידה בחום הגוף מתחת לנורמלי)**
- **תרדמת או מוות**

השפעות לטווח ארוך

ה השפעות על הגוף משימוש ממושך בסם הזה הן הרסניות. הזרקות תכופות יכולות לגרום לקריסת ורידים ולהוביל לזיהום בכלי הדם ובשסתומי הלב. שחפת* יכולה להתפתח בעקבות המצב הגרוע הכללי של הגוף. דלקת פרקים היא עוד תוצאה לטווח ארוך של התמכרות להרואין.

מרכיב אחד באורח החיים של מכור להרואין הוא שיתוף מחטים עם מכורים אחרים – שיכול להוביל ל-HIV, לאיידס או לזיהומים מידבקים אחרים. מעריכים שמתוך 35,000 הזיהומים החדשים של הפטיטיס C2 (סוג מסוים של מחלת כבד) שיש בארצות-הברית כל שנה, מעל 70 אחוז הם משתמשים בסמים שמשתמשים במחטים.

"אנשים מאמינים שהרואין זה אדיר, אבל אתה מאבד הכול: את העבודה, ההורים, החברים, הביטחון העצמי, הבית שלך. לשקר ולגנוב הופכים להרגל. אתה כבר לא מכבד יותר אף אחד או שום דבר". – פיט

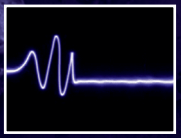
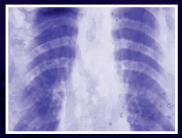
היגמלות מהרואין היא התנסות מחרידה שמתחילה לענות את המשתמש תוך כמה שעות מהמנה האחרונה.

* שחפת: מחלה דלקתית שפוגעת בריאות ובאיברים אחרים

השפעות לטווח ארוך

- שיניים רקובות
- דלקות חניכיים
- עצירות
- זיעה קרה
- גירוד
- היחלשות של מערכת החיסון
- תרדמת
- מחלות בדרכי הנשימה
- חולשה בשרירים, שיתוק חלקי
- ירידה בתפקוד המיני ואין-אונות בטווח הארוך אצל גברים
- הפרעות בווסת אצל נשים
- אי-יכולת להגיע לאורגזמה (נשים וגברים)
- אובדן זיכרון וירידה ביכולת אינטלקטואלית
- הפנמה
- דיכאון
- פצעונים דלקתיים מוגלתיים על הפנים
- אובדן תיאבון
- נדודי שינה

מורסות משימוש במחטים מנקדות את הגוף של נרקומן בן 16



שימוש לרעה בהרואין מביא להרס גופני ומנטלי.

"אני אנסה את זה רק פעם אחת."

אזהרה: אפילו מנה יחידה של הרואין יכולה להעלות אדם על הדרך להתמכרות.

אנשים רבים מתנסים עם הרואין, וחושבים, "אני אנסה את זה רק פעם או פעמיים. אני תמיד יכול להפסיק". אבל אלה שמתחילים בדרך הזאת מגלים שזה כמעט בלתי אפשרי להחזיר את הגלגל. הקשב לדבריו של סאם, מכור בן 15: "בפעם הראשונה שאתה מזריק, אתה קרוב לוודאי תקיא ותרגיש שזה דוחה אותך, אבל מהר מאוד אתה תנסה אותו שוב. זה ייצמד אליך כמו מאהבת אובססיבית. ההיי מהמנה והדרך שבה תרצה עוד, כאילו שחסר לך אוויר – ככה זה ילכוד אותך".

האיום בהתמכרות הוא לא ההשלכה הגרועה ביותר של התנסות בהרואין. ג'ים היה בן 21 ולרוב בילה את הערבים שלו בשתיית בירה עם חברים. הוא כבר התנסה בהרואין בעבר, אז כשחברים הציעו לו להסניף שורה, הוא הסכים. חמש-עשרה דקות אחרי השאיפה, הוא התעלף, ואז נכנס לתרדמת עמוקה, שנמשכה יותר מחודשיים. היום, הוא מרותק לכיסא גלגלים, לא מסוגל לכתוב ובקושי מסוגל לקרוא. כל החלומות והשאיפות שהיו לו פעם אינם עוד.



מראה ההרואין

כמה מגזינים ומגמות אופנה קידמו את המראה של "הרואין שיק": עור חיוור, עיגולים כהים מתחת לעיניים, לחיים שקועות ורזון קיצוני.

בדיוק כפי שכוכבי רוק עזרו להפוך את האל-אס-די לפופולארי בשנות ה-60, כך כמה מעצבי אופנה, צלמים ואנשי פרסום כיום השפיעו על דור שלם של בני נוער בכך שהציגו במגזינים ובקליפים מוזיקליים את השימוש בהרואין כדבר אופנתי ואפילו רצוי.

זה מציג באור זוהר את השימוש בהרואין, ומתעלם מהמציאות ההרסנית. צלם האופנה דייוויד סורנטי (משמאל), שעבודתו הייתה מילה נרדפת ל-"הרואין שיק", מת באופן טרגי ממנת יתר של הרואין בגיל 20.

מדרון חלקלק מאוד

בני העשרה מתחילים לעתים קרובות עם חומרים כמו סיגריות או אלכוהול. עד סיום הלימודים בתיכון, כמעט חצי מכל בני העשרה כבר ניסו מריחואנה, שפעם חשבו בטעות שהיא לא ממכרת. עבור כמה, זה מוביל להתנסות בסמים חזקים יותר וממכרים יותר כמו הרואין.

לא כל בני העשרה שמעשנים מריחואנה היום יהפכו למכורים להרואין מחר. אבל הסכנה כן קיימת. ומחקרים לאורך זמן שנערכו בקרב תלמידי תיכון מראים שרק צעירים מעטים משתמשים בסמים אחרים לפני שניסו מריחואנה. ברגע שאדם מפתח סבילות וכבר לא יכול יותר לקבל את ההיי הראשוני שהוא רוצה, הוא יכול להתחיל להגדיל את צריכת הסם או לחפש משהו חזק יותר.

בוא נכיר במציאות

יש סבירות גבוהה שצעירים היום יבואו במגע עם סמים.

הסקר של Monitoring the Future מצא שבסביבות 27 אחוז מבני הנוער בגילאי 12 עד 17 בארה"ב השתמשו בסמים בשנה האחרונה. השימוש במריחואנה בקרב מבוגרים צעירים בגיל הקולג' נמצא בשיא כל הזמנים, כאשר כמעט חצי מהם השתמשו בה בשנה שעברה. לפי משרד האו"ם לסמים ופשיעה, ב-2019, 31 מיליון אנשים בקירוב ברחבי העולם השתמשו באופיאטים, באופיום ובהרואין בשנה שעברה.

הפנים החדשות של הרואין

התמונה הסטריאוטיפית של מכור להרואין צעיר כבוי וחסר אנרגיה שזרוק בסמטה אפלה ומטונפת בשכונת עוני היא מיושנת. היום, מכורים רבים להרואין הם בשנות ה-20 המאוחרות לחייהם, חיים מחוץ לאזורים עירוניים גדולים והחלו את דרכם בשימוש לרעה במשככי כאבים במרשם. מחקרים מראים בעקביות קשר בין שימוש לרעה במשככי כאבים במרשם (כגון אוקסיקונטין) לבין השימוש בהרואין.

בתחילת שנות ה-2000, הרואין טהור יותר הפך להיות זמין ברחובות. בגלל שההרואין היה זול יותר מאשר לקנות גלולות אופיואידים, מכורים רבים למשככי כאבים עברו להרואין. כשאז, הופיעה מגמה קטלנית נוספת: כדי להגביר את הפוטנטיות של הרואין, סוחרי סמים החלו להוסיף פנטניל – תערובת קטלנית שהובילה לעלייה חסרת תקדים במקרי מוות ממנת יתר.



היום שהתחלתי להשתמש, אף פעם לא הפסקתי. תוך שבוע אחד, עברתי מהסנפה להזרקה של הרואין. תוך חודש, הייתי מכורה ובזבזתי את כל הכסף שלי. מכרתי כל דבר בעל ערך שהיה שייך לי ובסופו של דבר את כל מה שהיה שייך לאימא שלי. תוך שנה, איבדתי הכול.

"מכרתי את הרכב שלי, איבדתי את העבודה שלי, אימי העיפה אותי מהבית, היה לי חוב של 25,000 דולר בכרטיסי אשראי וגרתי ברחובות של קמדן, ניו-ג'רזי. שיקרתי, גנבתי, רימיתי.

"אנסו אותי, הכו אותי, התקיפו אותי, שדדו אותי, עצרו אותי, הייתי הומלסית, חולה ונואשת. ידעתי שאף אחד לא יכול לחיות ככה לאורך זמן, וידעתי שהמוות מתקרב. אם כבר, אז מוות היה עדיף על חיים כנרקומנית". – אליסון

סטטיסטיקות בינלאומיות

קרוב ל-62 מיליון אנשים בעולם השתמשו באופיואידים* בשנה, מחציתם השתמשו בהרואין או באופיום.

- אפגניסטן מייצרת 85 אחוז מהאופיום בעולם, ומתדלקת את שוק ההרואין בשווי של כ-55 מיליארד דולר.
- הסקר הלאומי על שימוש בסמים ובריאות דיווח שבשנה יחידה 745,000 אמריקאים השתמשו בהרואין.
- מספר מקרי המוות ממנת יתר שהיה מעורב בהם הרואין בארצות-הברית הסתכם ביותר מ-14,000 בתקופה של 12 חודשים.
- לפי דו"ח של המרכז האירופי לבקרת סמים והתמכרות לסמים, אופיואידים, לרבות הרואין, היו מעורבים בשלושה מכל ארבעה מקרי מוות ממנת יתר של סמים באירופה.
- בארצות-הברית, יותר מ-500,000 אנשים מכורים להרואין.



* אופיואידים: מונח רחב שכולל אופיום טבעי, וגם חומרים טבעיים וסינתטיים דמויי אופיום

הרואין בשילוב עם...

צ'יז הרואין הוא תערובת של הרואין זפת שחור מקסיקני (נקרא *זפת שחור* בגלל צבעו) ותרופות נגד הצטננות שנמכרות ללא מרשם. הסם עולה רק כמה דולרים למנה. משתמשים בצ'יז הרואין בגיל תשע בלבד הובהלו לחדרי מיון בבתי-חולים לצורך היגמלות מהרואין.

ספידבול (או *powerball*) משלב הרואין וקוקאין או הרואין ומתאמפטמין. מאחר שהרואין הוא סם הרגעה וקוקאין ומת' הם סמי מרץ, לקיחתם יוצרת בפוטנציה אפקט קטלני של דחיפה-משיכה על הגוף והמוח. השילוב של הרואין עם קוקאין ופנטניל ידוע בתור סופר-ספידבול.

מה סוחרי סמים יגידו לך

כשנערך סקר בקרב בני עשרה כדי לגלות למה הם התחילו להשתמש בסמים מלכתחילה, 55 אחוז השיבו שזה היה בגלל לחץ מחבריהם. הם רצו להיות מגניבים ופופולאריים. סוחרי הסמים יודעים את זה.

הם ייגשו אליך בתור חברים שלך ויציעו "לעזור לך" עם "משהו שיעזור לך להירגע ולהרגיש טוב". הסם "יעזור לך להשתלב" או "יעשה אותך מגניב".

סוחרי סמים, שהדבר היחיד שמעניין אותם זה הכסף שהם מרוויחים, יגידו כל דבר כדי לגרום לך לקנות את הסמים שלהם. הם יגידו לך ש-"הרואין הוא כמו שמיכה חמימה" או ש-"הרואין יהיה ההיי הכי טוב שלך".

לא אכפת להם אם הסמים הורסים את חייך כל עוד הם מקבלים תשלום. הדבר היחיד שאכפת להם ממנו זה כסף. סוחרי סמים לשעבר מודים שהם ראו בקונים שלהם "חיילים במשחק שחמט".

קבל את העובדות על סמים. החלט בעצמך.



האמת על סמים

סמים הם ביסודו של דבר רעלים. הכמות שנלקחת קובעת את מידת ההשפעה.

כמות קטנה פועלת כחומר ממריץ (מאיץ אותך). כמות גדולה יותר פועלת כחומר הרגעה (מאט אותך). וכמות גדולה יותר פועלת כרעל ומסוגלת להרוג.

זה נכון לגבי כל סם. רק הכמות הנדרשת להשגת ההשפעה משתנה.

אבל יש סמים רבים שיש להם חיסרון נוסף: הם משפיעים ישירות על המיינד. הם יכולים לעוות את הקליטה החושית של המשתמש לגבי מה שקורה סביבו. כתוצאה מכך, פעולותיו של האדם עלולות להיות מוזרות, לא הגיוניות, לא הולמות ואף הרסניות.

סמים חוסמים את כל התחושות, הרצויות ביחד עם הלא רצויות. לכן, בעוד שהם עוזרים בהקלת הכאב בטווח הקצר, הם גם מחסלים את היכולת והערנות ומערפלים את החשיבה.

תרופות הן סמים שמיועדים להאיץ, להאט או לשנות משהו בקשר לדרך שבה הגוף שלך פועל בניסיון לגרום לו לפעול טוב יותר. לפעמים הן נחוצות. אבל הן עדיין סמים: הן פועלות כחומרים ממריצים או כחומרי הרגעה, וכמות גדולה מדי יכולה להרוג אותך. אז אם אתה לא משתמש בתרופות כפי שאתה אמור להשתמש בהן, הן יכולות להיות מסוכנות כמו סמים לא חוקיים.

התשובה האמיתית היא לדעת את העובדות ולא לקחת סמים מלכתחילה.



למה אנשים לוקחים סמים?

אנשים לוקחים סמים כי הם רוצים לשנות משהו בחייהם.

הנה כמה מהסיבות שצעירים נתנו לשימוש בסמים:

- כדי להשתלב
- כדי לברוח או להירגע
- כדי להשתחרר מהשעמום
- כדי להיראות מבוגר
- כדי להתמרד
- כדי להתנסות

הם חושבים שסמים הם פתרון. אבל בסופו של דבר, סמים הופכים לבעיה.

עד כמה שזה יכול להיות קשה לאדם להתמודד עם הבעיות שלו, ההשלכות של שימוש בסמים הן תמיד גרועות יותר מהבעיה שהאדם מנסה לפתור איתם. התשובה האמיתית היא לדעת את העובדות ולא לקחת סמים מלכתחילה.





מיליוני עותקים של חוברות כמו זו חולקו לאנשים ברחבי העולם ביותר מ-20 שפות.

כשסמים חדשים מופיעים ברחובות ומידע רב יותר על ההשפעות שלהם מתגלה, החוברות הקיימות מעודכנות וחוברות חדשות מיוצרות.

החוברות מוצאות לאור על-ידי 'המוסד לעולם ללא סמים', ארגון ללא כוונת רווח לתועלת הציבור שהמטה שלו נמצא בלוס-אנג'לס, קליפורניה.

המוסד מספק חומרים חינוכיים, ייעוץ ותיאום עבור הרשת הבינלאומית שלו למניעת שימוש בסמים. הוא עובד עם בני נוער, הורים, מחנכים, ארגוני מתנדבים ומוסדות ממשלתיים – כל מי שמעוניין לעזור לאנשים לנהל חיים נקיים מסמים.

סימוכין:

לסימוכין שהיו בשימוש להכנת החוברת הזאת, לך אל NoToDrugs.co.il/refs.

קרדיטים לצילומים: עמודים 5, 12: istock.com, פיטר ויסימה; עמוד 6: istock.com, סטפני הורוקס; עמוד 13: Stockxpert; עמוד 13: מחלקת האוצר של ארה"ב, לשכת הסמים (מכור להרואין); עמוד 15: באדיבות פרנצ'סקה סורנטי

עובדות שאתה צריך לדעת

חוברת זאת היא אחת מסדרת פרסומים שמתארת את העובדות על שימוש במריחואנה, אלכוהול, פנטניל, סמים סינתטיים, אקסטזי, קוקאין, קראק קוקאין, קריסטל מת' ומתאמפטמינים, ממסים נדיפים, הרואין, אל-אס-די ותרופות מרשם. כשברשותו המידע הזה, הקורא יכול להחליט לחיות חיים נקיים מסמים.

כדי לעשות קורסים אונליין ללא תשלום או כדי ליצור קשר עם סניף של 'עולם ללא סמים' באזור שלך, לך אל NoToDrugs.co.il

Foundation for a Drug-Free World
DrugFreeWorld.org • info@drugfreeworld.org
1 (888) 668-6378 • 1 (818) 952-5260

סרוק כאן כדי להוריד את החוברת הזאת

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. כל הזכויות שמורות. Truth About Drugs והלוגו של Foundation for a Drug-Free World הם סימנים מסחריים בבעלות Foundation for a Drug-Free World ונמצאים בשימוש באישורו. מס' Hebrew-S001562