
AZ IGAZSÁG A
HEROINRÓL
hernyó
H
sár
háeren
Héra
mondjnemetadrogokra.hu

MIÉRT ÁLLÍTOTTUK ÖSSZE EZT A FÜZETET

Mostanában sok szó esik a drogokról. Az iskolában, az utcán, a neten és a tévében. Van, ami igaz belőle, és van, ami nem.

Talán nem tudod, de a drogokkal kapcsolatos adatok nagy részét valójában azoktól halljuk, akik ezeket árulják. Volt dílerek bevallották, hogy bármit mondtak, hogy eladják a drogot.

Ismerned kell a valódi tényeket és az igazságot a drogokról, hogy tájékozott döntést tudj hozni velük kapcsolatban. Ezért készítettük ezt a füzetet – neked.

A véleményed fontos a számunkra, ezért arra kérünk, hogy tudasd velünk, mit gondolsz a füzetről. Látogasd meg a weboldalunkat: **mondjnemetadrogokra.hu**, vagy írj e-mailt: **info@drugfreeworld.org**.

MI A HEROIN?

A heroin egy erős függőséget okozó, illegális drog. Világszerte drogfüggők milliói képtelenek leküzdeni azt a késztetést, hogy mindennap használják – pedig tudják, hogy borzalmas elvonási tünetekkel fognak szembenézni, ha abbahagyják.

A heroin (az ópiumhoz és a morfiumhoz hasonlóan) a mák nedvéből készül. Először a tejszerű ópiumot kinyerik a mákgubóból, aztán morfiummá finomítják, majd tovább feldolgozzák heroinná.

A heroint legtöbbször injekciózzák, ami a függőség fájdalma mellett olyan kockázatokkal jár, mint a HIV (AIDS), a hepatitisz B és a hepatitisz C elnevezésű májgyulladás, vagy más fertőzések.



„A heroin elvágott engem a világ többi részétől. A szüleim kirúgtak. A barátaim és a testvéreim nem akartak látni többé. TELJESEN EGYEDÜL VOLTAM.”
– Suzanne

A HEROIN EREDETE

A heroin első gyártója a német Bayer gyógyszergyártó cég volt 1898-ban. Eredetileg tuberkulózis elleni kezelésként és morfiumfüggőség elleni gyógymódként forgalmazták.

ÖRDÖGI KÖR

Az 1850-es években az ópiumfüggőség súlyos probléma volt az Egyesült Államokban. A „megoldás" az volt, hogy az ópiumot egy kevésbé erős és a feltételezések szerint „függőséget nem okozó" pótlékkal helyettesítették – a morfiummal. A morfiumfüggőség azonban hamarosan még nagyobb problémává vált.



A következő helyettesítő drog a heroin volt, amelyről kiderült, hogy még inkább függőséget okoz, mint a morfium. A heroinprobléma egy újabb, „függőséget nem okozó" pótlékot eredményezett – a ma *metadon* néven ismert drogot. A metadont német tudósok fejlesztették ki 1937-ben, akik sebészeti fájdalomcsillapító után kutattak, később az Egyesült Államokba került, ahol 1947-ben Dolophine márkanév alatt fogalmazták. A szert később átnevezték metadonra, és hamarosan már széles körben használták a heroinfüggőség kezelésére. Sajnos a metadonról bebizonyosodott, hogy még a heroinnál is erősebb függőséget okoz.

A heroin továbbra is világméretű probléma. Egyedül az Egyesült Államokban naponta körülbelül 20 életet követel.

HOGY NÉZ KI A HEROIN?

Legtisztább formájában a heroin egy finom fehér por. Gyakran azonban rózsaszínűnek, barnának vagy feketének tűnik a hígítására használt adalékanyagok, például a cukor vagy a koffein miatt. Az utcai heroint néha sztrichninnel* vagy más mérgekkel keverik. Ezek az adalékanyagok nem oldódnak fel teljesen, így amikor a szervezetbe fecskendezik a keveréket, eltömíthetik a tüdőhöz, a veséhez vagy az agyhoz vezető vérereket. Ez önmagában fertőzést okozhat vagy a létfontosságú szervek pusztulásához vezethet.



* sztrichnin: erősen mérgező, növényi eredetű anyag, amelyet patkányméreghez használnak. Lenyelve vagy belélegezve halált okozhat.

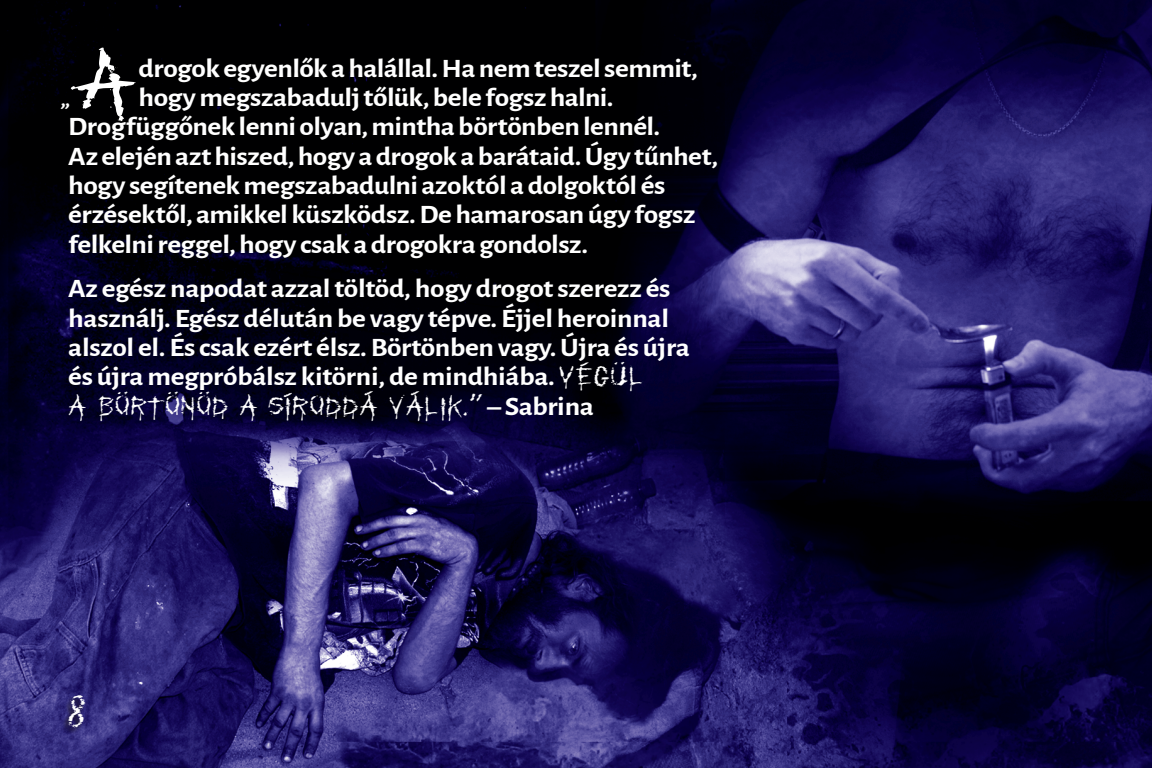
A szerhasználók soha nem tudják, hogy pontosan mennyire erős drogot vásárolnak az utcán, így a túladagolás kockázata állandóan fennáll.

A heroint be lehet fecskendezni, el lehet szívni vagy fel lehet szippantani. A heroin kezdetben az extroverzió és a megnövekedett szexuális teljesítmény hamis érzését keltheti. Ezek a hatások azonban gyorsan elhalványulnak, és a szerhasználók gyakran többet akarnak a drogból, olyan mámort kergetve, amelyet soha többé nem fognak érezni.

A heroin nagyon erős függőséget okoz. Már az egyszeri használat is okozhat sóvárgást és fájdalmas elvonást. A drog gyorsan lebontja az immunrendszert. A hosszan tartó használat gyakran jár súlyos fizikai és mentális hanyatlással és tragikus esetben halállal.

A HEROIN SZLENGNEVEI

- cukor
- fehér cukor
- H
- hercsi
- hernyó
- hó
- HRN
- liszt
- nyalóka
- sár



„A drogok egyenlők a halállal. Ha nem teszel semmit, hogy megszabadulj tőlük, bele fogsz halni. Drogfüggőnek lenni olyan, mintha börtönben lennél. Az elején azt hiszed, hogy a drogok a barátaid. Úgy tűnhet, hogy segítenek megszabadulni azoktól a dolgoktól és érzésektől, amikkel küszködsz. De hamarosan úgy fogsz felkelni reggel, hogy csak a drogokra gondolsz.

Az egész napodat azzal töltöd, hogy drogot szerezz és használj. Egész délután be vagy tépve. Éjjel heroinnal alszol el. És csak ezért élsz. Börtönben vagy. Újra és újra és újra megpróbálsz kitörni, de mindhiába. VÉGÜL A BÖRTÖNÖD A SÍRODDÁ VÁLIK.” – Sabrina

MILYEN KÁROKAT OKOZ A HEROIN

AZONNALI KÁROSODÁS: A heroin intenzív eufóriaérzetet okoz, amelyet *rush*-nak hívnak, és gyakran felhevült bőr és szájszárazság kíséri. A kezdeti mellékhatások közé tartozhat a hányás vagy a súlyos viszketés.

Az eufória elérése után a szerhasználók órákig álmosak lesznek, ahogy a légzésük és a szívverésük lelassul.

Néhány órával azután, hogy lecsökkent a drog hatása, a használó teste elkezd még több heroin után sóvárogni. Ha az ember nem vesz be újabb adagot, akkor tapasztalni kezdi az elvonási tüneteket. Az elvonási tünetek többek között azok a szélsőséges testi és mentális reakciók, amelyek akkor tapasztalhatóak, ha a test nem kap újabb adag heroint. Ilyen tünetek például a nyugtalanság, a különféle fájdalmak (pl. a csontokban), a hasmenés, a hányás és a nagyon rossz közérzet.

A kezdeti eufória csak néhány percig tart, de idővel a szerhasználóknak nagyobb adagokra van szükségük már ahhoz is hogy „normálisnak" érezzék magukat.

RÖVID TÁVÚ HATÁSOK:

- **feldobottság**
- **lelassult légzés**
- **zavaros gondolkodás**
- **hányinger és hányás**
- **bódultság**
- **a normálisnál alacsonyabb testhőmérséklet**
- **kóma vagy halál**

HOSSZÚ TÁVÚ HATÁSOK

Ennek a drognak a folyamatos használata katasztrofális hatással van a testre. A gyakori injekciózás miatt tönkremehetnek a vénák, fertőzés keletkezhet a vérerekben, és szívbillentyűzavarok léphetnek fel. A test általánosan leromlott állapota miatt tuberkulózis* következhet be. A heroinfüggőség egy másik hosszú távú következménye az ízületi gyulladás.



A heroin szörnyű elvonási tüneteket okoz, amelyek már néhány órával a legutolsó adag után elkezdik gyötörni a szer használóját.

A heroinfüggő életmódjának egyik eleme az, hogy megosztja a tűket más függőkkel – ami HIV-hez (AIDS-hez) vagy más fertőzésekhez vezethet. A becslések szerint az Egyesült Államokban az évi 35 000 új hepatitisz C2-vel (a májgyulladás egyik fajtája) fertőzött személy több mint 70 százaléka közös tűket használó drogosok közül kerül ki.

„Az emberek azt hiszik, hogy a heroin nagyszerű – csakhogy mindent elveszítesz: az állásodat, a szüleidet, a barátaidat, az önbizalmadat, az otthonodat. Szokásoddá válik a hazudozás és a lopás. Többé nem tisztelsz senkit és semmit." – Pete

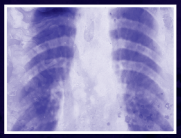
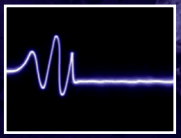
* tuberkulózis: (gümőkór) fertőző betegség, amely a tüdőt és más szerveket támadja meg

HOSSZÚ TÁVÚ HATÁSOK

- tönkrement fogak
- ínygyulladás
- székrekedés
- hidegrázás
- viszketés
- az immunrendszer gyengülése
- kóma
- légúti megbetegedések
- izomgyengeség, részleges bénulás
- csökkent szexuális teljesítőképesség, hosszú távon impotencia a férfiaknál
- nőknél menstruációs problémák
- képtelenség az orgazmus elérésére
- az emlékezőképesség és a szellemi teljesítmény csökkenése
- befelé fordulás
- depresszió
- kelések az arcon
- étvágytalanság
- álmatlanság

Injekciós tűk okozta tályogok (gennyel teli üregek) borítják ennek a 16 éves heroinfüggő fiúnak a testét



A HEROINHASZNÁLAT tönkreteszi a testet és a szellemi képességeket.

„CSAK EGYSZER PRÓBÁLOM KI.”

FIGYELEM: AKÁR EGYETLEN ADAG HEROIN IS ELINDÍTHAT A FÜGGŐSÉGHEZ VEZETŐ ÚTON.

Sokan ezt gondolva kísérleteznek a heroinnal: „Kipróbálom egyszer vagy kétszer. Bármikor abbahagyhatom.” De azok, akik elindulnak ezen az úton, úgy találják, hogy szinte lehetetlen visszafordulni. Sam, egy 15 éves függő, a következőket mondta: „Első alkalommal nagy valószínűséggel elhányod magad, és undorodsz az egésztől, de hamarosan megpróbálod újra. Rád akaszkodik, mint egy mániákus szerető. Érzed, ahogy beüt, és aztán amikor még többre vágysz, az olyan, mintha elzárnák előled a levegőt – így kerülsz a csapdájába.”

A függőség nem a legrosszabb következménye a heroinnal való kísérletezésnek. Jim 21 éves volt, esténként sörözni szokott a barátaival. Egyszer már kipróbálta a heroint, így amikor a barátai megkínálták, hogy szippantson egy csíkkal, elfogadta. 15 perc múlva elvesztette az eszméletét, aztán mély kómába esett, ami két hónapig tartott. Ma tolószékhez van kötve, képtelen írni, és alig tud olvasni. Bármiféle álma vagy terve is volt a jövőre nézve, az semmivé vált.



A HEROINOS KÜLSŐ

Egyes magazinok és divatirányzatok is népszerűsítették a „heroinsikk” kinézetet, amelynek jellemzői: sápadt arcbőr, karikás szemek, beesett arc és kóros soványság.

Ahogyan a rocksztárok az 1960-as években segítették népszerűsíteni az LSD-t, úgy jelenkorunk bizonyos divattervezői, fotósai és hirdetési szakemberei is fiatalok egy egész generációjára voltak hatással magazinjaikkal és videoklipjeikkel, amelyekben divatosnak, sőt kívánatosnak állították be a heroinhasználatot.

Ez vonzónak állítja be a heroinhasználatot, de közben nem vesz tudomást annak kegyetlen valóságáról. Davide Sorrenti (jobbra) divatfotós, akinek munkássága egybeforrt a „heroinsikk” stílussal, tragikus módon, 20 évesen hunyt el heroin-túladagolás következtében.



A LEFELÉ HÚZÓ ÖRVÉNY

A tizenévesek gyakran olyan szerekkel kezdik, mint a cigaretta vagy az alkohol. Az érettségiig a tinédzserek közel fele kipróbálja a marihuánát – azt a szert, amelyről korábban tévesen azt tartották, hogy nem okoz függőséget. Egyesek számára ez aztán erősebb, sokkal inkább függőséget okozó szerek – például a heroin – kipróbálásához vezet.

Nem minden mai marihuánafogyasztó tizenévesből lesz holnapra heroinfüggő. De a veszély fennáll. És a középiskolások körében végzett vizsgálatok azt mutatják, hogy ritkán használnak más drogokat anélkül, hogy először ne a füvet próbálnák ki. Amint a személyben kialakul a tolerancia a szer iránt, és már nem éri el a kezdeti „feldobottságot", amire vágyik, elkezdheti növelni az adagot, vagy keres valamilyen erősebb szert.

NÉZZÜNK SZEMBE A VALÓSÁGGAL

Manapság a fiatalok nagy valószínűséggel kapcsolatba kerülnek illegális drogokkal.

Az amerikai Monitoring the Future felmérés megállapította, hogy az USA-ban a 12 és 17 év közötti fiatalok körülbelül 27 százaléka használt illegális drogokat az előző évben. Az egyetemista korú fiatalok körében a marihuána használata soha nem volt ennyire elterjedt, és az elmúlt évben majdnem minden második használta. Az ENSZ Kábítószer- és Bűnügyi Hivatala szerint 2019-ben a világon hozzávetőleg 31 millió ember használt opiátokat (az ópiumszármazékok elnevezése), ópiumot és heroint az előző évben.

A HEROIN ÚJ ARCA

A szokásos kép az elcsüggedt fiatal heroinfüggőről, aki egy mocskos, sötét sikátorban fetreng, már a múlté. Manapság sok heroinfüggő a húszas évei végén jár, nagyvárosokon kívül él, és eredetileg vényköteles fájdalomcsillapítókkal kezdte a szerhasználatot.
A kutatások következetesen kimutatják az összefüggést a vényköteles fájdalomcsillapítók (például az OxyContin) visszaélésszerű használata és a heroinfogyasztás között.

A 2000-es évek elején nagyobb tisztaságú heroin kezdett megjelenni az utcákon. Mivel a heroint olcsóbban be lehetett szerezni, mint amennyibe az opioid (az ópiuméhoz hasonló hatást kiváltó) fájdalomcsillapítók kerültek, sok függő áttért rá. Ekkor viszont egy újabb halálos trend indult el: a heroin hatásának növelésére a dílerek elkezdték fentanillal keverni – ez olyan halálos kombináció, amely a túladagolásos halálesetek példátlan mértékű növekedéséhez vezetett.



Attól a naptól kezdve, hogy elkezdtem használni, nem álltam le. Onnantól, hogy szippantottam, egy hét alatt eljutottam odáig, hogy lőttem magam. Egy hónap alatt függő lettem, és rámént az összes pénzem. Mindenemet eladtam, ami ért valamit, végül pedig még azt is, ami az anyámé volt. Egy éven belül mindent elvesztettem.

ELADTAM A KOCSIMAT, ELVESZTETTEM A MUNKÁMAT, AZ ANYÁM KIRÚGOTT A HÁZÁBÓL, 25 000 DOLLÁROS HITELKÁRTYA-TARTOZÁSOM LETT,

és Camden utcáin éltem. Hazudtam, loptam, csaltam.

Megerőszakoltak, megvertek, kiraboltak, megloptak, letartóztattak, hajléktalan voltam, beteg és kétségbeesett. Tudtam, hogy senki sem bír túl sokáig egy ilyen életmódot, és tudtam, hogy közel a halál. De még a halál is jobb lett volna, mint a narkós élet." – Alison

NEMZETKÖZI STATISZTIKÁK

Világszerte közel 62 millió ember használt opioidokat* egyetlen év alatt, és ezeknek a fele heroint vagy ópiumot használt.

- Afganisztán termeli a világ ópiumtermelésének 85 százalékát, és ez táplálja a becslések szerint 55 milliárd dollár értékű heroinpiacot.
- Az Egyesült Államokban az Országos Droghasználati és Egészségügyi Felmérés arról számolt be, hogy egyetlen év alatt 745 000 amerikai használt heroint.
- A heroinhoz köthető túladagolásos halálesetek száma az Egyesült Államokban egy 12 hónapos időszakban meghaladta a 14 000-et.
- A Kábítószer és Kábítószer-függőség Európai Megfigyelőközpontjának beszámolója szerint a drogfogyasztással összefüggő halálesetek 75%-ában opioidok, köztük a heroin volt a kiváltó ok.
- Az Egyesült Államokban több mint 500 000 heroinfüggő van.



*** opioidok: gyűjtőfogalom, amely magában foglalja a természetes ópiumot, valamint a természetes és szintetikus ópiumszerű vegyületeket is.**



A HEROIN KEVERVE

A „cheese heroin” elnevezésű keverék összetevői: mexikói fekete heroin (amelyet színe miatt *fekete kátránynak* neveznek) és recept nélkül kapható, megfázás elleni gyógyszerek. Egy adag csupán néhány dollárba kerül. A „cheese heroin” használói közül már kilencéves gyerekeket is kellett kórházba szállítani heroinelvonásra.

A *speedball* (vagy *powerball*) heroin és kokain, illetve heroin és metamfetamin keveréke. Mivel a heroin nyugtató hatású szer (depresszáns), a kokain és a metamfetamin pedig serkentőszer (stimuláns), ezek kombinációja életveszélyes ellentétes irányú hatásokat vált ki a szervezetben és az agyban. Amikor a heroint fentanillal és kokainnal keverik, az a *super speedball*.

AMIT A DROGDÍLEREK MONDANAK NEKED



Amikor tizenéveseket egy felmérés során arról kérdeztek, hogy miért kezdtek el drogozni, 55 százalékuk azt válaszolta, hogy a barátaik nyomására tették. Menők és népszerűek akartak lenni. A dílerek tudják ezt.

Barátként közelítenek hozzád, és felajánlják, hogy „segítenek" neked „valamivel, ami majd feldob", vagy „segít ellazulni". Azt mondják, hogy a drog „segíteni fog neked beilleszkedni", vagy „vagány leszel tőle", és „ha veszélyes lenne, akkor nem legalizálnák annyi helyen".

A drogdílereket az elérhető pénz motiválja, és ezért bármit mondhatnak neked, hogy megvedd a drogot. Azt mondják, hogy „a heroin bársonyosan simogat" és hogy „ettől fogod magad a legjobban érezni".

Amíg megkapják a pénzüket, a drogdílereket nem érdekli, hogy a drogok tönkreteszik az életed. Őket kizárólag a pénz érdekli. Volt dílerek beismerték, hogy a vevőiket csak „sakkfiguráknak" tekintették.

Ismerd meg a tényeket a drogokról! Hozd meg a saját döntéseidet!

Az igazság a drogokról

A drogok lényegében mérgek. Az elfogyasztott mennyiség határozza meg a hatást.

Egy kis mennyiség serkentőszerként hat (felgyorsít). Nagyobb mennyiség nyugtatóként hat (lelassít). A még nagyobb mennyiség méregként hat, és halált is okozhat.

Ez minden drogra igaz. Csak a hatás eléréséhez szükséges mennyiség különbözik.

De sok drognak van még egy hátránya: közvetlen hatással van az elmére. Eltorzíthatja a droghasználó érzékelését azzal kapcsolatban, ami körülötte történik. Ezért a személy tettei furcsák, észszerűtlenek, értelmetlenek, sőt pusztítóak lehetnek.

A drogok minden érzést gátolnak, a kellemeseket és a kellemetleneket egyaránt. Tehát, bár a drogok rövid távú segítséget nyújthatnak a fájdalom csillapításában, ezzel együtt rombolják a képességeket és az éberséget, valamint zavarossá teszik az ember gondolkodását.

A gyógyszerek olyan anyagok, amelyek célja gyorsítani, lassítani vagy megváltoztatni valamit a tested működésében annak érdekében, hogy a tested jobban működjön. Néha szükség van rájuk. Ettől azonban még ugyanúgy drogok: serkentőszerként vagy nyugtatóként hatnak, és túl sok belőlük halált is okozhat. Tehát, ha a gyógyszereket nem úgy használod, ahogy kell, akkor ugyanolyan veszélyesek lehetnek, mint az illegális kábítószerek.

Az igazi megoldás az, hogy megismerjük a tényeket, és eleve el sem kezdünk drogokat szedni.



MIÉRT FOGYASZTANAK AZ EMBEREK DROGOKAT?

Az emberek azért szednek drogokat, mert valamit meg akarnak változtatni az életükben.

Íme néhány ok, amelyet a fiatalok mondtak arra a kérdésre, hogy miért kezdtek drogokat szedni:

- be akartak illeszkedni
- menekülni vagy lazítani akartak
- unatkoztak
- hogy felnőttnek látsszanak
- lázadni akartak
- kísérleteztek

A drogokat megoldásnak tartják, de végül a drogok maguk lesznek a probléma.

Bármilyen nehéz is szembenézni a problémáinkkal, a droghasználat következményei mindig rosszabbak, mint az a probléma, amit meg szeretnénk oldani velük. Az igazi megoldás az, hogy megismerjük a tényeket, és eleve el sem kezdünk drogokat szedni.



Több millió ilyen füzetet osztottunk már ki a világon, 20-nál több nyelven.



Ahogy egyre újabb drogok jelennek meg az utcákon, és egyre többet tudunk a hatásaikról, ezeket a füzeteket naprakésszé tesszük, illetve újakat állítunk össze.

A füzeteket a Drogmentes Világért Alapítvány adja ki, amely egy Los Angeles-i központú nonprofit közhasznú szervezet.

Az alapítvány oktatási anyagokkal és tanácsokkal látja el, valamint összehangolja a nemzetközi drogmegelőzési hálózatát. Fiatalokkal, szülőkkel, pedagógusokkal, önkéntes szervezetekkel és kormányhivatalokkal működik együtt – bárkivel, aki segíteni akar az embereknek drogmentes életet élni.

REFERENCIÁK:

A füzet készítéséhez használt referenciákat megtalálod a MondjNemetaDrogokra.hu/refs weboldalon.

FÉNYKÉPEK: 5., 12. oldal: istock.com, Peeter Viisimaa; 6. oldal: istock.com, Stephanie Horrocks; 13. oldal: Stockxpert; 13. oldal: US Treasury Department, Bureau of Narcotics (heroinfüggő); 15. oldal: Francesca Sorrenti jóvoltából

TÉNYEK, AMELYEKET TUDNOD KELL

Ez a füzet egy olyan sorozat része, amely tartalmazza a tényeket a marihuánáról, az alkoholról, a fentanilról, a szintetikus drogokról, az ecstasyról, a kokainról, a crack kokainról, a kristálymetről és a metamfetaminról, az inhalánsokról, a heroinról, az LSD-ről és a vénykötelés szerekkel való visszaélésről. Ezeknek az információknak a birtokában az olvasó lehetőséget kap, hogy a drogmentes élet mellett döntsön.

Ha ingyenes online tanfolyamokat szeretnél elvégezni, vagy kapcsolatba szeretnél lépni egy Drogmentes Világért csoporttal a közeledben, látogass el a MondjNemetaDrogokra.hu oldalra

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

Szkenneld be itt a füzet letöltéséhez

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Minden jog fenntartva. A Truth About Drugs (Az Igazság a Drogokról) és a Foundation for a Drug-Free World-logó védjegyek, amelyek a Foundation for a Drug-Free World (Drogmentes Világért Alapítvány) tulajdonában vannak, és használatuk annak engedélyével történik. #S001562 - HUNGARIAN