
SANNHETEN OM
HEROIN
Smack
Skag
H
Junk
Horse
neitilstoff.org

HVORFOR DETTE HEFTET BLE LAGET

Det prates mye om stoffer verden over – på gaten, i skolen, på Internett og på TV. Noe av det er sant, noe er ikke sant.

Det du kanskje ikke vet er at mye av det du hører om stoff faktisk kommer fra langerne. Tidligere langere har sagt at de ville si hva som helst for å få et salg.

Du trenger de virkelige faktaene og sannheten om stoff slik at du kan ta en informert beslutning om det. Det er grunnen til at vi lagde dette heftet – for deg.

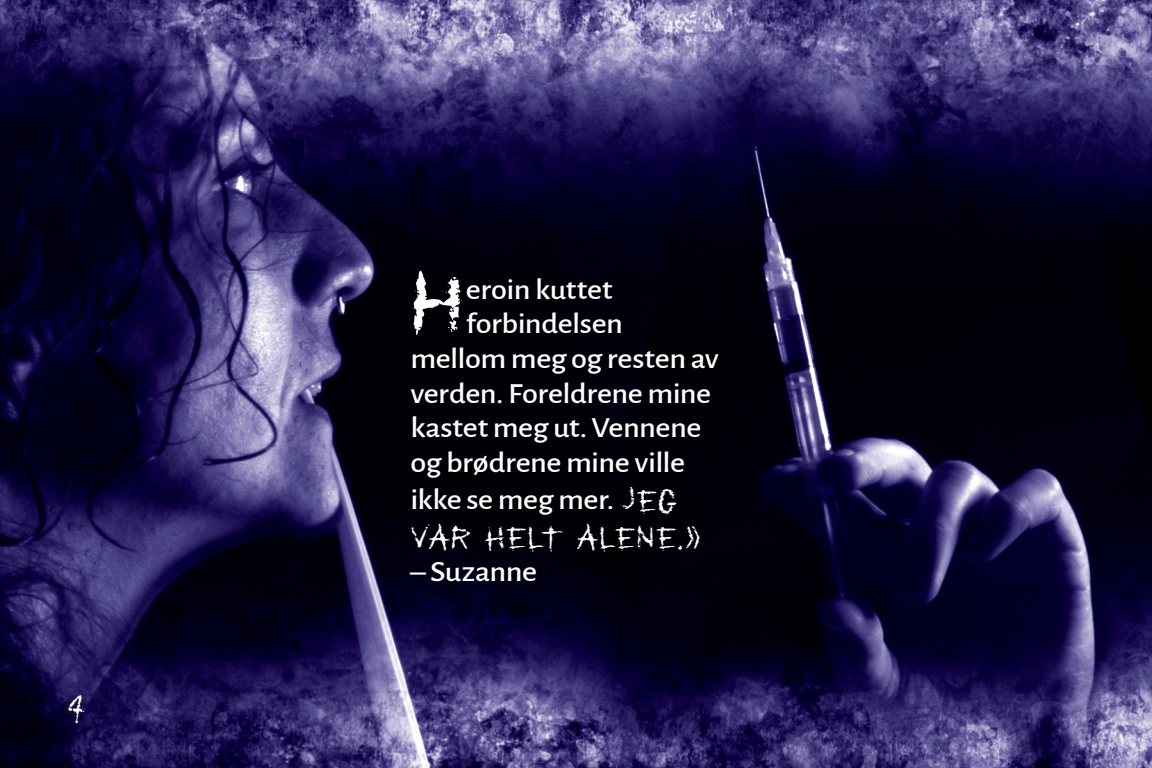
Tilbakemelding fra deg er viktig for oss, så fortell oss hva du mener om dette heftet. Besøk oss på **NeiTilStoff.org** og send oss en e-post på **info@drugfreeworld.org**.

HEROIN: HVA ER DET?

Heroin er et ulovlig stoff som er svært avhengighetsskapende. Millioner av avhengige rundt om i verden er ikke i stand til å overvinne trangen til å bruke det hver dag – vel vitende om at de vil oppleve fryktelige abstinenssymptomer hvis de slutter.

Heroin, som opium og morfin, er laget av melkesaften fra opiumsvalmuen. Denne opiumsaften blir først fjernet fra frøkapselen til valmuen, foredles deretter til morfin og bearbeides videre til heroin.

De fleste typene heroin injiseres, hvilket øker risikoer, så som å få HIV eller AIDS, hepatitt B, hepatitt C eller annen smitte i tillegg til smerten som avhengighet fører med seg.


Heroin kuttet forbindelsen mellom meg og resten av verden. Foreldrene mine kastet meg ut. Vennene og brødrene mine ville ikke se meg mer. JEG VAR HELT ALENE.»
– Suzanne

OPPRINNELSEN TIL HEROIN

Heroin ble først produsert i 1898 av det tyske legemiddelfirmaet Bayer. Det ble opprinnelig markedsført som en behandling for tuberkulose, og som en avhjelping for morfinavhengighet.

EN ONd SIRKEL

I 1850-årene ble opiumsavhengighet et stort problem i USA. «Løsningen» var å erstatte opium med et svakere og angivelig «ikke-vanedannende» substitutt – morfin. Men morfinavhengighet ble snart et enda større problem.

Det neste erstatningsmedikamentet var heroin, som viste seg å være enda mer vanedannende enn morfin. Og med heroinproblemet kom det enda et «ikke-vanedannende» substitutt – stoffet som nå er kjent som *metadon*. Metadon ble først utviklet i 1937 av tyske vitenskapsmenn som lette etter et kirurgisk smertestillende stoff. Det ble eksportert til USA og fikk merkenavnet Dolofin i 1947. Dolofin fikk senere navnet metadon og fikk snart stor utbredelse som middel mot heroinavhengighet. Dessverre viste det seg å være enda mer vanedannende enn heroin.

I dag forblir heroin et globalt problem. Bare i USA krever det omtrent 20 liv hver eneste dag.



HVORDAN SER HEROIN UT?

Heroin i sin reneste form er et fint hvitt pulver. Imidlertid ser det ofte ut som rosagrått, brunt eller svart på grunn av tilsetningsstoffer som brukes til å fortynne det, så som sukker eller koffein. Gateheroin blir noen ganger blandet med stryknin* eller andre giftstoffer. Disse tilleggsstoffene løser seg ikke helt opp, og når de blir injisert i kroppen, kan de blokkere blodårene til lungene, nyrene eller hjernen. Dette kan i seg selv forårsake infeksjoner eller ødeleggelse av livsviktige organer.



* stryknin: en svært giftig plantebasert substans som brukes i rottegift. Det kan være dødelig hvis det svelges eller pustes inn

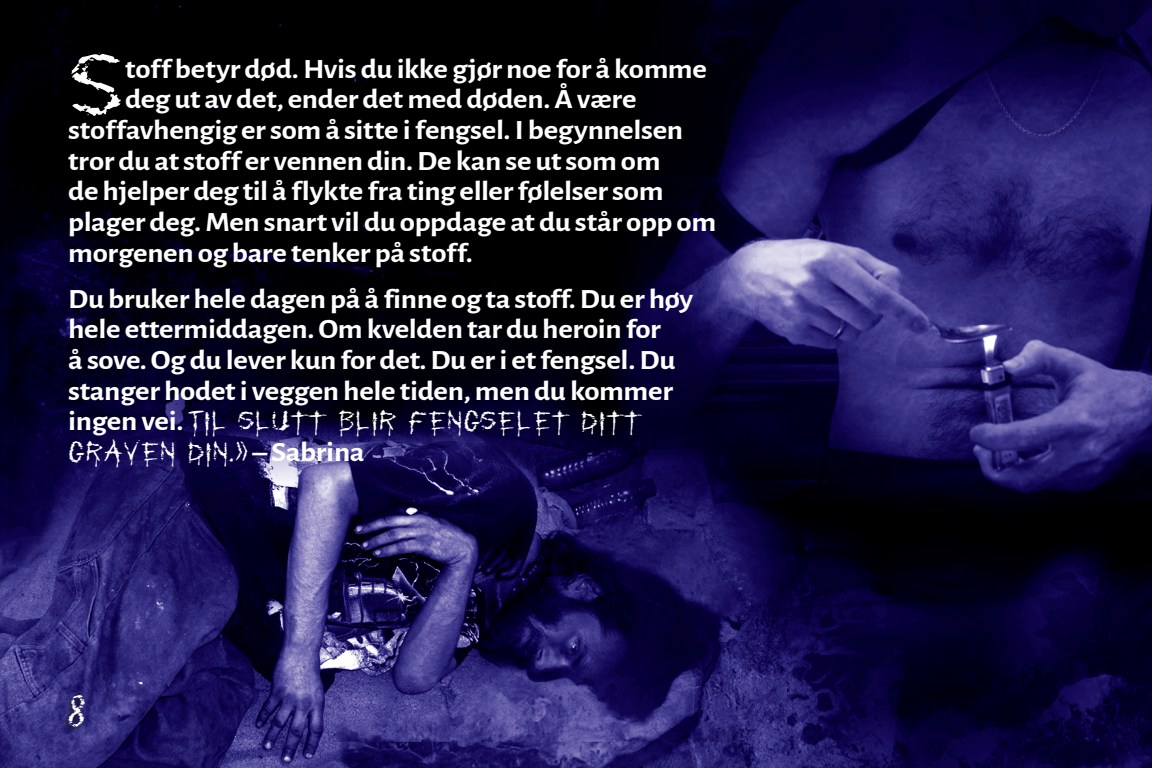
Brukere kan aldri vite den faktiske styrken til heroinet de kjøper på gaten, hvilket setter dem i konstant fare for en overdose.

Heroin kan injiseres, røykes eller sniffes. Heroin kan i utgangspunktet skape en falsk følelse av ekstroversjon og økt seksuell ytelse. Men disse effektene forsvinner raskt, og brukere søker ofte mer av stoffet og jager en rus de aldri vil føle igjen.

Heroin er sterkt vanedannende. Selv hvis man bruker det én gang, kan det forårsake tranger og smertefull avvenning. Stoffet bryter raskt ned immunsystemet. Langvarig bruk fører ofte til et kraftig fysisk og mentalt forfall og, tragisk nok, død.

GATENAVN for HEROIN

- Big H
- Brown Sugar
- H
- Hell Dust
- Horse
- Junk
- Nose Drops
- Skag
- Smack
- Thunder



Stoff betyr død. Hvis du ikke gjør noe for å komme deg ut av det, ender det med døden. Å være stoffavhengig er som å sitte i fengsel. I begynnelsen tror du at stoff er vennen din. De kan se ut som om de hjelper deg til å flykte fra ting eller følelser som plager deg. Men snart vil du oppdage at du står opp om morgenen og bare tenker på stoff.

Du bruker hele dagen på å finne og ta stoff. Du er høy hele ettermiddagen. Om kvelden tar du heroin for å sove. Og du lever kun for det. Du er i et fengsel. Du stanger hodet i veggen hele tiden, men du kommer ingen vei. TIL SLUTT BLIR FENGSELET DITT GRAVEN DIN.» – Sabrina

HEROINETS DESTRUKTIVE VIRKNINGER

UMIDDELBAR SKADE: Heroin produserer en intens følelse kalt et *rush*, ofte ledsaget av varm hud og en tørr munn. Innledende bivirkninger kan inkludere oppkast eller kraftig kløe.

Etter rusen blir brukere søvnige i flere timer mens åndedrettet og hjertefrekvensen minker.

Bare timer etter at stoffvirkningene har avtatt, begynner brukerens kropp å kreve mer. Hvis personen ikke får en ny dose, vil han begynne å få abstinenssymptomer. Abstinenssymptomer inkluderer de ekstreme fysiske og mentale symptomene man opplever når kroppen ikke får den neste dosen med heroin: Disse symptomene inkluderer rastløshet, smerter og ubehag i knoklene, diaré, oppkast og intens ubekvemhet.

Den innledende rusen varer bare noen få minutter, men over tid trenger brukere større doser bare for å føle seg «normal».

KORTTIDSVIRKNINGER

- **Rush**
- **Nedsatt åndedrett**
- **Omtåket mental tilstand**
- **Kvalme og brekninger**
- **Bedøvelse (søvnighet)**
- **Hypotermi (kroppstemperatur lavere enn vanlig)**
- **Koma eller død**

LANGTIDSVIRKNINGER

Virkningene på kroppen fra vedvarende bruk av heroin er veldig ødeleggende. Hyppige injeksjoner kan gi sammensunkne vener og føre til infeksjon i blodårene og hjerteklaffene. Den generelt dårlige fysiske tilstanden kan føre til tuberkulose*.

Leddgikt er en annen langtids-virkning av heroin-misbruk.



Abstinenssymptomene man får fra heroin, er en forferdelig opplevelse som begynner å plage kroppen bare noen timer etter siste dose.

Ett element i livsstilen til en heroinavhengig er å dele nåler med andre avhengige – noe som kan føre til HIV, AIDS eller andre smittsomme infeksjoner. Det anslås at av de 35 000 nye tilfellene av hepatitt C (en spesifikk type leversyksom) i USA hvert år, er over 70 prosent sprøytenarkomane.

«Folk tror at heroin er supert, men du mister alt: jobb, foreldre, venner, tillit, hjemmet ditt. Løgn og tyveri blir en vane. Du respekterer ikke noen eller noe lenger.» – Pete

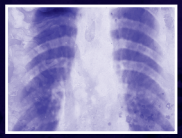
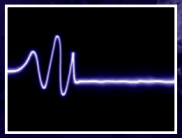
* tuberkulose: en infeksjonssykdom som påvirker lunger og andre organer

LANGTIDSVIRKNINGER

- Dårlige tenner
- Betennelse i tannkjøttet
- Forstoppelse
- Kaldsvetting
- Kløe
- Svekket immunsystem
- Koma
- Luftveissykdommer
- Delvis eller full lammelse
- Nedsatt seksuell kapasitet og vedvarende impotens hos menn
- Menstruasjonsplager for kvinner
- Manglende evne til å få orgasme (kvinner og menn)
- Hukommelsestap og nedsatt tankevirksomhet
- Innadvendthet
- Depresjon
- Kviser i ansiktet
- Tap av appetitt
- Søvnløshet

Bylle dekker kroppen til en 16 år gammel avhengig etter bruk av sprøyter.



HEROINMISBRUK skaper en mental og fysisk ødeleggelse.

«JEG SKAL BARE PRØVE DET ÉN GANG.»

ADVARSEL: SELV EN ENKELT DOSE MED HEROIN KAN FØRE TIL AVHENGIGHET.

Mange eksperimenterer med heroin og tenker: «Jeg skal prøve en eller to ganger. Jeg kan alltids stoppe.» Men de som begynner på den ferden oppdager at det er nesten umulig å snu. Tenk over ordene til Sam, en 15 år gammel avhengig: «Når du tar et skudd for første gang, vil du sannsynligvis kaste opp og føle avsky, men snart vil du prøve igjen. Det vil klenge seg til deg som en besatt elskerinne. Rushet etter skuddet og hvordan du vil ha mer, som om du ikke får puste – det er slik det vil fange deg.»

Det at du kan bli avhengig er ikke det verste ved å eksperimentere med heroin. Jim var 21 år gammel og pleide å bruke kveldene på øldrikking sammen med venner. Han hadde allerede eksperimentert med heroin, så da noen venner tilbød ham noe stoff å sniffe, sa han ja. Et kvarter senere mistet han bevisstheten og falt inn i dyp koma som varte i mer enn to måneder. I dag sitter han i rullestol, kan ikke skrive og kan bare så vidt lese. Alle drømmene og planene han engang hadde er forsvunnet.



HEROINSTILEN

Noen tidsskrifter og motetrender har fremmet en «heroin chic» look: blek hudfarge, mørke ringer under øynene, innsunkne kinn og ekstrem tynnhet.

Akkurat som rockestjerner bidro til å popularisere LSD på 1960-tallet, har noen av dagens motedesignere, fotografer og reklamefolk påvirket en hel ungdomsgenerasjon ved å fremstille heroinbruk i blader og musikkvideoer som noe moteriktig og til og med ønskelig.

Dette glamoriserer heroinbruk og ignorerer de ødeleggende realitetene. Motefotografen Davide Sorrenti (til høyre), hvis arbeid var synonymt med «heroin chic», døde tragisk av en heroinoverdose da han var 20 år gammel.



EN VELDIG BRATT UTFORBAKKE

Tenåringer begynner ofte med substanser som sigaretter eller alkohol. Når de går ut av videregående skole vil nesten halvparten av alle tenåringer ha prøvd marihuana, som man ved en feiltakelse ikke trodde var vanedannende. For noen fører dette til eksperimentering med sterkere, mer vanedannende stoffer som heroin.

Ikke alle barn som røyker marihuana i dag vil bli heroinavhengige i morgen. Men faren for det eksisterer. Og undersøkelser blant elever på videregående skole over lengre tidsrom, viser at få ungdommer bruker andre stoff uten først å ha prøvd marihuana. Så snart en person bygger opp toleranse og ikke lenger kan få det innledende rushet han ønsker, begynner han med større doser eller å se etter noe sterkere.

LA OSS SE VIRKELIGHETEN I ØYNENE

Unge mennesker i dag har stor sannsynlighet for å komme i kontakt med ulovlige stoffer.

Monitoring the Future-undersøkelsen fant at rundt 27 prosent av ungdommer i alderen 12 til 17 år i USA hadde brukt et ulovlig stoff i året som gikk. Bruken av marihuana blant unge voksne i college-alderen er på et rekordhøyt nivå, og nesten halvparten av dem har brukt det i året som gikk. I 2019 var det ifølge FNs Kontor for stoff og kriminalitet ca. 31 millioner mennesker verden over som brukte opiater, opium og heroin året før.

HEROINETS NYE ANSIKT

Det stereotype bildet av en apatisk, ung heroinmisbruker som ligger sammensunket i en skitten, mørk bakgate, er foreldet. I dag er mange heroinavhengige i slutten av 20-årene som bor utenfor store urbane områder, og først misbrukte reseptbelagte smertestillende midler. Studier viser konsekvent en sammenheng mellom misbruk av reseptbelagte smertestillende midler (som OxyContin) og bruken av heroin.

Tidlig på 2000-tallet ble heroin med høyere renhet tilgjengelig på gatene. Fordi heroinet var billigere enn å kjøpe opioidpiller, gikk mange misbrukere av smertestillende midler over til heroin. På hvilket tidspunkt en annen dødelig trend dukket opp: for å øke styrken av heroin, begynte langerne å legge til fentanyl – en dødelig blanding som resulterte i en økning i overdosedødsfall uten sidestykke.



Fra den dagen jeg begynte å ta det, stoppet jeg aldri. Innen en uke hadde jeg gått fra å sniffe heroin til å sette sprøyter. Innen en måned var jeg avhengig og brukte alle pengene mine på det. Jeg solgte alt av verdi som jeg eide og etter hvert alt som moren min eide. Innen et år hadde jeg mistet alt.

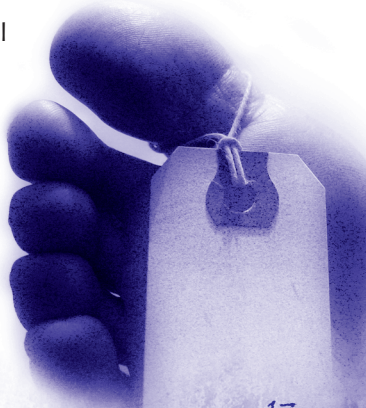
JEG SOLGTE BILEN MIN, MISTET JOBBEN, BLE SPARKET UT HJEMMEFRA AV MOREN MIN, SKYLDTE 25 000 DOLLAR PÅ KREDITTKORTET MITT og levde på gaten i Camden, New Jersey. Jeg løy, stjal og svindlet.

Jeg ble voldtatt, slått, overfalt, ranet, arrestert, var hjemløs, syk og desperat. Jeg visste at ingen kunne opprettholde en slik livsstil særlig lenge, og jeg visste at døden var nært forestående. Om noe, så ville døden være bedre enn livet som narkoman.» – Alison

INTERNASJONALE STATISTIKKER

Vesten 62 millioner mennesker i verden bruker opioider* på et år, og halvparten av dem bruker heroin eller opium.

- Afghanistan produserer 85 prosent av verdens opium, hvilket driver et heroinmarked som er verdt omtrent 55 milliarder dollar.
- National Survey on Drug Use and Health (Den nasjonale undersøkelsen om stoffbruk og helse) rapporterte at 745 000 amerikanere brukte heroin på et enkelt år.
- Overdosedødsfall i USA som involverte heroin, utgjorde over 14 000 i løpet av en 12-måneders periode.
- Opiater, hovedsakelig heroin, var involvert i tre av fire stoffoverdosedødsfall i Europa, ifølge en rapport fra European Monitoring Centre on Drugs and Drug Addiction.
- I USA er mer enn 500 000 mennesker avhengige av heroin.



* opioider: et vidt begrep som omfatter naturlig opium, så vel som naturlige og syntetiske opiumlignende substanser



HEROIN KOMBINERT MED ...

Oste-heroin er en blanding av svart meksikansk tjære-heroin (kalt *svart tjære* på grunn av sin farge) og reseptfri forkjølelsesmedisin. Stoffet koster bare noen få dollar per skudd. Brukere av oste-heroin så unge som ni år har blitt kjørt til sykehusets akuttmottak for heroinavvenning.

En *speedball* (eller *powerball*) kombinerer heroin og kokain eller heroin og metamfetamin. Ettersom heroin er et beroligende middel, og kokain og meth er sentralstimulerende midler, skaper inntaket av dem en potensielt dødelig push-pull-effekt på kroppen og hjernen. Kombinasjonen av heroin med kokain og fentanyl er kjent som en *super speedball*.

HVA LANGERNE VIL FORTELLE DEG

Da tenåringer ble spurt for å finne ut hvorfor de startet å bruke stoff i første omgang, svarte 55 prosent at det var på grunn av press fra venner. De ønsket å være kule og populære. Langerne vet dette.

De vil nærme seg deg som en venn og tilby å «hjelpe deg» med «noe som løfter deg opp». Stoffet vil «hjelpe deg med å passe inn» eller «gjøre deg kul».

Narkolangerne vil si hva som helst for å få deg til å kjøpe stoffet sitt, bare for å tjene penger. De vil fortelle deg at «heroin er et varmt teppe» eller «heroin er den beste måten å bli høy på».

De bryr seg ikke om stoffet ødelegger livet ditt, så lenge de får betalt. Alt de bryr seg om er penger. Tidligere langere innrømmer at de så på kjøperne sine som «bønder i et sjakkspill».

Skaff deg faktaene om stoff. Bestem selv hva du vil gjøre.

Sannheten om Stoff

Stoff er grunnleggende sett gift. Hvor mye som tas avgjør virkningen.

En liten mengde virker stimulerende (øker aktivitet). En større mengde virker som et beroligende middel (undertrykker aktivitet). En enda større mengde virker som en gift og kan ta livet av en.

Dette er sant for ethvert stoff. Bare mengden som trengs for å oppnå den ønskede virkningen varierer.

Men mange stoff har enda en ulempe: de påvirker sinnet direkte. Dette kan forvrenge brukerens oppfatning av hva som skjer rundt ham. Som et resultat kan en persons handlinger virke merkelige, ufornuftige, upassende og til og med destruktive.

Stoff avskjærer alle følelser, de ønskverdige så vel som de uønskede. Så, mens de gir hjelp med lindring av smerte for en kort tid, utsletter de også evner og årvåkenhet og gjør tankene uklare.

Medisiner er substanser som har til hensikt å øke eller senke hastigheten, eller forandre noe med hensyn til hvordan kroppen din fungerer for å prøve å få den til å fungere bedre. Noen ganger er de nødvendige. Men disse er fortsatt narkotiske midler: De fungerer stimulerende eller beroligende, og for mye kan ta livet av deg. Så hvis du ikke bruker medisiner slik de er ment å brukes, kan de være like farlige som ulovlige stoffer.

Det virkelige svaret er å få faktaene og ikke ta stoff i første omgang.



HVORFOR BRUKER FOLK STOFF?

Folk bruker stoff fordi de ønsker å endre noe i livet sitt.

Her er noen av grunnene unge mennesker har angitt for å ta stoff:

- For å passe inn
- For å slippe vekk eller slappe av
- For å ikke kjede seg
- For å virke mer voksne
- For å gjøre opprør
- For å eksperimentere

De tror stoff er en løsning. Men til sist blir stoff problemet.

Skjønt det kan være vanskelig å se ens problemer i øynene, er følgene av å bruke stoff alltid verre enn det problemet man prøver å løse med dem. Det virkelige svaret er å få faktaene og ikke ta stoff i første omgang.



Millioner av eksemplarer av hefter som disse har blitt delt ut til folk verden over på 20 språk.



Når nye stoff dukker opp på gaten, og mer informasjon om deres virkninger blir kjent, blir eksisterende hefter oppdatert og det blir lagd nye.

Heftene blir utgitt av Foundation for a Drug-Free World (Stiftelsen for en Stoffri Verden), en allmennyttig organisasjon med hovedkontor i Los Angeles i California.

Stiftelsen skaffer til veie undervisningsmateriale, råd og koordinerer sitt internasjonale nettverk til forebygging av stoffmisbruk. Organisasjonen arbeider med unge, foreldre, lærere, frivillige organisasjoner og myndigheter – alle som er interessert i å hjelpe mennesker til et liv uten stoffmisbruk.

REFERANSER:

For kildematerialet som ble brukt til å sette sammen dette heftet, gå til NeiTilStoff.org/refs.

FOTO: sider 5, 12: istock.com, Peeter Viisimaa; side 6: istock.com, Stephanie Horrocks; side 13: Stockxpert; side 13: US Treasury Department, Bureau of Narcotics (heroinavhengig); side 15: gitt av Francesca Sorrenti

FAKTA DU TRENGER Å VITE

Dette heftet er ett i en serie med publikasjoner som inneholder fakta om marihuana, alkohol, fentanyl, syntetisk narkotika, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth og metamfetamin, sniffestoffer, heroin, LSD og misbruk av reseptpliktige legemidler. Utstyrt med denne informasjonen kan leseren ta beslutningen om å leve et liv uten stoff.

For å gjøre gratis online-kurs eller for å komme i kontakt med en Stoffri Verden-avdeling i ditt område, gå til NeiTilStoff.org

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

Skann her for å laste ned dette heftet

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alle rettigheter forbeholdt. Truth About Drugs og The Foundation for a Drug-Free World-logoen er varemerker eid av The Foundation for a Drug-Free World, og brukes med dens tillatelse. #S001562 - NORWEGIAN