
SANNINGEN OM
HEROIN
Smack
Häst
H
Jonk
Horse
nejtilldroger.se

VARFÖR DETTA HÄFTE PRODUCERADES

Det är mycket prat om droger nuförtiden – i skolan, på gatorna, på internet och i tv. En del av det är sant, en del inte.

Vad du kanske inte vet är att mycket av vad du hör om droger faktiskt kommer från dem som säljer dem. Tidigare langare har medgett att de skulle ha sagt vad som helst till folk för att få dem att köpa droger.

Du behöver verkliga fakta och sanningen om droger så att du kan fatta ett välgrundat beslut om dem. Det är därför vi har producerat detta häfte – för dig.

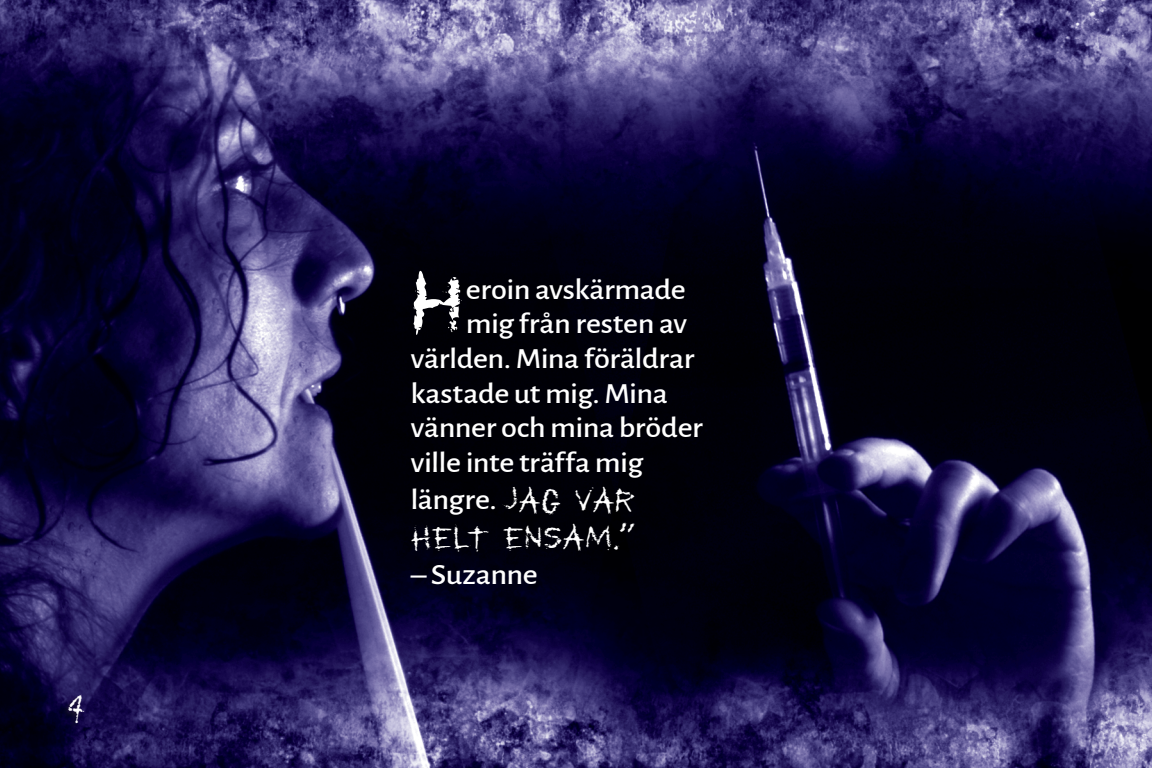
Din feedback är viktig för oss, så låt oss veta vad du tycker om detta häfte. Besök oss på nätet på **NejTillDroger.se** och skicka e-post till oss på **info@drugfreeworld.org**.

HEROIN: VAD ÄR DET?

Heroin är en mycket beroendeframkallande illegal drog. Miljontals missbrukare runt om i världen kan inte stå emot suget att använda det varje dag – då de vet att de kommer att få fasansfulla abstinensbesvär om de slutar.

Precis som opium och morfin framställs heroin av saften från vallmoblomman. Mjölkaktigt, växtsaftliknande opium avlägsnas först från vallmoblommans frökapsel. Detta opium förädlas för att göra morfin, som sedan förädlas ytterligare för att göra heroin.

De flesta tar heroin genom injektion, vilket innebär ytterligare risker som att smittas av hiv eller aids, hepatit B, hepatit C eller andra infektioner utöver smärtan av beroendet.


Heroin avskärmade mig från resten av världen. Mina föräldrar kastade ut mig. Mina vänner och mina bröder ville inte träffa mig längre. JAG VAR HELT ENSAM."
– Suzanne

HEROINETS URSPRUNG

Heroin tillverkades först 1898 av det tyska läkemedelsföretaget Bayer. Det marknadsfördes ursprungligen som en behandling för tuberkulos och ett botemedel mot morfinberoende.

EN ONd CIRKEL

På 1850-talet var opiumberoende ett stort problem i USA. ”Lösningen” var att ersätta opium med ett mindre potent och påstått icke-beroendeframkallande substitut – morfin. Men morfinberoende blev snart ett ännu större problem.

Nästa ersättningsdrog var heroin, som visade sig vara ännu mer beroendeframkallande än morfin. Med heroinproblemet kom ännu ett ”icke-beroendeframkallande” substitut – drogen som nu är känd som *metadon*. Metadon utvecklades först 1937 av tyska forskare som letade efter ett kirurgiskt smärtstillande medel och exporterades till USA under handelsnamnet Dolophine 1947. Drogen döptes om till metadon och började snart användas i stor utsträckning som behandling för heroinberoende. Tyvärr visade det sig vara ännu mer beroendeframkallande än heroin.

Idag är heroin fortfarande ett globalt problem. Bara i USA orsakar det omkring 20 dödsfall varje dag.



HUR SER HEROIN UT?

Heroin i sin renaste form är ett fint vitt pulver. Men det ser ofta rosagrått, brunt eller svart ut på grund av tillsatser som används för att späda ut det, som socker eller koffein. Ibland blandas heroin som säljs på gatan med stryknin* eller andra gifter. Dessa tillsatser löses inte upp helt, så när de injiceras i kroppen kan de täppa till blodkärlen som leder till lungorna, njurarna eller hjärnan. Detta kan i sig orsaka infektion eller förstörelse av vitala organ.

Användare kan aldrig veta den faktiska styrkan på heroinet de köper på gatan, vilket gör



* stryknin: ett mycket giftigt ämne från växtriket som används i råttgift. Det kan vara dödligt om det sväljs eller andas in.

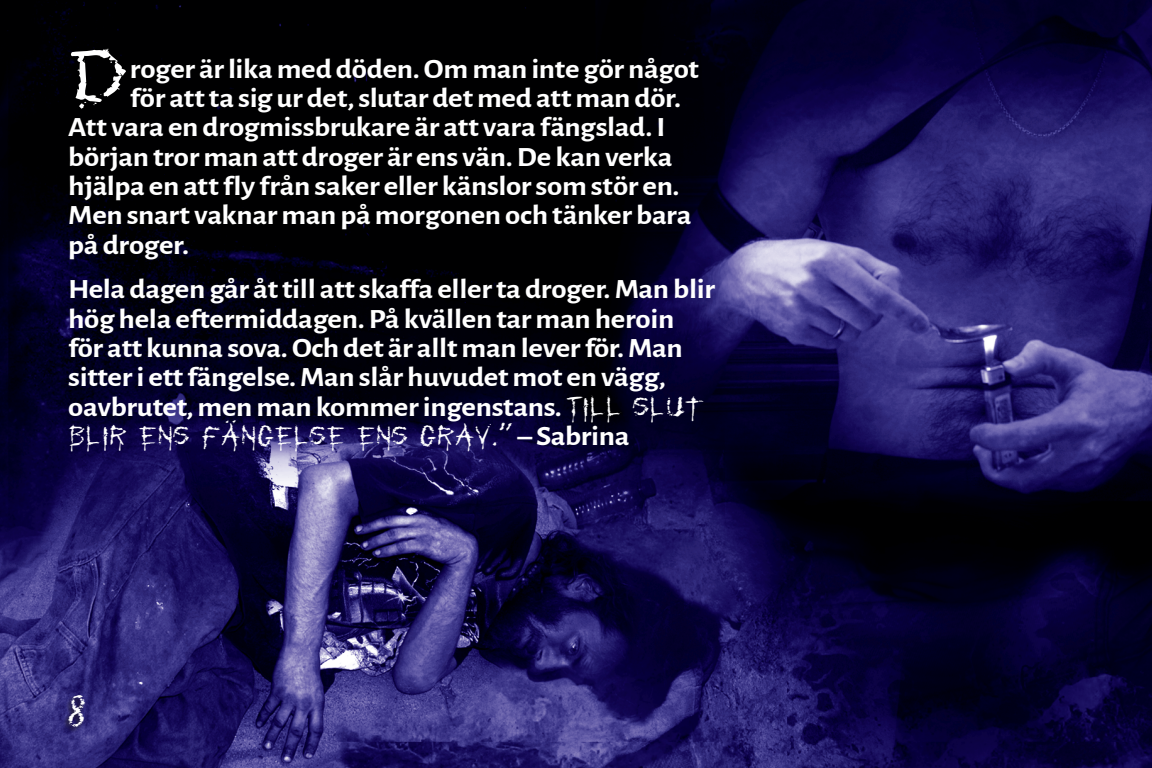
att de ständigt riskerar en överdos.

Heroin kan injiceras, rökas eller snortas. Heroin kan till en början skapa en falsk känsla av utåtvändhet och ökad sexuell förmåga. Men dessa effekter försvinner snabbt, och användare vill ofta ta mer av drogen, i jakt på ett rus som de aldrig kommer att uppleva igen.

Heroin är mycket beroendeframkallande. Även om man bara använder det en gång kan det orsaka drogsug och smärtsamma abstinenssymtom. Drogen bryter snabbt ner immunförsvaret. Långvarig användning leder ofta till allvarlig fysisk och mental nedgång och, tragiskt nog, döden.

SLANGBETECKNINGAR för HEROIN

- Big H
- Brown sugar
- H
- Hell Dust
- Horse
- Junk
- Nose Drops
- Kabbe
- Smack
- Thunder
- Häst
- Jonk



Droger är lika med döden. Om man inte gör något för att ta sig ur det, slutar det med att man dör. Att vara en drogmissbrukare är att vara fängslad. I början tror man att droger är ens vän. De kan verka hjälpa en att fly från saker eller känslor som stör en. Men snart vaknar man på morgonen och tänker bara på droger.

Hela dagen går åt till att skaffa eller ta droger. Man blir hög hela eftermiddagen. På kvällen tar man heroin för att kunna sova. Och det är allt man lever för. Man sitter i ett fängelse. Man slår huvudet mot en vägg, oavbrutet, men man kommer ingenstans. TILL SLUT BLIR ENS FÄNGELSE ENS GRAV." – Sabrina

HEROINETS DESTRUKTIVA VERKNINGAR

OMEDELBAR SKADA: Heroin ger en intensiv känsla som kallas en *kick*, ofta åtföljd av varm hud och muntorrhet. Inledande biverkningar kan inkludera kräkningar eller svår klåda.

Efter ruset blir användarna dåsiga i flera timmar när deras andning och hjärtfrekvens saktar ner.

Inom några timmar efter att drogeffekterna har avtagit börjar användarens kropp längta efter mer. Om personen inte får en till sil, kommer han att börja uppleva abstinenssymtom. Abstinenssymtomen inkluderar de extrema fysiska och mentala symtom som upplevs om kroppen inte får nästa dos heroin. Dessa symtom omfattar rastlöshet, värk och smärta i skelettet, diarré, kräkningar och svår obehagskänsla.

Det första ruset varar bara några minuter men med tiden behöver användarna större doser bara för att känna sig ”normala”.

VERKNINGAR PÅ KORT SIKT

- **Kick**
- **Långsammare andning**
- **Grumlad tankeförmåga**
- **Illamående och kräkning**
- **Dåsighet**
- **Hypotermi (kroppstemperatur lägre än normalt)**
- **Koma eller död**

VERKNINGAR PÅ LÅNG SIKT

Verkningarna som denna drog har på kroppen vid fortsatt användning är förödande. Upprepade injektioner kan orsaka kollapsade vener och leda till infektion i blodkärlen och hjärtklaffarna. Tuberkulos* kan bli följden av kroppens allmänt dåliga tillstånd. Ledinflammation är ett annat resultat av långvarigt heroinmissbruk.



Abstinenssymtom efter heroinanvändning är en fasansfull upplevelse, som börjar tortera användare bara ett par timmar efter den sista silen.

En del av en heroinmissbrukares livsstil är att dela sprutor med andra missbrukare – vilket kan leda till hiv, aids eller andra smittsamma infektioner. Det uppskattas att av de 35 000 nya fallen av hepatit C2 (en specifik typ av leversjukdom) varje år i USA, kommer över 70 procent från missbrukare som använder sprutor.

”Folk tror att heroin är toppen, men man förlorar allt: jobbet, föräldrarna, vännerna, självförtroendet, sitt hem. Att ljuga och stjäla blir en vana. Man respekterar inte längre någon eller något.”
– Pete

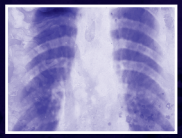
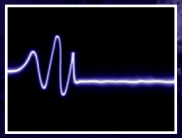
* tuberkulos: en smittsam sjukdom som påverkar lungorna och andra organ

VERKNINGAR PÅ LÅNG SIKT

- Dåliga tänder
- Inflammation i tandköttet
- Förstoppning
- Kallsvettning
- Klåda
- Försvagat immunförsvar
- Koma
- Andningssjukdomar
- Muskelförsvagning, partiell förlamning
- Minskad sexuell förmåga och långvarig impotens hos män
- Menstruationsrubbningar hos kvinnor
- Oförmåga att få orgasm (kvinnor och män)
- Minnesförlust och nedsatt intellektuell förmåga
- Inåtvändhet
- Depression
- Varblåsor i ansiktet
- Aptitförlust
- Sömnlöshet

Varbölder från användning av nålar har gett en 16-årig missbrukare gropar i huden över hela kroppen



HEROINMISSBRUK leder till fysisk och mental förstörelse.

”JAG SKA BARA TESTA EN GÅNG.”

VARNING: ÄVEN EN ENDA DOS HEROIN KAN FÅ EN PERSON ATT BÖRJA PÅ VÄGEN MOT BEROENDE.

Många experimenterar med heroin och tänker: ”Jag ska testa en eller två gånger. Jag kan alltid sluta.” Men de som börjar på den vägen upptäcker att det är nästan omöjligt att vända tillbaka. Tänk på orden från Sam, en 15-årig missbrukare: ”När man injicerar det för första gången kommer man troligen att spy och känna sig äcklad, men snart provar man det igen. Det kommer att klamra sig fast vid en som en besatt älskare. Kicken från injektionen och sättet man vill ha mer, som om man inte får luft att andas – det är så det kommer att fånga en.”

Hotet om beroende är inte den värsta konsekvensen av att experimentera med heroin. Jim var 21 år gammal och brukade tillbringa kvällarna med att dricka öl med vänner. Han hade redan experimenterat med heroin, så när vänner erbjöd honom en lina att snorta, tackade han ja. Femton minuter efter att han hade inhalerat svimmade han och hamnade i en djup koma som varade i mer än två månader. Idag är han rullstolsbunden, kan inte skriva och kan knappt läsa. Alla drömmar och ambitioner han en gång hade är borta.

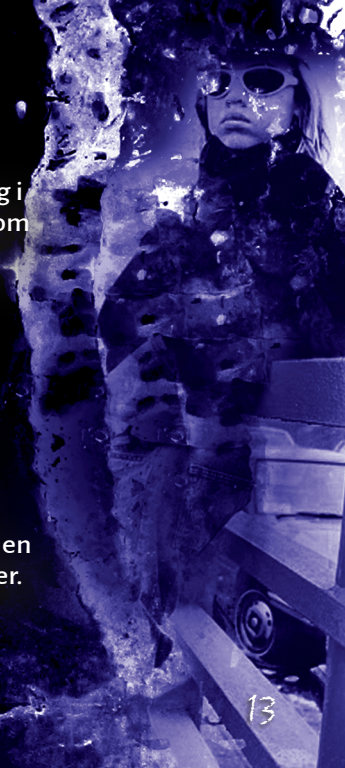


HEROIN-LOOKEN

Vissa tidningar och modetrender har marknadsfört en ”heroin chic”-look: blek hy, mörka ringar under ögonen, insjunkna kinder och extrem smalhet.

Precis som rockstjärnor hjälpte till att göra LSD populärt under 1960-talet, har vissa av dagens modedesigners, fotografer och reklamfolk påverkat en hel generation ungdomar genom att framställa heroinanvändning i tidningar och musikvideor som moderiktigt och till och med eftersträvansvärt.

Detta glamoriserar heroinanvändning och ignorerar de förödande verkligheterna. Modefotografen Davide Sorrenti (till höger), vars arbete var synonymt med ”heroin chic”, dog tragiskt av en heroinöverdos vid 20 års ålder.



EN VÄLDIGT HAL UTFÖRSBACKE

Tonåringar börjar ofta med substanser som cigaretter eller alkohol. Innan de har gått ut gymnasiet har nästan hälften av alla tonåringar provat marijuana, som man tidigare felaktigt inte trodde var beroendeframkallande. För vissa leder detta till att man experimenterar med starkare, mer beroendeframkallande droger som heroin.

Alla tonåringar som röker marijuana idag kommer inte att bli heroinmissbrukare imorgon. Men faran finns. Och långtidsstudier av gymnasieelever visar att få unga människor använder andra droger utan att först ha provat marijuana. När en person bygger upp en tolerans och inte längre når den ursprungliga kicken han är ute efter, kan han börja öka droganvändningen eller leta efter något starkare.

LÅT OSS INSE FAKTA

Unga människor idag har stor sannolikhet att komma i kontakt med illegala droger.

Undersökningen Monitoring the Future visade att omkring 27 procent av ungdomarna i åldern 12 till 17 år i USA hade använt en illegal drog under det senaste året. Marijuanamissbruk bland unga vuxna i collegeåldern är högre än någonsin, och nästan hälften har använt det under det senaste året. I en undersökning som gjordes 2019 av FN:s kontor för narkotikakontroll och förebyggande av brott uppskattades 31 miljoner människor världen över ha använt opiater, opium och heroin under det föregående året.

HEROINETS NYA ANSIKTE

Den stereotypa bilden av en apatisk ung heroinmissbrukare som ligger utslagen i en smutsig, mörk gränd i en storstad är föråldrad. Idag är många heroinmissbrukare i sen 20-årsålder, bor utanför storstäder och började genom att missbruka receptbelagda smärtstillande medel. Studier visar konsekvent på ett samband mellan missbruk av receptbelagda smärtstillande medel (såsom Oxycontin) och användningen av heroin.

I början av 2000-talet blev heroin med högre renhet tillgängligt på gatan. Eftersom heroin var billigare än att köpa opioidtabletter, bytte många missbrukare av smärtstillande medel till heroin. Vid den tidpunkten dök en annan dödlig trend upp: för att öka heroinets styrka började langare tillsätta fentanyl – en dödlig blandning som ledde till en aldrig tidigare skådad ökning av dödsfall på grund av överdoser.



Från den dag jag började använda slutade jag aldrig. Inom en vecka hade jag gått från att snorta heroin till att injicera det. Inom en månad var jag beroende och höll på att göra mig av med alla mina pengar. Jag sålde allt av värde som jag ägde och till slut allt som min mamma ägde. Inom ett år hade jag förlorat allt.

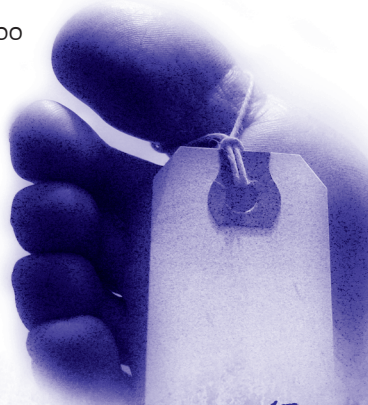
JAG SÅLDE MIN BIL, FÖRLORADE MITT JOBB, BLEV UTSLÄNGD FRÅN MIN MAMMAS HUS, HADE 25 000 DOLLAR I KREDITKORTSSKULDER och bodde på gatorna i Camden, New Jersey. Jag ljög, jag stal, jag lurade andra.

Jag våldtogs, misshandlades, överfölls, rånades, greps av polisen, var hemlös, sjuk och desperat. Jag visste att ingen kunde leva så här särskilt länge, och jag visste att jag snart skulle dö. Om något, så var döden bättre än ett liv som knarkare.” – Alison

INTERNATIONELL STATISTIK

Västan 62 miljoner människor i världen använde opioider* under ett år, och hälften av dem använde heroin eller opium.

- Afghanistan producerar 85 procent av världens opium, vilket driver en heroinmarknad som är värd uppskattningsvis 55 miljarder dollar.
- Undersökningen National Survey on Drug Use and Health rapporterade att 745 000 amerikaner använde heroin under ett enda år.
- Överdosdödsfall i USA som involverade heroin uppgick till över 14 000 under en 12-månadersperiod.
- Opioider, inklusive heroin, var inblandade i tre av fyra dödsfall på grund av överdos av droger i Europa, enligt en rapport från Europeiska unionens narkotikamyndighet.
- I USA är mer än 500 000 personer beroende av heroin.



* opioider: en bred term som omfattar naturligt opium, samt naturliga och syntetiska opiumliknande substanser



HEROIN KOMBINERAT MED ...

Cheese heroin är en blandning av mexikanskt black tar-heroin (kallat *black tar* på grund av dess färg) och receptfria förkylningsmediciner. Drogen kostar bara några dollar per dos. Cheese heroin-användare så unga som nio år har förts till akutmottagningar på grund av heroinabstinenssymtom.

En *speedball* (eller *powerball*) kombinerar heroin och kokain eller heroin och metamfetamin. Eftersom heroin är ett lugnande medel och kokain och meth är stimulerande medel, skapar de en potentiellt dödlig dragkampseffekt på kroppen och hjärnan. Kombinationen av heroin med kokain och fentanyl är känd som en *super speedball*.

VAD LANGARE SÄGER TILL DIG

När tonåringar frågades varför de började använda droger, svarade 55 procent att det var på grund av tryck från vänner. De ville vara coola och populära. Langare vet detta.

De kommer fram till dig som en vän och erbjuder sig att ”hjälpa dig” med ”något som gör dig glad”. Drogen kommer att ”hjälpa dig att passa in” eller ”göra dig cool”.

Langare, som motiveras av pengarna de tjänar, säger vad som helst för att få dig att köpa deras droger. De kommer att säga att ”heroin är som en varm filt” eller att ”det blir det bästa ruset någonsin”.

De bryr sig inte om drogerna förstör ditt liv så länge de får betalt. Det enda de bryr sig om är pengar. Före detta langare erkänner att de såg köpare som ”brickor i ett spel”.

Skaffa fakta om droger. Fatta dina egna beslut.

Sanningen om droger

Droger är i grunden gifter. Verkningarna beror på hur mycket man tar.

En liten mängd fungerar som ett stimulerande medel (ökar aktiviteten). En något större mängd verkar som ett lugnande medel (undertrycker aktiviteten). En ännu större mängd verkar som ett gift och kan döda.

Detta gäller alla droger. Den enda skillnaden är mängden som behövs för att uppnå avsedd effekt.

Men många droger har en annan negativ aspekt: de påverkar sinnet direkt. De kan förvränga användarens uppfattning av det som händer omkring honom eller henne. Som en följd av detta kan personens handlingar bli egendomliga, irrationella, opassande och till och med destruktiva.

Droger blockerar alla sinnesintryck, både önskvärda och oönskade. Så även om de ger tillfällig hjälp genom att lindra smärta, slår de ut förmåga och vakenhet och grumlar ens tänkande.

Mediciner är droger som är avsedda att påskynda, sakta ner eller förändra någonting i det sätt på vilket kroppen fungerar, för att försöka få den att fungera bättre. Ibland behövs de. Men det förändrar inte det faktum att de är droger: de fungerar som stimulerande eller lugnande medel, och alltför mycket kan döda en. Så om man inte använder mediciner så som det är meningen att de ska användas, kan de vara lika farliga som illegala droger.

Den verkliga lösningen är att skaffa fakta och att aldrig börja ta droger.



VARFÖR TAR MAN DROGER?

Folk tar droger för att de vill förändra något i sitt liv.

Här är några skäl som unga människor har gett till att de tar droger:

- För att passa in
- För att fly verkligheten eller slappna av
- För att de är uttråkade
- För att verka vuxen
- För att göra uppror
- För att experimentera

De tror att droger är en lösning. Men till slut är det drogerna som blir problemet.

Även om det kan vara svårt att ta tag i sina problem, är följderna av droganvändning alltid värre än det problem som man försöker lösa genom att ta dem. Den verkliga lösningen är att skaffa fakta och att aldrig börja ta droger.



Miljontals häften som detta har delats ut till människor över hela världen på mer än 20 språk.



Efterhand som man finner nya droger på gatorna och mer information om deras verkningar blir kända, uppdateras dessa häften och nya skapas.

Häftena publiceras av Stiftelsen för en Drogfri Värld (Foundation for a Drug-Free World), en ideell, allmännyttig organisation med huvudkontor i Los Angeles i Kalifornien.

Stiftelsen tillhandahåller undervisningsmaterial, rådgivning och samordning för dess internationella drogförebyggande nätverk. Den arbetar med ungdomar, föräldrar, lärare, utbildare, volontärorganisationer och myndigheter – alla som är intresserade av att hjälpa andra människor leva ett liv utan drogmissbruk.

REFERENSMATERIAL:

För att se referensmaterialet som använts för att sammanställa detta häfte, gå till NejTillDroger.se/refs.

FOTON: sidorna 5, 12: istock.com, Peeter Viisimaa; sidan 6: istock.com, Stephanie Horrocks; sidan 13: Stockxpert; sidan 13: US Treasury Department, Bureau of Narcotics (heroinmissbrukare); sidan 15: med tillstånd av Francesca Sorrenti

FAKTA MAN MÅSTE KÄNNA TILL

Detta häfte ingår i en serie publikationer som ger fakta om marijuana, alkohol, fentanyl, syntetiska droger, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth och metamfetamin, inhalationsmedel, heroin, LSD och missbruk av receptbelagda medel. Rustad med denna information kan läsaren fatta ett beslut att leva ett liv utan droger.

För att göra gratis onlinekurser eller komma i kontakt med en Drogfri Värld-avdelning i ditt område, gå till NejTillDroger.se

Stiftelsen för en Drogfri Värld
NejTillDroger.se • info@drugfreeworld.org
(+1) 888 668 63 78 • (+1) 818 952 52 60

Scanna här för att ladda ner det här häftet

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alla rättigheter förbehållna. Truth About Drugs och Stiftelsen för en Drogfri Värld-logon innehas av och används med tillstånd från Foundation for a Drug-Free World. #S001562 - SWEDISH