
האמת על
נוטו סמים
גז צחוק
אצטון
בופרס
פופרס
מדוזה
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**.

מהם ממסים נדיפים?

המונח *ממסים נדיפים* מתייחס לאדים מחומרים רעילים שנשאפים כדי להשיג היי מהיר.

החומרים האלה כוללים ממסים, תרסיסי אירוסול, גזים וניטריטים (תרופות מרשם המשמשות להורדת לחץ דם). על פי ה-National Poison Data System (המרכז הארצי למידע בהרעלות), כ-3,400 מוצרים שונים נמצאים כעת בשימוש כממסים נדיפים. הם כוללים מוצרים ביתיים ותעשייתיים נפוצים כגון משחת נעליים, דבק, בנזין, נוזל מצתים, תרסיסי קצפת, חמצן דו-חנקני* (נקרא *גז קצפות* או *גז צחוק*), ספריי צבע, טיפקס, נוזל ניקוי, נוזל טושים, מדללי צבע וממסי צבע אחרים.

רוב הממסים הנדיפים פועלים כמו סמי הרדמה, שמאטים את תפקודי הגוף. אחרי היי ראשוני וחוסר עכבות מגיעות התנמנמות, סחרחורת ועצבנות.

*חמצן דו-חנקני: גז חסר צבע בעל ריח מתוק שמשמש כסם הרדמה

הכימיקלים נספגים דרך הריאות לתוך מחזור הדם ומגיעים במהירות אל המוח ואיברים אחרים. לפעמים זה יכול לגרום לנזק פיזי ומנטלי בלתי הפיך.

המשתמשים שואפים את האדים הכימיים ישירות ממכלים פתוחים *(מסניפים)* או נושמים אדים מסמרטוטים ספוגים בכימיקלים *(שואפים)*. יש משתמשים שמרססים חומרים היישר לתוך האף או הפה שלהם, או שופכים כימיקלים על הצווארון, השרוולים או החפתים שלהם ומסניפים אותם מדי פעם. ב-*bagging*, המשתמש שואף אדים מחומר שמוכנס לתוך שקית נייר או שקית פלסטיק. Bagging במקום סגור מגביר במידה משמעותית את הסכנה לחנק.



כינויי רחוב
לממסים נדיפים

- Air Blast
- Ames
- Amys
- Aroma of Men
- Bolt
- בופרס
- Bullet
- Bullet Bolt
- Buzz Bomb
- Discorama
- Hardware
- Heart-on
- Highball
- Hippie Crack
- Huff
- גז צחוק
- Locker Room
- מדוזה
- Moon Gas
- Oz
- Pearls
- Poor Man's Pot
- פופרס
- Quicksilver
- Rush
- Satan's Secret
- אצטון
- Snappers
- Snotballs
- Spray
- Texas Shoeshine
- Thrust
- Toilet Water
- Toncho
- Viagra in a Bottle
- גז קצפות
- טיפקס





התקדמתי בעקביות מהסנפת דבק והסנפת גז לפטריות קסם (פטריות הזיה) וזה נמשך עד שהייתי בן 17. ואז התחלתי עם קנאביס. הוצאתי את כל הכסף שלי על כל הקנאביס שרק יכולתי להשיג. ואז הייתי מבוגר מספיק להיכנס למועדונים, אז שם התחלתי עם אמפטמינים ואקסטזי.

"התחלתי לבלות עם אנשים שלקחו הרואין, ועד מהרה השתמשתי בו יותר ויותר עד שהתמכרתי. לא היה לי אז שום מושג איזה נזק זה יגרום לי מאוחר יותר, שאשב בכלא פעם אחר פעם, אפרוץ לבתים של אנשים, אגנוב מהמשפחה שלי. כל הכאב וכאב הלב שגרמתי היה גרוע יותר מאשר לגנוב מהם דברים חומריים". – דניס

כשהייתי בכיתה ד', מי שהיה לכאורה חבר שלי הציג לי ממסים נדיפים. מאחר שהייתי כל-כך צעיר ולא ידעתי שזה לא בסדר, התחלתי לשאוף גז כל יום עד כיתה ח'. מיומנויות התפקוד המוטורי שלי הרוסות ואני יושב במשך שעות ורק בוהה בחלל בלי שום מחשבה שאפילו עוברת לי בראש. זה כאילו שהגוף שלי כאן אבל אני לא.

אני מתקשה להחזיק במשרות, ואני חי לבד כבר 12 שנה. אני נראה רגיל מבחוץ, אבל כשאני מנסה לגלות עניין ומדבר עם נשים, מיד רואים שאני במידה רבה רק צמח. נמאס לי לחיות ככה והייתי מעדיף למות מאשר להמשיך לחיות ככה את חיי, כי נראה שבכל מקרה אני כבר מת". – ג'ון

כיצד ממסים נדיפים משפיעים על גופך?

ממסים נדיפים גורמים נזק ללב, לכליות, למוח, לכבד, למח העצם ולאיברים אחרים.

- ✖ ממסים נדיפים גורמים לגוף להיות רעב לחמצן ומכריחים את הלב לפעום בצורה לא קבועה ובמהירות. הם יכולים לגרום נזק לכיסוי המגן סביב סיבי עצב וגם תאי מוח.
- ✖ משתמשים עשויים לסבול מבחילות, דימומים מהאף ואובדן שמיעה, ראייה או ריח. שימוש כרוני יכול להוביל לדלדול שרירים, הפחתת טונוס השריר ונזק לריאות ולמערכת החיסונית.
- ✖ משתמשים מסתכנים בתסמונת מוות פתאומית כתוצאה מהסנפה – כשהלב שלהם מפסיק לפעום. זה יכול לקרות בפעם הראשונה או בפעם המאה.

השפעות לטווח קצר

רוב הממסים הנדיפים פועלים ישירות על מערכת העצבים כדי להפיק השפעות משנות תודעה. תוך שניות, המשתמש חווה הרגשת שכרות ותגובות אחרות שדומות לאלה שנגרמות מאלכוהול. יש מגוון תופעות שונות שניתן לחוות במהלך השימוש או מיד אחריו, כולל:

- **קשיים בדיבור**
- **נראה שיכור, מסוחרר או מעורפל**
- **בלבול**
- **בחילה**
- **אי יכולת לשמור על קואורדינציה בתנועה**
- **הזיות ומחשבות שווא**
- **כושר שיפוט לקוי**
- **חוסר הכרה**
- **כאבי ראש חזקים**
- **פריחה סביב האף והפה**
- **תסמונת מוות פתאומי כתוצאה מהסנפה (אי ספיקת לב)**
- **מוות מחנק, פרכוסים, תרדמת או היחנקות**



השפעות לטווח ארוך

משתמשים לאורך זמן חוו:

- **חולשת שרירים**
- **חוסר התמצאות**
- **אובדן קואורדינציה**
- **נזק לכבד ולכליות**
- **נזק מוחי (אובדן רקמת המוח)**
- **אובדן זיכרון, ירידה באינטליגנציה**
- **אובדן שמיעה וראייה**
- **נזק למח העצם**
- **מוות מאי-ספיקת לב או מחוסר חמצן למוח**
- **בלקאאוטים שנגרמים משינויים בלחץ דם**

שימוש הכרוני בממסים נדיפים נקשר למספר בעיות בריאות רציניות. הסנפת דבק ומדלל צבע גורמת לבעיות בכליות. הסנפת טולואן* וממסים אחרים גורמת נזק לכבד.

*טולואן: נוזל חסר צבע עם ריח מתוק חזק, שלרוב משמש כממס תעשייתי וכדלק



מחר זה יום השנה השישי למותו של הבן שלנו, ג'סטין. הוא היה בן 16. הוא מת משאיפת מטהר אוויר, פעולה של שימוש לרעה בממסים נדיפים. מותו חסר הטעם זעזע את עולמם של כל אלה שהכירו אותו. ג'סטין היה תלמיד מצטיין שאהב את החיים ואימץ אותם בהתלהבות. הוא היה מקור השראה לרבים. תמיד תרדוף אותי השאלה אם ג'סטין היה איתנו היום אילו ידע על הסיכונים שהוא לקח". – ג'קי

האם ממסים נדיפים ממכרים?

ממסים נדיפים יכולים להיות ממכרים מבחינה גופנית ופסיכולוגית. משתמשים מדווחים על יצר חזק להמשיך להשתמש בממסים נדיפים, במיוחד אחרי שימוש ממושך לאורך ימים רבים.

אדם שמשתמש בממסים נדיפים לעתים תכופות מפתח סבילות, כלומר הוא זקוק לעוד מהחומר כדי להשיג היי, מה שמגדיל את הסיכון למנת יתר.

משתמשים קבועים שמפסיקים להשתמש בממסים נדיפים סובלים מתסמיני גמילה, שיכולים לכלול בחילות, הזעה מוגברת, התכווצויות שרירים, כאבי ראש, צמרמורות, עצבנות, רעידות והזיות. במקרים קשים, הגמילה יכולה לגרום לפרכוסים.

סטטיסטיקות בינלאומיות

שימוש לרעה בממסים נדיפים הוא בעיה שמשפיעה על מדינות ברחבי העולם.

- בשנה יחידה בארצות-הברית לבדה, 2.4 מיליון אנשים השתמשו בצורה כלשהי של ממסים נדיפים בתוך שנה. כ-6 אחוזים מתלמידי כיתה ח' אמריקאים כיום דיווחו על שימוש בממסים נדיפים.
- על פי מחקר שעוסק בדו"חות בוחן רפואי, יש מעל 500 מקרי מוות שנגרמים מממסים נדיפים בארה"ב בשנה.
- שימוש בממסים נדיפים הוא אחת הצורות הנפוצות ביותר של שימוש בסמים בקבוצת גילאי 11-15 באנגליה ובוויילס. ההערכה היא שלפחות 3.5-10 אחוזים מהצעירים עשו ניסויים עם ממסים נדיפים, וש-15,000-30,000 הם משתמשים בהווה.
- בבריטניה, 39 אחוז ממקרי המוות הקשורים לממסים נדיפים התרחשו בניסיון הראשון של הקורבן.
- באוסטרליה, 33 אחוז מהמשתמשים בממסים נדיפים צרכו את החומרים האלה בתדירות גבוהה יותר מאשר סמים אחרים – לפחות מדי חודש.

- מחקר על שימוש לרעה בחומרים בקרב ילדים שחיים ברחובות במדינות שונות מראה ש-47 אחוז השתמשו בממסים נדיפים באופן קבוע. כ-58 אחוז מילדי הרחוב בקניה דיווחו שהסניפו דבק בחודש האחרון.
- במחקר של יותר מ-22,000 מקרים של הרעלות מממסים נדיפים שטופלו בחדרי מיון בבתי-חולים, כ-10 אחוזים מהמטופלים הגיעו לטיפול נמרץ ו-8 אחוזים נוספים הופנו למחלקות פסיכיאטריות.
- לפי פרויקט סקר בתי-הספר האירופי על אלכוהול וסמים אחרים, שאוסף נתונים מתלמידים ב-35 מדינות באירופה, 7.2 אחוזים מהתלמידים ניסו ממסים נדיפים לפחות פעם אחת. המדינות עם השיעור הגבוה ביותר של תלמידים שניסו ממסים נדיפים היו לטביה (16 אחוז), גרמניה וקרואטיה (15 אחוז כל אחת).





"במשך שלושה ימים, חבר נתן לי דבק ללא כל עלות. ביום הרביעי, הוא ביקש ממני כסף. באותו שלב, כבר הייתי מכור ונאלצתי לתת לו כסף כדי לקבל שפופרת דבק. נזקקתי לכמה שפופרות דבק מדי יום". – מרטי



סוגים שונים של ממסים נדיפים

ניתן לחלק ממסים נדיפים לארבעה סוגים שונים:

נוזלים שמתאדים בטמפרטורת החדר. ניתן למצוא אותם במוצרים ביתיים ותעשייתיים זמינים בקלות, שכוללים מדללי צבע, מסירי שומנים, בנזין, דבק, טיפקס ונוזל טושים.

תרסיסים כגון תרסיסי צבע, דאודורנטים ותרסיסים לשיער, תרסיסי שמן צמחי לבישול ותרסיסים להגנה על אריגים.

גזים שכוללים חומרי הרדמה רפואיים (אתר, כלורופורם וחמצן דו-חנקני, שידוע בתור *גז צחוק*), גז מציתי בוטאן, מכלי פרופאן, מכלים של תרסיסי קצפת וגז קירור.

ניטריטים תרכובות כימיות שנמצאות בחומרים משמרים למזון, חומר ניקוי לעור, מטהרי אוויר וכו'. משתמשים בהם בעיקר כחומרים לשיפור מיני והם ידועים בתור *פופרס* או *snappers*.



מצאתי את עצמי למעשה מדברת עם מה שאני מכנה 'החבר'ה של הגז' [ההזיות]. יום אחד שאפתי חומר וחשבתי שחבר שלי מת כי הוא בא אליי בצורת הזיה שלו.

"מצאתי את עצמי שואפת לא רק בשביל התמונות, אלא גם בשביל חֶברתם של החברים הדמיוניים האלה שבאו אליי כשהייתי מתחילה לשאוף. אני נאבקת עם ההתמכרות הזאת כבר שבעה חודשים עכשיו". – ארין

האם ממסים נדיפים הם חוקיים?

למרות שממסים נדיפים לא נכללים בחוק החומרים המפוקחים, מעל תריסר מדינות בארה"ב הטילו הגבלות על המכירה וההפצה לקטינים של מוצרים מסוימים שמשתמשים בהם באופן נפוץ כממסים נדיפים. כמה מדינות הטילו קנסות, מאסר או טיפול חובה בעקבות המכירה, ההפצה, השימוש ו/או ההחזקה של כימיקלים שמשמשים כממסים נדיפים.

בכמה מדינות בארה"ב גם קיימים חוקים שאוסרים על שאיפת חמצן דו-חנקני (גז צחוק) בתור סם פנאי.

אוסטרליה המערבית, דרום אוסטרליה, ויקטוריה, קווינסלנד והטריטוריה הצפונית העבירו חוקים שהפכו זאת לעבירה למכור מוצרים לכל מי שהמוכר מאמין שישתמש בהם למטרת שאיפה. השוטרים רשאים לערוך חיפוש אצל אדם שיש חשד סביר שהוא מחזיק ברשותו ממסים נדיפים ולהחרים אותם.

באנגליה ובוויילס, זה לא חוקי לקמעונאים למכור חומרים נדיפים לכל אחד אם יש סיבה להאמין שהוא ישתמש בהם למטרות של שאיפה והשתכרות.

ממסים נדיפים:

תרבויות עתיקות במצרים, בבל (עיראק של היום), הודו וסין השתמשו באדים כדי לשנות תודעה או כחלק מטקסים דתיים.

לפי כמה חוקרים, סוברים שכוהנות במקדש אפולו* בדלפי (עיר ביוון העתיקה) שאפו אדי גז כדי לשנות את מצב התודעה שלהן במהלך הטקסים שלהן.

בתחילת המאה ה-19, סמי הרדמה שהשתמשו בהם באופן נפוץ כמו חמצן דו-חנקני, אתר וכלורופורם שימשו כחומרים משכרים.

חמצן דו-חנקני נחשב לתחליף זול לאלכוהול והמדען הבריטי סר האמפרי דייווי הפך אותו לפופולארי. הוא ערך מסיבות עם חמצן דו-חנקני וב-1799 הטביע את המונח *גז צחוק*. כשדייווי הבחין בהשפעות המרדימות, הוא הציע שהגז יוכל לשמש לניתוחים, למרות שלא ניסו אותו במשך חמישים שנה נוספות.

השימוש בסמי הרדמה למטרות פנאי המשיך לאורך כל המאה ה-19 באירופה ובארה"ב.



*היוונים האמינו שהאל אפולו ניבא נבואות דרך כוהנות במקדש אפולו, מקדש עתיק.

היסטוריה קצרה


סר
האמפרי דייווי

בשנות ה-20 של המאה ה-20, אֶתר הפך לתחליף לאלכוהול והיה סם פנאי במהלך עידן היובש בארה"ב.

בשנות ה-40 של המאה ה-20, שימוש לרעה בממסים, בעיקר הסנפת בנזין, זכה לפופולאריות.

שימוש לרעה בממסים נדיפים בארצות-הברית גבר בשנות ה-50 והיום הוא נפוץ בקרב המתבגרים.

בשנות ה-60, הסנפת ממסים נפוצה כללה מוצרים כמו מדללי צבע ומדללי לכה, מסיר לק לציפורניים, משחת נעליים, נוזל מילוי למצת, תרסיס צבע ודבק.

בעשרות השנים האחרונות, שימוש בממסים נדיפים הפך לבעיה עיקרית בקרב ילדים חסרי בית ברחבי העולם, כולל בדרום אסיה, במקסיקו, במזרח אירופה ובקניה. ילדי רחוב משתמשים בממסים הנדיפים האלה כדי להקהות את כאב הרעב, הקור והייאוש.

הסנפת גז ותרסיסי צבע נפוצה גם באזורים מרוחקים בקנדה, באמריקה, באוסטרליה, בניו-זילנד ובכמה איים באוקיאנוס השקט.



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: עמוד 4: BigStockPhoto (דבק); עמוד 7: Thomas Tamm; עמוד 8: Chadwick Meyers; עמוד 14: iStockphoto; עמוד 18: Talaria Enterprises

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