
האמת על
שימוש לרעה
בריטלין
TAKE 1 TAB
MORNING
RITALIN 10
WHITE 10
MALLINKRT
SMOOKLER
גברת ריטה
קוק ילדים
דיאט קולה
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**.

מהו ריטלין?

ריטלין, אחת מהתרופות הראשונות שהן כביכול "לשיפור הריכוז", הוא השם הנפוץ עבור *מתילפנידאט*, תרופה שסווגה על-ידי המינהל לאכיפת הסמים (DEA) בתור אחד מהסמים המסוכנים בפקודת הסמים המסוכנים (Schedule II) – אותה הקטגוריה כמו קוקאין, מורפיום ואמפטמינים.* בני עשרה משתמשים בו לרעה לעתים קרובות בגלל ההשפעות הממריצות שלו.

אפילו כאשר הוא ניתן במרשם, ריטלין יכול לגרום לתופעות לוואי חמורות, כולל עצבנות, נדודי שינה, אובדן תיאבון, שינויים בדופק, בעיות לב וירידה במשקל. היצרן מזהיר שמשתמשים עלולים לפתח תלות בו.

עם התפשטות השימוש לרעה בריטלין, נכנסו לשוק תרופות רבות אחרות "לשיפור הריכוז" כמו אדרל, קונצרטה, מתילפנידאט, דקסדרין, פוקלין ו-ויואנס. לתרופות האלה, שגם הן ממריצות, יש השפעות דומות. ב-2020, השימוש לרעה שנעשה באדרל – שילוב של שני סוגי אמפטמין – היה בתדירות גבוהה יותר מאשר ריטלין.



מינהל המזון והתרופות האמריקאי (FDA) פרסם אזהרת בריאות לציבור שריטלין ותרופות דומות עלולות לגרום להזיות, למחשבות אובדניות, להתנהגות פסיכוטית, לתוקפנות ולאלימות.

* אמפטמין: חומר ממריץ חזק מאוד שפועל על מערכת העצבים המרכזית (המוח ועמוד השדרה), לעתים קרובות נקרא ספיד


כינויי רחוב
לריטלין
דיאט קולה
קוקאין של ילדים
Kiddie Coke
קוקאין של עניים
גברת ריטה
קוק ילדים
Skittles
Smarties
ויטמין R

קוקאין של עניים

גורם רשמי באכיפת סמים העיד בפני הקונגרס על ההשפעות של תרופות ל-ADHD וציטט מחקרים שנעשו על בעלי חיים ועל בני אדם שנתנו להם קוקאין וריטלין. המשתתפים בניסוי לא הצליחו להבדיל בין השניים. האיש הסיק ש-"הם מפיקים השפעות כמעט זהות".

ריטלין, אדרל ותרופות דומות הן קלות להשגה, והן לא יקרות. לעתים קרובות הכדורים נלקחים מהמרשם של מישהו, נגנבים או מושגים במרמה, ואז נמכרים תמורת 1 עד 20 דולר כל אחד.

מאחר שהתרופות האלה ממריצות, הן דומות מבחינה כימית לקוקאין. כאשר הן מוזרקות כנוזל, הן מספקות ריגוש חזק שהמכורים משתוקקים לו.



כאשר נתנו למשתתפים בניסוי קוקאין וריטלין הם לא יכלו להבדיל ביניהם.

כמה עובדות על
"תרופות לשיפור הריכוז"

ריטלין מגיע בצורת גלולה. טבליות 5 המ"ג של ריטלין הן בצבע צהוב בהיר, טבליות ה-10 מ"ג הן בצבע ירוק בהיר וטבליות ה-20 מ"ג הן או לבנות או צהובות בהירות. על כולן מוטבעים מספרים שמציינים את המינון.

יש הרבה צורות ומינונים שונים של אדרל, קונצרטה ו-ויואנס.

"תרופות לשיפור הריכוז" ממריצות את (מעלות את הפעילות של) מערכת העצבים של הגוף. אבל אפילו היצרנים מודים שאף אחד לא באמת יודע איך התרופות האלה עובדות: "האופן שבו הן פועלות על בני אדם לא לגמרי מובן".





המשתמשים לרעה כותשים את הטבליות לאבקה ומסניפים אותה. התרופה מסיסה במים, מה שמקל על הפיכתה לנוזל שאפשר להזריק אותו.

כפי שצוין על-ידי ה-DEA, "מוצרי תרופות שמוסטים מערוצים חוקיים הם המקורות היחידים של מתילפנידאט שזמין לשימוש לרעה". במילים אחרות, כל טבלית של התרופה שמשתמשים בה לרעה מגיעה במקור מהיצרן – אף אחת מהן לא מיוצרת ברחובות.



"כשיו פיתחתי סבילות ללקיחת 2 עד 3 כדורים של 20 מ"ג כדי להשיג את ההיי. אני מזהה את התלות שלי. הפכתי להיות כמו מכור לקראק או להיות כמו זומבי". – אלכס

מציאת "תרופות לשיפור הריכוז"

לרוע המזל, ניתן למצוא כמעט בכל מקום את הריטלין, האדרל וכל התרופות האחרות שנרשמות עבור קושי להתרכז והיפראקטיביות. אם אתה בתיכון או בקולג', סביר להניח שיש לך אספקה גדולה בהישג יד, עם פוּשָׁרים (התלמידים האחרים) שלהוטים לעשות רווח קל על חשבונך.



בכמה בתי-ספר, עד 25 אחוז מהתלמידים לוקחים אחת מהתרופות האלה באופן קבוע. המינהל לאכיפת הסמים מצא שבבתי-ספר רבים היו יותר תרופות מהסוג הזה מאשר בבית-המרקחת השכונתי.

למה השימוש לרעה בתרופות לשיפור הריכוז כל-כך שכיח? זה קל מאוד ל-"חבר" לקחת כמה מהגלולות במרשם של אחיו הקטן ולמכור לך אותן תמורת 5 דולר למנה.

או תלמיד שלהוט להשיג מנה במהירות אומר לאחות בית-הספר שיש לו "הפרעת למידה" ושהוא "לא יכול להתרכז". הוא מקבל מרשם וצובר מלאי של הגלולות לשימוש עתידי, כשהוא מחלק את העודפים לחבריו.

למרות שהחוק אוסר הפצה בלתי מוגבלת של החומרים הממריצים* החזקים האלה, העובדה העצובה נותרת בעינה, שהחומרים האלה זמינים ללא הגבלה כמעט בכל מקום. את הקוקאין של ילדים, כפי שמכנים אותו, מחלקים כמו סוכריות.

*חומר ממריץ: תרופה או סם שמגבירים אנרגיה וערנות מיידיות, אבל הם מלווים בעליות בלחץ דם, בקצב הלב ובנשימה

סימפטומים של כמעט מנת יתר מתחילים להופיע. האדם נעשה מאוד היפר, היפר רגיש, היפר ערני, עם תנודות קיצוניות במצב רוח. זה מטורף". – ג'ייק



איך מתחיל שימוש לרעה

זה נראה כל-כך פשוט בהתחלה. תלמיד מפגר מעט בלימודיו. הוא צריך להתכונן לבחינה קרובה. הוא יצטרך להישאר ער מאוחר בלילה כדי שבכלל יהיה לו סיכוי להצליח. קפה עושה אותו עצבני וחסר מנוחה, אבל רבים מחבריו משתמשים בכדורים האלה כדי שייתנו להם את תוספת האנרגיה שהם צריכים. למה לא? כמה שקלים; כדור אחד; לילה שלם של לימודים; הרגשה של "ריכוז".

ייתכן ששם זה מתחיל, אבל לעתים קרובות זה לא מסתיים שם.

יש תלמידים שקוצצים ריטלין ומסניפים אותו כמו קוקאין למען ספיגה מהירה יותר. "זה מחזיק אותך ער במשך שעות", אמר משתמש אחד.

בדיוק כמו קוקאין או כל חומר ממריץ אחר,

אחרי אותה הרגשה של "היי", תבוא באופן בלתי נמנע נפילה, הרגשה של עייפות, דיכאון וירידה בערנות. תלמיד אחד על אדרל סיפר שהרגשה של "שיא הצלילות" הפכה למחרת למצב שהוא היה "גמור וסחוט". כפי שמשתמש אחד ניסח זאת, "אני בדרך כלל נכנס לתרדמת של התרסקות אחרי זה".

וכמובן, עד מהרה מתברר למשתמש שניתן להקל את ההרגשה הזאת של התרסקות "בעזרת" כדור נוסף שמעמיד אותו שוב על הרגליים. וכך זה ממשיך.

ואז זה עשוי להיות מינונים גדולים יותר או להסניף את זה כדי להרגיש ריגוש גדול יותר. הסבילות עולה, אז האדם צריך להשתמש ביותר. במינונים גדולים יותר, ריטלין, אדרל וחומרים ממריצים אחרים יכולים להוביל לפרכוסים, לכאבי ראש ולהזיות. החומר החזק דמוי האמפטמין יכול אפילו להוביל למוות, כמו במקרים הטרגיים הרבים של ילדים שמתו מהתקפי לב שנגרמו מנזק שנקשר לתרופות האלה.

"פעם הראשונה שניסיתי ריטלין הייתה כשהייתי בכיתה ז'. הוא נרשם לי על-ידי רופא – חשבו שיש לי ADD [הפרעת קשב וריכוז] קל כי העמדתי פנים שזה המצב כדי שיהיה לי תירוץ לא להצליח בלימודים. מעולם לא הבנתי שגרמתי לעצמי להתמכר, ואז לא הייתי שונה מכל אחד אחר שמשתמש בסמים באופן קבוע.

"לקחתי כ-40 מ"ג ביום והרגשתי שזה שם אותי בשליטה במצב. הייתי נשארת ערה במשך ימים ברציפות, עד לנקודה שסבלתי מהתקף פסיכוטי חמור. זה היה מפחיד נורא! הכול נראה כאילו הוא נמס ומשנה צורה, והייתי מבועתת". – אנדריאה

ההשפעות האלימות של
תרופות ממריצות במרשם

חומרים האלה דמויי האמפטמין גורמים לאותן ההשפעות על הגוף כמו צורות אחרות של ספיד – איבוד תיאבון, נדודי שינה, קצב לב מואץ. השימוש לרעה בתרופות האלה במינונים גדולים, במיוחד בהזרקה או בהסנפה, מפעיל לחץ אפילו יותר גדול על הגוף. הלחץ על הלב יכול להיות קטלני.

קח את המקרה של נער, שהשתמש לאורך זמן בריטלין, שקרס יום אחד בזמן שגלש על סקייטבורד – מת מהתקף לב.

להזרקת ריטלין יש השפעה הרסנית נוספת על הגוף. למרות שהמרכיב הכימי מתילפנידאט מתמוסס לגמרי במים, הטבליות עצמן כוללות גם חלקיקים זעירים של חומרי מילוי לא מסיסים. החומרים המוצקים האלה חוסמים את כלי הדם הקטנים כאשר הם מוזרקים לתוך מחזור הדם, וגורמים נזק חמור לריאות ולעיניים.

חוץ מהפגיעה הפיזית, יש גם בעיות רגשיות חמורות שנגרמות אפילו משימוש לזמן קצר בתרופה הזאת. הזיות והתנהגות פסיכוטית הן תופעה שכיחה.

חוקר בטקסס מצא שכל אחד מתוך שנים-עשר ילדים ש-"טופלו" עם ריטלין חווה שינויים א-נורמליים גנטיים שנקשרו לסיכון מוגבר לחלות בסרטן.



השפעות לטווח קצר

- אובדן תיאבון
- קצב לב מוגבר, לחץ דם גבוה, חום גבוה
- התרחבות האישונים
- דפוסי שינה לא סדירים
- בחילה
- התנהגות מוזרה, בלתי צפויה ולפעמים אלימה
- הזיות, גירוי-יתר, אי שקט
- פאניקה ופסיכוזה
- פרכוסים, התקפים ומוות ממינונים גבוהים

השפעות לטווח ארוך

- נזק קבוע לכלי הדם של הלב והמוח
- לחץ דם גבוה שמוביל להתקפי לב, שבץ ומוות
- נזק לכבד, לכליות ולריאות
- הרס רקמות באף אם מסניפים אותו
- אי-ספיקה נשימתית אם מעשנים אותו
- מחלות זיהומיות ומורסות אם מזריקים אותו
- תת-תזונה, אובדן משקל
- חוסר התמצאות, אפתיה, תשישות מבולבלת
- תלות פסיכולוגית חזקה
- פסיכוזה
- דיכאון
- נזק למוח כולל שבץ והיתכנות לאפילפסיה

"תרופות לשיפור הריכוז" מובילות לסמים אחרים

השימוש בריטלין ובחומרים ממריצים אחרים מגביר את הסבילות, וזה עלול להוביל ללקיחת סמים חזקים יותר כדי להשיג את אותו ההיי.

התרופות האלה עצמן לא מובילות את האדם לסמים אחרים. אנשים לוקחים סמים כדי להיפטר מסיטואציות או מהרגשות לא רצויות. הסם מסווה



סיפורו של קורט: אגדת הרוק קורט קוביין התחיל על ריטלין בגיל שבע. אלמנתו של קוביין, קורטני לאב, מאמינה שהתרופה הזאת הובילה לשימוש שלו מאוחר יותר בסמים חזקים יותר. הוא התאבד ב-1994. גם ללאב נרשם ריטלין כשהייתה ילדה. היא תיארה את החוויה כך: "כשאתה ילד ואתה מקבל את התרופה הזאת שגורמת לך להרגיש את ההרגשה [האופורית] הזאת, לאן עוד תפנה כשתהיה מבוגר?"

את הבעיה לזמן מה (בזמן שהמשתמש בהיי). כשההיי דועך, הבעיה, המצב או הסיטואציה הלא רצויים חוזרים בצורה חריפה יותר מאשר לפני כן. המשתמש עלול לאחר מכן לפנות לסמים חזקים יותר כי החומר הממריץ "לא עובד יותר".

מחקר מהמכונים הלאומיים לבריאות מצא שלמשתמשים בחומרים ממריצים שלא מסיבות רפואיות היה סיכוי רב יותר להשתמש לרעה בסמים אחרים ולסבול מהפרעת שימוש בחומרים. המרכזים לבקרת מחלות ומניעתן מציינים שכאשר בני נוער משתמשים לרעה בתרופות מרשם, יש להם סיכון גבוה יותר לבעיות של בריאות הנפש ולהתאבדות והם נוטים יותר לאלימות.

צידוקים נפוצים (אל תיפול בפח):

יש הרבה צידוקים ללקיחת התרופות החזקות האלה. זהה אותם בתור מה שהם – שקרים!

- **כולם משתמשים בזה.**
- **זה רק ללימודים.**
- **אחי לוקח את זה להפרעת למידה. זה לא יכול להיות כזה גרוע.**
- **זה לא ממכר.**
- **אתה יכול לשלוט בזה. אתה לא חייב להשתמש בזה שוב אם אתה לא רוצה.**

אל תיתן לאחרים – כולל החברים שלך – להוביל אותך לתוך המלכודת.

מוות מריטלין

מינון גבוה של ריטלין מוביל לסימפטומים דומים לשימוש לרעה בחומרים ממריצים אחרים, כולל רעידות ועוויתות שרירים, פרנויה* ותחושה שחרקים או תולעים זוחלים מתחת לעור.

נער בן 17, אחרי שהסניף כדורי ריטלין מרוסקים ונשאר ער במשך ימים, נעשה פסיכוטי, הרג את הוריו ופצע קשות את אָחיו ואת אחותו בגרזן.



סיפורו של מת'יו:

מת'יו היה נער בגיל העשרה שלקח ריטלין במשך שבע שנים. הוא מת פתאום בחודש מרץ 2000. למרות שלא הייתה לו שום היסטוריה של בעיות לב, הנתיחה לאחר המוות חשפה סימנים של נזק לכלי דם קטנים. אחד החוקרים הרפואיים אמר להוריו של מת'יו שהלב של אדם מבוגר בריא שוקל כ-350 גרם. הלב של מת'יו שקל 402 גרם. בתעודת הפטירה שלו נרשם: "סיבת המוות כתוצאה משימוש ממושך במתילפנידאט (ריטלין)".

*פרנויה: חשד, חוסר אמון או פחד קיצוניים ולא הגיוניים מאנשים אחרים ללא הוכחות או הצדקה

סטודנט בקולג' בן 21 מטנסי התחיל להשתמש לרעה באדרל ונעשה יותר ויותר פרנואיד. הספירלה היורדת שלו הסתיימה כשהוא נכנס מול רכבת נוסעים וסיים את חייו.

אפילו תווית האזהרה של המינהל למזון ותרופות על אדרל מציינת ששימוש לרעה "יכול להוביל למנת יתר ולמוות".

זה פשע להשתמש בו לרעה

בארצות-הברית, שימוש לא הולם בתרופה ממריצה במרשם צפוי לעונשים פליליים כבדים. העונשים על עבירה ראשונה של סחר בסמים (שבה תהיה אשם אפילו אם רק נתת לחבר כדור אחד או שניים) כולל עד 20 שנה בכלא וקנס של עד 1 מיליון דולר.

אם סחר בסמים מוביל למוות או לפציעה חמורה, זה מאסר של 20 שנה עד מאסר עולם.



"בנתי שהעניין שהיה לי בספידים והתלות שפיתחתי בהם התחילו כשקיבלתי מרשם לריטלין. בהתחלה זה היה כל סוף שבוע. ואז זה היה כל יום.

"התחילו להיות לי הזיות של ציפורים שעפו מעל הראש, הרגשות שיש עוד אנשים איתי בחדר בזמן שהייתי לבדי והתחלות של פרנויה. גמרתי את כל המרשם לדקסדרין [של החבר שלי] תוך שבוע. ואז חזרתי לריטלין שלי והמשכתי משם.

"אני לא זוכר הרבה מכיתה י"ב. אבל אני כן זוכר דיכאון שהשתלט עליי ואי-יכולת להבין מה בדיוק הייתה הסיבה לכך שהולך לי גרוע יותר מתמיד בבית-הספר. בקושי סיימתי את הלימודים ולא עשיתי שום תוכניות להמשיך לקולג'.

"ברגע האחרון, נרשמתי לקולג' המקומי. הצלחתי להישאר נקי בערך 17 ימים לפני שהצורך בספיד גבר על הכול. השתתפתי בשיעורים במשך שבוע אחד ונכשלתי כישלון חרוץ". – סאם

היקף
השימוש לרעה בריטלין

שימוש לרעה בתרופות מרשם כגון ריטלין ואדרל הולך וגובר.

בכמה בתי-ספר, 1 מתוך 4 תלמידים השתמשו לרעה באופן לא חוקי באחת מהתרופות האלה בשנה האחרונה, כלומר, הם השתמשו בה ללא מרשם או מסיבות לא רפואיות.

פקטור עיקרי שתורם לשימוש לרעה הוא העלייה העצומה במספר המרשמים שנרשמים לריטלין ולחומרים ממריצים אחרים.

בארה"ב, מספר המרשמים לחומרים ממריצים נסק מכ-5 מיליון ב-1991 לקרוב ל-35 מיליון ב-2007. הם המשיכו לעלות ל-79 מיליון ב-2022.





"בסופו של דבר השתמשתי בהרבה אמפטמינים חזקים יותר שהרסו אותי די מהר, ואני לא יודע אם הייתי מתעניין בהם אילולא התחלתי להשתמש בריטלין". – אנדי

מספר האנשים שמגיעים לחדר מיון בגלל השימוש באחת מהתרופות האלה היה כמעט פי שישה יותר ממספר האנשים שהגיעו לחדר המיון עשר שנים לפני כן.

בתקופה של שמונה שנים, היו 8,240 מקרי מוות בארה"ב שהיה מעורב בהם מרשם לאמפטמין ו-295 מקרי מוות שהיה מעורב בהם מתילפנידאט.

2018

ב-2018, מספר המשתמשים בתרופות ממריצות שהגיעו לחדר המיון היה כמעט פי שישה יותר מאשר ב-2008.

2008

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 5: ITAR-Tass; עמודים 8, 9: istockphoto.com, Matty Symons

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