

Jugendamt

NÜRNBERG

هل تناولت جرعة زائدة؟

أعشاب – مصطلح يبدو خاليا من الضرر؟

ولكن الاسم خادع ! الكثير من المستهلكين يستخفون جدا بهذا النوع من المخدرات. فالخلاط هذه تحتوي على كانابينويدات صناعية، أي كانابين منتج اصطناعيا. وبهذا فإن المواد الفعالة هنا غالبا ما تكون أقوى من القنب الموجود في رباعي هيدرو الكانابينول (THC).

تتمثل الآثار الجانبية بالغثيان، التقيؤ، فشل الدورة الدموية، الغيبوبة، مظاهر الشلل، نوبات التعرق المفرط، سرعة نبضات القلب والحالات الذهانية منها إلى الخوف الشديد كالخوف من الموت.

ويعود السبب في ذلك إلى التركيز شديد القلب للكانابينويدات الاصطناعية، التي تضاف إلى الخلاط. وإذا ما احتوى كيس على نسبة متدنية جدا من المواد الفعالة، فإن من الممكن أن تنتج عن الكيس التالي آثار تهدد الحياة! ولذا فإننا ننصح بإلحاح التخلي عن

لماذا نوزع هذا المنشور؟

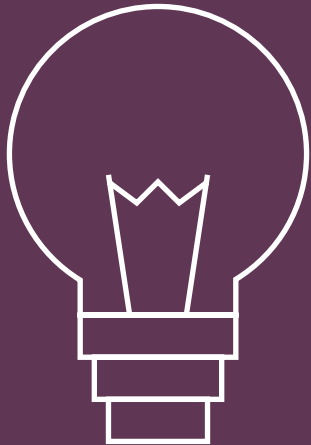
نحن لا نعتزم بهذا المنشور أن نعلن عن استهلاك المخدرات على أنه أمر جيدا

بل أن ما يهمنا هنا هو تنبيهك إلى المخاطر والآثار الجانبية المختلفة وتزويدك بمعلومات حول العوامل القانونية والصحية، كما يسرنا أيضا أن نكون قيد خدمتك شخصيا. تجد بيانات الاتصال بنا على الناحية الخلفية من هذا المنشور.

الاتصال بنا على الناحية الخلفية من هذا المنشور.
نحن نوزع هذا المنشور على المستهلكين وغير المستهلكين على حد سواء، ذلك لأننا نولي أهمية بالغة لأن يتحمل الجميع المسؤولية.

نصائح

لتقليل خطورة الجرعة الزائدة من خلأط الأعشاب
أو خطورة "رحلة الأوهام السيئة" (Bad Trip):



01

نم لفترة كافية، حافظ على
لياقتك البدنية والنفسية.

02

لا تتناول الكحول
في نفس الوقت.

03

اختبر المادة وترقب مفعولها.
(وإلا فستعاطي جرعة زائدة).

04

لا تستهلك المخدرات
لوحدهك وانتبه إلى أصدقائك.

05

أخبر أصدقائك عن
استهلاكك الخاص.

06

خذ لنفسك "فترات هدوء".
(طعام، راحة، إلخ).

ليس هناك أي استهلاك للمخدرات خال من المخاطر!

لا تستهلك مواد مختلطة !!!


العوامل

التي قد تؤثر على مفعول المادة :

1. المادة نفسها
الجودة، الجرعة، النقاوة
2. شخصيتك
مزاجك، طباعك
3. المحيط
الأصدقاء، الموقع

ينبغي عليك التخلي عن استهلاك مواد مختلطة، لأن التأثيرات الفردية المختلفة للمخدرات لا تتناسب مع بعضها البعض في معظم الحالات! وقد يترك ذلك على جسمك وعلى نفسيتك تأثيرات تأخذ اتجاهات مختلفة.

وقد تتمثل عواقب ذلك فيما يلي: فقدان الوعي، اضطرابات في الدورة الدموية، "رحلات الأوهام السيئة" أو ما يشابهها. يشكل ذلك كله عبئاً كبيراً على جسدك وقد يشكل أيضاً خطورة كبرى عليك. من المهم جداً أن تكون قد قرأت قواعد الإسعاف الأولي المضمنة في الكتيب تحسباً لحدوث ذلك.



هل تناولت
جرعة زائدة؟



قواعد الإسعاف الأولي

استهلاك المخدرات منوط دوما بمخاطر مختلفة. زود نفسك بالمعلومات واحرص على نفسك وعلى أصدقائك. إذا رأيت شخصا يثير أنطباعا بأنه لا يشعر على ما يرام، تحدث معه برفق وهدوء.

ينطبق بصفة عامة ما يلي: حافظ على الهدوء. من الأفضل أن تفكر مليا للحظة، بدلا من أن تتصرف على عجل وباضطراب لأن ذلك قد يزيد الموقف سوءا. يجب في الحالات الطارئة الاتصال فورا بأحد الأطباء.

رقم الطوارئ: 112

المشاكل النفسية

انقل الشخص المعني إلى مكان هادئ ولا تتركه لوحده.

تعامل معه بأسلوب يراعي مشاعره وتحدث معه دون أن توجه إليه أية ملامات أو اتهامات.

قم بتوجيه محادثتك معه نحو التكلم عن تجارب إيجابية وجميلة.

الاتصال الجسدي قد يكون مجديا أيضا، إن كان الشخص المعني يرغب بذلك.

مشاكل الدورة الدموية

أهتم بتوفير هواء نقي، ومشروبات باردة (بدون كحول) ووجبة طعام صغيرة. (أصبع شوكولاتة، بريتل، إلخ).

ارفع ساقَي الشخص المعني نحو الأعلى وقم بتبريد مؤخر عنقه وسواعده عند الحاجة.

إذا كان الشخص يشعر بالبرد، اهتم بتدفئته باستخدام معطف، غطاء أو ما شابه ذلك.

من شأن فيتامين ج والمواد المعدنية (كالعصير مثلا) أن تساعد شأنها شأن سكر العنب والماغنيسيوم.

01



02



03



04



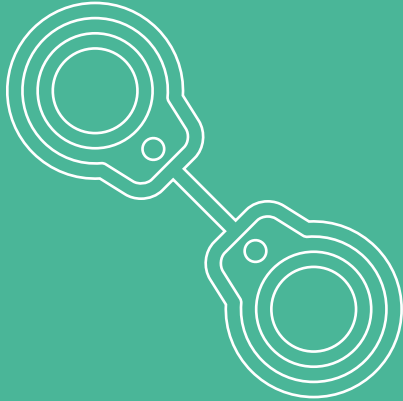
الإغماء

اتصل فوراً بطبيب الطوارئ (112) وأخبر عن وجود شخص "مغمى عليه ولا يمكن التحدث معه".

لا تخبر الطبيب عن استهلاك الشخص المعني للمخدرات على الهاتف، بل بعد وصوله إلى الموقع. (الطبيب خاضع لواجب السر والكتمان الطبي!)

ضع الشخص المعني في وضع الإفاقة وضع الشخص المعني في وضع الإفاقة وانتبه أثناء ذلك إلى عدم وجود قيء في حنجرته. قم عند وجود قيء بإخراجه من الفم والعنق باستخدام أصابعك!

الجوانب القانونية: قانون المخدرات



قانون المخدرات: من الممكن لما يسمى بـ "خلائط الأعشاب" أن تسري عليها أحكام قانون المخدرات! الأمر يتعلق هنا دوماً بالأعشاب والمواد الفعالة التي تحتوي عليها هذه الخلائط! وبما أنه ليس بإمكانك إطلاقاً أن تعرف فعلاً ماهية المواد التي يحتويها خليط أعشاب ما، فإن من الأفضل لك أن تتغاضى عن تناولها كلياً! كما أنه يتم كثيراً إدراج مواد مختلفة جديدة إلى المواد الممنوعة التي يخضع تعاطيها للعقاب وفقاً لقانون المخدرات. أي أن من الممكن لمادة فعالة معينة أن تكون اليوم جائزة قانونياً وأن تبات ممنوعة في غضون أسابيع قليلة.

تملك وتسليم وبيع خلائط الأعشاب تكون بهذا خاضعة للعقاب. ويخضع للعقاب أيضاً الأشخاص الذين اشتروا هذه الخلائط قبل منعها وما زالوا يمتلكون هذه المواد أو متبقيات منها.

الجوانب القانونية: قانون المرور

يتعين عليك فضلا عن ذلك أن تتذكر، أنه لا يجوز لك المشاركة في حركة المرور (قيادة سيارة، دراجة هوائية إلخ.) إلا إن كنت قادرا على ذلك فعلا! ويعني هذا أنه لا يجوز لك أن تكون متعبا للغاية، أو أن تكون قد تناولت مشروبات كحولية أو مخدرات.

يتعين عليك بالنسبة للمخدرات أن تكون "نظيفا" أي لم تتناول أية مخدرات لمدة أسابيع متعددة! إذ أن من الممكن التحقق من وجود متبقيات للمخدرات في بولك وفي شعر جسمك لمدة أسابيع كثيرة بعد تناولها. إذ ثبت أنك قد قدت سيارة أو دراجة وأنت موجودا تحت مفعول المخدرات، فإن ذلك لا يؤدي إلى توفر إمكانية سحب رخصة القيادة منك فحسب، بل وإلى حرمانك أيضا من الحصول عليها أصلا.



Herausgegeben von der Stadt Nürnberg:

Amt für Kinder, Jugendliche und Familien – Jugendamt
Dietzstraße 4, 9044 3 Nürnberg

Druck: Wiedemann & Dassow Druck GmbH, Hofackerstraße 5, 90571 Schwaig

Fotos: Gesundheitsamt Erlangen-Höchstadt

2. Auflage neu bearbeitet 1.000 Stück, arabische Sprache

© Stadt Nürnberg, 9/2016

Text und Gestaltung: Jugendtreff Gostenhof-Ost und Schloßbäcker

Grafik: Maja Fischer, www.majagrafik.de

Kontakt: Stadt Nürnberg, Jugendamt – Suchtprävention

Am Plärrer 10, 90429 Nürnberg · www.suchtpraevention.nuernberg.de