

## Lássuk, melyek a szerhasználat stációi!

**1** A serdülő élvezi a szerhasználatot, hátrányait még nem tapasztalta meg, nem fordul segítségért. Ha mégis segítséget kér, vagy hajlandó valakivel őszintén beszélgetni, akkor a feladatunk a **valós információk átadása**. Célunk, hogy **kétségek ébredjenek benne** a használattal szemben, és érzékelje a valós kockázatokat. Már ebben a szakaszban is lehet szakember segítségét kérni, anélkül, hogy kétségbe vagy pánikba esnénk. Gyakran egy külső szakember a fiatal számára hitelesebb mondatokat tud erről mondani, mint a szülő. Segíthet a háziorvos, védőnő, iskolai pszichológus vagy éppen egy szakorvos.

**2** Már szembesül a szerhasználat negatív következményeivel, a változást illetően azonban még bizonytalan. Feladatunk, hogy motiváljuk és segítsük elindulni a változás irányába. Itt egyre nő a speciálisan felkészült (pszichiáter, addiktológus vagy szakpszichológus) szakemberek szerepe, a hatékony motiválás tapasztalatot és felkészültséget kívánhat, de az első lépést gyakran háziorvos, védőnő, iskolai szakember segít megtenni.

**3** Tudja, a saját bőrén is érzi, hogy ebből több a hátránya, mint az előnye. Már készül belül a leszokásra. Feladatunk a célok meghatározásában támogatni, megerősíteni.

**4** Gyermeünk már bevonható a terápiás folyamatba. Ilyenkor konkrét lépések történnek a leszokásra, a szer elhagyására. Feladatunk, hogy segítsük elmozdulni a változás irányába, és ott erősítsük a leszokás útját. Itt már a képzett szakember irányítja a folyamatot, de fontos, hogy a család is részt vegyen ebben és kivegye a maga részét a támogatásból.

**5** Helyzete, állapota már változott: nem, vagy lényegesen kevesebb kábítószerrel használ. Feladatunk a visszaesés megelőzése, ehhez kell a folyamatos és őszinte beszélgetés, más célok, örömteli dolgok közös megtalálása.

**6** Visszaesés, ami előfordulhat. Ilyenkor a dolgunk erősíteni abban, hogy a kudarc ne szegje kedvét, mi továbbra is hiszünk benne, ösztönözzük, bátorítsuk az újrakezdésre. A szakember segítsége itt is nélkülözhetetlen.

**Ne féljen - merjen segítséget kérni!  
Forduljon szakemberhez!**

**Drogsegély telefonszolgálat: 13-770**  
az ország egész területéről  
ingyenesen hívható, anonim  
droginformációs telefonvonal.

Online tanácsadás:  
[www.drogstoponline.hu](http://www.drogstoponline.hu)

## Hol kaphat segítséget a hagyományos ellátásokon kívül?

– **Lelki Elsősegély Telefonszolgálat (LESZ)**  
éjjel-nappal ingyen hívható segélyszáma:  
**116-123**

– **Kék Vonal** gyermek-és ifjúsági telefonszolgálat  
a nap 24 órájában ingyen hívható segélyszáma:  
**116-111**

– **On-line**, e-mail alapú, ingyenesen igénybe vehető, név nélküli tanácsadás elérhető a <https://olet.aEEK.hu> címen. Segítséget lehet kérni 18 év alatti fiatalok lelki problémáival kapcsolatban, például: életvezetési, tanulási, viselkedési, függőségi, vagy egyéb gondok esetén. A tanácsadók 3 napon belül válaszolnak az üzenetekre. Szülők, tanárok, segítők leveleit is várják.

Készült az **EFOP-2.2.0-16-2016-00002 Gyermekek és ifjúságpszichiátriai, addiktológiai és mentálhigiénés ellátórendszer infrastrukturális feltételeinek fejlesztése** című kiemelt projekt keretében.

A projekt a **Széchenyi 2020** program keretében, az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap és Magyarország költségvetése társfinanszírozásával valósul meg.

**AEEK**

Állami Egészségügyi Ellátó Központ

## TÁJÉKOZTATÓ GYERMEK- ÉS FIATALKORÚAK KÓROS SZERHASZNÁLATÁRÓL – SZÜLŐKNEK



**SZÉCHENYI 2020**

MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

## Drogozik a gyermekem? – Mire figyelünk, mit tehetünk, ha segíteni szeretnénk?

**Melyek azok a jelek, amelyek arra utalhatnak, hogy gyerekünk valamilyen kábítószerrel él?**



Fontos, hogy **ne gondoljunk rögtön szerhasználatra**, gyakran a serdülőkor önmagában is komoly viselkedésváltozással jár. Az alábbi pontok tehát nem jelentik azt, hogy biztosan a drog áll a változások hátterében, **de jó, ha a végére járunk a kiváltó okoknak**.

– Hirtelen **leromlik** a gyerek iskolai teljesítménye.

– Megszaporodnak a **hiányzások**, indokolatlan **késések**, amelyek gyakran csak utólag derülnek ki a szülő számára.

– **Új barátok** tűnnek fel, akiket a gyermek nem szívesen mutat be.

– Szélsőséges **érzelmi ingadozások**. Bár a tinédzserrek hangulata gyakran kiszámíthatatlan, a szélsőséges levertség, irritáltság, agresszivitás akut droghatás, vagy elvonási tünet is lehet.

– **PéNZ tűnik el** otthonról, például a pénztárcánkából.

– Értékes **tárgyaknak nyoma vész**. Gyermek korában hön áhított értékeit, születési ajándékait, zseb-pénzből vett csecsebecsét „elajándékozta, kölcsön adja”.

– **Titkolózás, szűkszavúság**.

– Gyermek mindig **fáradt, kedvetlen. Sokat alszik**, és egyre **kevesebb érdeklő** azok közül a dolgok közül, amik addig izgatták, ám mindenáron megy bulizni, haverokkal találkozni.

– A személyes **higiénia elhanyagolása**, egyre ápolatlanabbnak tűnik.

– **Ingerlékenység, türelmetlenség**, rossz alkalmazkodás. Ennek egyik lehetséges magyarázata, hogy a drogok okozta kellemes állapothoz képest a valódi élethelyzetek egyre kevésbé tűnnek vonzóknak.

– **Árulkodó tárgyak** a szobájában eldugva: pipa, tükör, csipesz, alufólia, injekciós tű, gyógyszerek, cigaretta sodrás kellékei.

– **Kifogások, mentegetőzés**. Amikor a fentebb felsorolt gyanújelekkel szembesíti, gyermeke számos magyarázattal, kifogással, ürüggyel áll elő, amelyek gyakran nem adnak logikus és kielégítő indokot a viselkedésére.

– **Testi változások** Fogycsökkentés, hízás, sápadtság, orrfolyás, orrdugulás, székrekedés, piros szemfehérje, karikás szem.

– Súlyos esetben akár **erőszak, brutalitás**, vandalizmus is előfordulhat akut droghatás, vagy elvonási tünet miatt.

**Ismerősek?** Lehet, hogy gyermeke valamilyen kábítószerrel került rendszeres kapcsolatba vagy akár annak rabságába.

**Tegyen lépéseket, a struccpolitika és a néma kivárás ilyenkor nem segít!**

**Őszinte beszélgetésekre, bizalomépítésre van szükség**, ennek pedig semmiképpen sem a szidalmazás, a vádaskodás, a számonkérés vagy az eltiltás az útja. A gyerek számára sokszor megkönnyebbülés, hogy titkát végre felfedik, és már nincs egyedül a függőség okozta félelemmel és szenvedéssel.



**1** A hazugságok és bezárkózás helyett az **őszinte beszélgetésnek** van itt az ideje, bizalmatlanság és veszekedés helyett a **bajban való összefogásnak**.

**2** A benne zajló **folyamatok megértésének** és **segítségnyújtásnak** az időszaka ez.

**3** A gyermekben még alacsony az önmagáért való felelősségérzet, nem látja, hogy a szerhasználattal veszélyezteteti önmagát egészségügyi és jogi szempontból egyaránt. Mi vagyunk a felnőttek, a szülei, **mellé kell állunk**, és bármit követett is el eddig, **hinnünk kell benne**, hogy el tudja engedni a szereket, és képes építeni saját jövőjét.