

HUUMAUSAINET

Mitä jokaisen pitäisi niistä tietää?

MAANDOORIYAHA

Maxaa qof walba looga baahan yahay inuu ka ogaado?

المواد المخدرة

ما الذي يجب على الجميع معرفته عنها؟



HUUMAUSAINHEET

Mitä jokaisen pitäisi niistä tietää?

4

MAANDOORIYAHA

Maxaa qof walba looga baahan yahay
inuu ka ogaado?

10

المواد المخدرة

ما الذي يجب على الجميع معرفته عنها؟

20

HUUMAUSAINEET

Mitä jokaisen tulisi tietää?



1. Miksi huumeita käytetään?

Huumeet vaikuttavat aivojen mielihyvakeskukseen ja tuottavat usein voimakkaan, mutta lyhytaikaisen hyvinolontunteen ja positiivisen energiaryöpyä. Osa ihmisistä käyttää huumeita lievittääkseen pahaa oloa, kuten masennusta, ahdistusta tai stressiä. Nuorilla käyttö voi liittyä uteliaisuuteen, kokeilunhaluun ja uusien kokemusten etsimiseen. Kaveripiirin paine voi kannustaa kokeiluun. Jos huumeisiin on jo syntynyt riippuvuus, niin käyttöä jatketaan vierotusoireiden välttämiseksi ja helpottamiseksi.



2. Ketkä käyttävät Suomessa huumeita?

Huumeiden käyttöä esiintyy kaikissa ihmisryhmissä, mutta se on yleisintä nuorilla aikuisilla ja miehillä. Monet käyttäjät ovat tavallisia opiskelijoita tai työssäkäyviä ja suurin osa käytöstä on satunnaista tai kokeiluluonteista. Yleisimmin käytetty ja kokeiltu huume on kannabis.

Vaikka valtaosa käyttää huumeita vain satunnaisesti, osalla (arviolta noin 40 000 henkilöllä) käyttö muuttuu pitkäaikaiseksi ja ongelmalliseksi. Vakava päihteiden ongelmakäyttö tarkoittaa usein suonensisäistä eli pistämällä tapahtuvaa käyttöä. Se on yleisempää henkilöillä, joiden elämässä on monenlaisia vaikeuksia, kuten mielenterveysongelmia tai asunnottomuutta.

3. Huumeita on erilaisia, vaikutuksia on erilaisia

Huumeet voidaan jakaa niiden vaikutuksen mukaan esimerkiksi näin:

- Kiihdyttävät, stimuloivat aineet (amfetamiini, kokaiini)
- Lamaavat, rauhoittavat aineet (bentsodiatsebiinit kuten Diatsepam)
- Aistiharhoja aikaansaavat aineet (LSD)
- Opioidit ja muut kipulääkkeet (morfiini, Tramadoli)
- Kannabis

Kiihdyttävät aineet lisäävät vireyttä ja energisyyttä sekä nopeuttavat kehon ja mielen toimintaa. Lamaavat aineet puolestaan hidastavat keskushermoston toimintaa, rauhoittavat ja voivat aiheuttaa uneliaisuutta. Hallusinogeeniset aineet muuttavat aistihavaintoja ja todellisuuden kokemista. Ne voivat aiheuttaa harhoja tai voimakkaita aistikokemusten vääristymiä. Opioidit lievittävät kipua tehokkaasti, aiheuttavat raukeaa hyvänolon tunnetta ja hidastavat hengitystä.

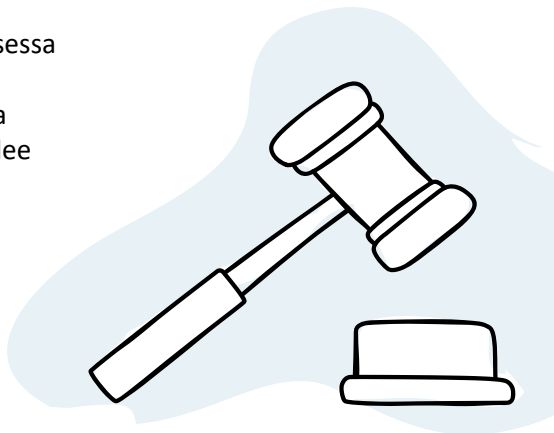


Kasvipohjainen kannabis on muita huumeita miedompi aine, mutta ei kuitenkaan vaaraton. Kannabis rentouttaa ja voimistaa aistikokemuksia, mutta samalla se heikentää keskittymiskykyä, koordinaatiota ja reaktiokykyä. Joillekin kannabis voi aiheuttaa ahdistusta tai paniikin tunnetta.

4. Mitä laki sanoo?

Suomessa kaikki huumausaineisiin liittyvä toiminta – kuten käyttö, hallussapito, ostaminen, myyminen, kasvattaminen ja valmistaminen – on laissa kielletty.

Jo 15–17-vuotiaat ovat rikosoikeudellisessa vastuussa teoistaan. Jos nuori myy tai välittää huumeita, seurauksena voi olla sakkoja tai vankeutta. Lisäksi teosta tulee merkintä poliisin rekistereihin, ja siitä tehdään ilmoitus lastensuojeluun. Jos aikuinen värvää alaikäisen myymään huumeita, teko katsotaan lähes aina törkeäksi huumausainerikokseksi. Vakava tai toistuva huumausainerikos voi johtaa maastakarkotukseen myös pysyvän oleskeluluvan haltijalle.



5. Mistä nuoret hankkivat huumeita?

Useampi kuin joka toinen nuori pitää huumeiden hankkimista helppona. Useimmiten huumeet ostetaan verkossa (Telegram, Snapchat, Signal, Session ja Tor-verkon alustat). Kokeilut ja hankinnat tapahtuvat usein tuttavapiirin, kavereiden tai muiden nuorten välityksellä. Rautatieasemat, kauppakeskukset tai puistot ovat yleisiä kohtaamispaikkoja huumeiden välittämiseksi.

6. Myrkkyä elimistölle



Huumausaineet ovat haitallisia elimistölle monin eri tavoin. Välittömimmät vaikutukset kohdistuvat aivojen toimintaan. Käyttö voi heikentää viestintää, muistia ja keskittymiskykyä sekä lisätä ahdistusta.

Monet huumeet nostavat sykettä ja verenpainetta, mikä lisää sydänkohtauksen, rytmihäiriöiden ja aivoverenkiertohäiriöiden riskiä. Poltettavat aineet puolestaan ärsyttävät keuhkoja ja voivat aiheuttaa kroonista yskää, hengitysvaikeuksia ja keuhkosairauksia. Osa huumeista hidastaa hengitystä, mikä voi johtaa hengenvaaralliseen tilaan.

Maksa joutuu käsittelemään elimistöön tulevia aineita, minkä vuoksi huumeet voivat vaurioittaa sitä. Huumausaineet voivat myös heikentää vastustuskykyä, jolloin keho altistuu helpommin erilaisille infektioille.

7. Käyttöä on vaikea lopettaa

Pitkäaikainen käyttö muuttaa aivojen toimintaa ja rakennetta, mikä voi johtaa riippuvuuden kehittymiseen. Tällöin elämä ilman huumeita vaikeutuu, ja käyttö jatkuu vieroitusoireiden välttämiseksi.

Fyysinen riippuvuus ilmenee esimerkiksi kipuna, vapinana, hikoiluna ja kouristuksina. Psykkinen riippuvuus tarkoittaa voimakasta tarvetta käyttää huumetta. Silloin arjesta selviytyminen ja omien tunteiden käsitteleminen ilman huumeita voi tuntua mahdottomalta.

8. Kun kuolema on vahinko

Huumeissa ei ole tuoteselosteita, koska ne valmistetaan laittomasti eikä niiden kauppaa valvota. Käyttäjä ei voi koskaan olla varma, mitä aineita hän elimistöönsä saa. Huumeisiin lisätään usein erilaisia jatkeaineita, jotka voivat olla vaarallisia kemikaaleja. Ostettu aine ei välttämättä ole lainkaan sitä, mitä myyjä väittää. Myöskään pitoisuudesta ei ole varmuutta. Yksi erä voi olla hyvin mieto, toinen taas erittäin vahva. Tämän vuoksi annostelu voi helposti mennä pahasti pieleen. Vuosittain noin 200 suomalaista kuolee huumeiden yliannostukseen. Heistä joka neljäs on alle 25-vuotias.

9. Mistä apua huumeiden käytön lopettamiseen?

Älä jää yksin, jos sinulla tai läheiselläsi on haasteita huumeiden käytön kanssa. Apua on saatavilla. Mitä aikaisemmin hakeudut tuen piiriin, sitä paremmat ovat mahdollisuudet lopettaa käyttö.

Suomessa apua saa ensisijaisesti omalta terveysasemalta, jossa lääkäri arvioi tilanteen ja ohjaa tarvittaessa jatkohoitoon, kuten päihdehoitoon tai vieroitukseen.

Myös järjestöt tarjoavat monipuolista tukea matalalla kynnyksellä. Voit soittaa esimerkiksi EHYT ry:n maksuttomaan Päihdeneuvontapuhelimeen (**puh. 0800 900 45**). Palvelu on anonymi ja avoinna ympäri vuorokauden vuoden jokaisena päivänä. Päihdeneuvojat kuuntelevat huoliasi, antavat neuvoja ja ohjaavat tarvittaessa eteenpäin juuri sinulle sopivien palvelujen piiriin.

MAANDOORIYAHA

Maxaa qof walba looga baahan
yahay inuu ka ogaado?



1. Waa maxay sababta maandooriyaha loo isticmaalo?

Maandooriyuhu wuxuu saameyn ku yeeshaa qaybta maskaxda ee dareenka farxadda, waxaana uu qofka siin karaa dareen xooggan oo farxad iyo tamar leh, balse muddo gaaban soconaaya. Dadka qaarkood waxaa ay u isticmaalaan si uu maandooriyuhu uga khafiifiyo ama uga yareeyo murugada, niyad-jabka, walbahaarka ama istereeska. Dhallinyarada dhexdooda, isticmaalka maandooriyuhu wuxuu mararka qaar la xiriiraa xiisaha ah tijaabinta waxa cusub iyo raadinta khibrado cusub. Sidoo kale cadaadiska qofka uga imaanaaya dhanka saaxiibbada oo ku cadaadin kara in uu tijaabiyo maandooriyaha. Haddii uu qofku qabatimo maandooriyaha oo ay balwad u noqoto, isticmaalka waxaa loo sii wadaa si looga fogaado ama loo yareeyo astaamaha ka dhasha xaraaradda maandooriyaha (vieroitusoireet).



2. Yaa Finland ku isticmaala maandooriyaha?

Waxaa lagu qiyaasaa in ugu yaraan ku dhowaad hal milyan oo Finnish ah ay hal mar noloshooda tijaabiyeen maandooriyaha. Isticmaalka maandooriyaha waxaa laga helaa dhammaan qaybaha kala duwan ee bulshada, balse wuxuu aad ugu badan yahay dhallinyarada qaangaarka

ah iyo ragga. Dad badan oo isticmaala maandooriyaha waa arday ama shaqaale caadi ah, badankooduna waxaa ay u isticmaalaan si marmar ah ama tijaabo ahaan ah. Maandooriyaha ugu badan ee la isticmaalo ama la tijaabiyo waa xashiishadda (kannabis).

Inkasta oo dadka intooda badan mararka qaar uun isticmaalaan maandooriyaha, haddana qaar ka mid ah (qiyaastii 40,000 oo qof) isticmaalku wuxuu u noqdaa mid joogto ah oo dhibaato leh. Isticmaalka halista ah, gaar ahaan kan cirbadaha lagu isku duro, wuxuu ku badan yahay dadka noloshooda ay ku bateen dhibaatooyinka kala duwan sida, dhibaatooyinka caafimaadka maskaxda iyo guri ama hoy la'aanta

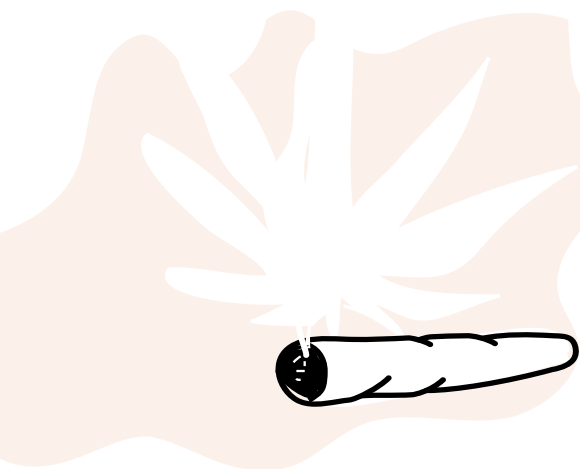
3. Maandooriyuhu waa mid noocyo kala duwan leh, saameyntiisuna way kala duwan tahay

Maandooriyaha waxaa loo kala qaybin karaa hadba sida uu jirka iyo maskaxda u saameeyo:

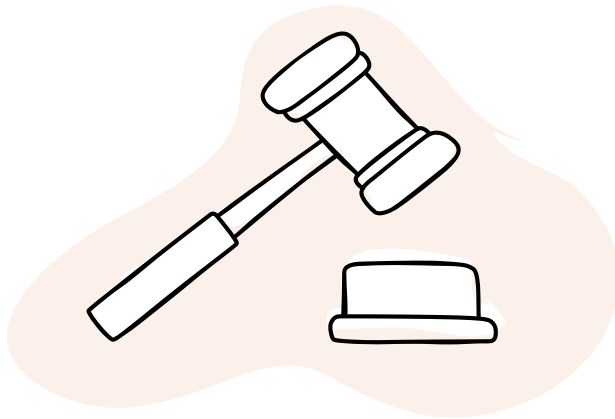
- Mid ka kooban maaddooyinka wax kiciya, islamarkaana keena firfircoonida, sida amfetamiinka iyo kokeyn-ta
- Mid ka kooban maaddooyinka wax dejinta iyo hurdada keena ee qofka damiya, sida bentsodiatsebiinit-ka, tusaale ahaan Diyaasbamka (Diatsepam)
- Mid ka kooban maaddooyinka keena aragtida khalddan ee dhalanteedka ah, sida LSD

- Opioid-yada iyo daawooyinka xanuun baabi'iyaha ah, sida morfiin iyo Tramadol.
- Xashiishadda (Kannabis)

Maaddooyinka wax kiciya waxay kordhiyaan firfircoonida iyo tamarta, waxaana ay dedejiyaan dhaqdhaqaaqa jirka iyo shaqada maskaxda. Maaddooyinka hurdada keena ee qofka damiya waxaa ay hoos u dhigaan shaqada neerfayaasha jirka, islamarkaana waxaa ay keenaan degganaansho iyo hurdo. Maaddooyinka dhalanteedka keena waxaa ay beddelaan sida qofku wax u arko ama u dareemo, waxaana ay sababi karaan dhalanteed iyo khalkhal xooggan oo ku yimaadda dareenka. Maaddooyinka Opioid-ka waxaa ay si xooggan u yareeyaan ama u khafiifiyaan xanuunka, waxaana ay keenaan dareen wanaagsan oo hurdo leh, waxaayna sidoo yareeyaan ama hoos u dhigaan neefsashada.



Xashiishadda dhirta ka samaysan waxaa loo arkaa in ay tahay mid maaddo ahaan ka khafiifsan maandooriyayaasha kale, laakiin haddana ma aha mid aan khatar lahayn. Waxaa ay dejisaa islamarkaana ay kordhisaa dareenka, laakiin waxay daciifisaa ama hoos u dhigtaa kartida dhug u yeelashada, isu dheelitirka dhaqdhaqaaqa jirka iyo kartida falcelinta. Dadka qaarkood waxaa uu xashiishku ku keena walbahaar ama dareen fiigsanaan iyo argagax leh.



4. Muxuu sharcigu ka qabaa arrinka maandooriyaha?

Gudaha dalkaan Finland, dhammaan hawlaha la xiriiira maandooriyaha sida isticmaalka, haysashada, soo iibsashada, iibinta, beerista iyo diyarintiintiisa sharci ahaan waa mamnuuc.

Xitaa dhallinyarada da'doodu tahay 15–17 sano waxaa ay sharci ahaan ama xeerka ciqaab ahaanta mas'uul ka yihiin falalkooda. Haddii qofka dhallinyarada ah uu iibiyo ama qaybiyo maandooriye, waxaa ka dhalan kara ganaax ama xabsi. Intaas waxaa dheer in falkaas la gelin doono diiwaanka booliiska, waxaana wargelinta arrinkaas loo gudbinayaa hay'adda badbaadada carruurta. Haddii qof weyn uu carruur ama qof dhallinyaro ah u adeegsado iibinta maandooriyaha, falkaas waxaa badanaa loo aqoonsadaa dembi culus oo maandooriyaha ah. Dembiga culus ama soo noqnoqda ee la xiriiira maandooriyaha waxaa uu sababi karaa in dalka laga masaafuriyo xitaa qofka haysta sharciga degganaanshaha ee joogtada ah.

5. Halkee ayay dhallinyaradu ka helaan maandooriyaha?

In ka badan kalabar dhallinyarada waxaa ay aaminsan yihiin in helitaanka maandooriyuhu uu fudud yahay. Badanaa maandooriyaha waxaa laga soo iibsadaa internetka iyo baraha bulshada sida, Telegram-ka, Snapchat-ka, Signal -ka, Session-ka iyo baraha internetka ee Tor-verkko. Tijaabinta iyo helitaanka maandooriyuhu inta badan waxaa ay ka bilaabataa saaxiibbada dhexdooda iyo dadka macrifada la yahay ama la is yaqaan iyo dhallinyarada kale. Goobaha ay ka midka yihiin xarumaha tareennada, suuqyada waaweyn ee dukaannada, jardiinooyinka ama beeraha nasashada (Puisto) ee ay dadku ku kulmaan, ayaa ah meelaha inta badan lagu kala qaato ama lagu iibiyo maandooriyaha.

6. Maandooriyuhu waa sun halis ku ah jirka



Maandooriyuhu wuxuu siyaabo badan oo kala duwan waxyeello ugu gaystaa jirka. Saameynta ugu horraysa waxaa ay ku dhacdaa shaqada maskaxda. Isticmaalka maandooriyaha waxaa uu daciifiyaa warisgaarsiinta, xusuusta iyo kartida dhug u yeelashada, sidoo kale waxaa uu kordhin karaa welwelka iyo walaaca.

Waxaa jira maandooriyayaal badan oo kordhiya garaaca wadnaha iyo cadaadiska dhiigga, taasoo iyana kordhin karta wadnaxanuunka, halista ah cilladda garaaca wadnaha iyo cilladda wareegga dhiigga ee maskaxda. Walxaha la cabbo waxaa ay dhaawacaan sambabada, sidoo kale waxaa ay sababi karaan qufac joogto ah, dhibaato dhanka neefsashada ah iyo cudurrada sambabada. Qaar ka mid ah maandooriyayaasha waxaa ay daciifiyaan neefsashada, taasoo sababi karta xaalad nafta halis gelisa.

Beerka ayaa shaqadiisu tahay sifeynta walxaha jirka soo gala, sidaa darteed maandooriyuhu wuxuu dhaawici karaa beerka. Sidoo kale maandooriyuhu waxaa uu hoos u dhigaa difaaca jirka, taas oo qofka ka dhigaysa mid si fudud ugu nugul caabuqyada ama infekshannada kala duwan.

7. Joojinta isticmaalka maandooriyaha way adag tahay

Isticmaalka muddada dheer socda ee maandooriyaha wuxuu beddelaa shaqada iyo qaab-dhismeedka maskaxda, taas oo sababi karta in qofku uu qabatimo ama balwad ka dhigto maandooriyaha. Markaas nolosha maandooriye la'aanta ah waxay noqon kartaa mid aad u adag, qofkuna wuxuu sii wadaa isticmaalka si uu isaga ilaaliyo astaamaha xaraaradda ee ka dhasha isticmaalka maandooriyaha.

Qabatinka jir ahaaneed ee maandooriyaha waxaa ay noqon kartaa mid ay ka dhashaan astaamaha kala ah, xanuun, gariir ama qofka oo jareeya, dhidid badan iyo jiiraggo', ama muruq kogid.

Qabatinka maandooriyaha ee dhanka maskax ahaaneed waxaa sidoo kale loola jeedaa baahi xooggan oo khasab ah oo qofka ku riixaysa isticmaalka maandooriyaha, illaa uu u arko in hawlaha nololmaalmeedkiisa caadiga ah iyo maaraynta dareenkiisa aysan suurtaggal ahayn maandooriye la'aan.

8. Marka dhimashadu ay noqoto mid ku dhacda si shil ah

Maandooriyaha ma lahan wax calaamad ama warbixin caddaynaysa maaddooyinka ama walxaha uu ka samaysan yahay, sababtoo ah si sharcidarro ah ayaa loo sameeyaa, mana jirto cid ilaalinaysa ama kormeereysa ka ganacsigiisa. Qofka isticmaala maandooriyaha marnaba ma uu hubo waxa dhab ahaan jirkiisa galaaya. Badanaa waxaa lagu daraa maaddooyin kala duwan oo dheeraad ah, kuwaaso ay dhici karto in ay noqdaan kiimikooyin khatar ah. Maaddada la soo iibsanaayo mararka qaarkood ma ahan sida uu iibiyuhu ku sheegaayo. Sidoo kale lama hubo ribnaanta ama milanka waxyaabaha ku jira maaddadaas. Hal xirmo oo maandooriyaha ah ayaa waxaa ay noqon kartaa mid aad u fudud oo khafiif ah, halka midda kalena ay noqon karto mid aad u xoog badan. Sidaas darteed qiyaasta isticmaalka maandooriyaha ayaa si fudud khalad u geli karta. Sannad kasta ku dhowaad 200 oo Finnish ah ayaa u dhinta maandooriyaha loo qaato sida xaddhaafka ah. Dadkaas afartii qofba mid ka mid ah waa qof ka yar 25 sano.

9. Xaggee laga helaa caawinta joojinta maandooriyaha?

Hala keli noqon, haddii adiga ama qof ehelkaaga ah uu dhibaato ku qabo isticmaalka maandooriyaha. Caawimaad waa la heli karaa. Marka qofku si degdeg ah u raadsado taageerada, waxaa sii badanaysa fursadda uu ku joojin karo isticmaalka maandooriyaha.

Gudaha dalkaan Finland, caawinta ugu horraysa waxaa laga helaa xarunta caafimaadka ee deegaankaaga (terveysasema), halkaasoo uu dhakhtarku qiimayn ku samaynaayo xaaladda, kaddibna haddii loo baahdo uu u gudbinaayo daryeelka sii soconaaya, sida hawsha daryeelka dhibbanayaasha maandooriyaha ama daryeelka xarumaha qofka jirkiisa looga nadiifinaayo maandooriyaha.

Sidoo kale ururro kala duwan ayaa bixiya taageero leh noocyo kala duwan oo qof walba uu si fudud ku heli karo. Waxaad wici kartaa tusaale ahaan, ururka EHYT ry – lambarka talobixinta maandooriyaha ee lacag la'aanta ama bilaashka ah (**tel. 0800 900 45**). Adeeggan waa mid aan qofka looga baahnayn in uu magaciisa sheego (anonymous), wuxuuna furan yahay 24-ka saac maalin walba sannadka oo dhan. La taliyayaasha halkaas jooga waxaa ay dhegeysanayaan welwelkaaga iyo waxyaabaha dhibaataada ah ee kaa haysta isticmaalka maandooriyaha, waxaana ay haddii loo baahdo ku siiyaan hagiis ama tilmaanbixin ku saabsan adeegyada kugu habboon.



المواد المخدرة

ما الذي يجب على الجميع معرفته عنها؟





1. لماذا تُستخدم المخدرات؟

تؤثر المخدرات في مركز المتعة في الدماغ وغالبًا ما تولد شعورًا قويًا ولكنه قصير المدى بالراحة والسعادة وتدفقًا من الطاقة الإيجابية. يستخدم بعض الأشخاص المخدرات لتخفيف المشاعر السلبية مثل الاكتئاب أو الضيق النفسي أو التوتر. قد يرتبط الاستخدام لدى الشباب/الشابات بالفضول والرغبة في التجربة والبحث عن تجارب جديدة. يمكن أن يشجع ضغط الأقران في دائرة الأصدقاء على تجربتها. إذا كان الشخص قد طور بالفعل إدمانًا على المخدرات فإنه يستمر في تعاطيها لتجنب أعراض الانسحاب وتخفيفها.

2. مَنْ الذين يتعاطون المخدرات في فنلندا؟

يظهر تعاطي المخدرات في جميع الفئات المجتمعية ولكنه أكثر شيوعًا بين الشباب/الشابات البالغين والرجال. العديد من المستخدمين هم طلاب عاديون أو أشخاص عاملون ومعظم الاستخدام يكون عارضًا أو على سبيل التجربة. أكثر المخدرات استخدامًا وتجربة هو القنب (الحشيش).

على الرغم من أن الغالبية تستخدم المخدرات بشكل متقطع فقط، فإن الاستخدام لدى بعض الأشخاص (يُقدَّر بحوالي 40,000 شخص) يتحول إلى استخدام طويل الأمد ومسبب للمشاكل. الاستخدام الإشكالي الشديد وغالبًا ما يكون عن طريق الحقن الوريدي، يكون أكثر شيوعًا لدى الأشخاص الذين تراكمت في حياتهم صعوبات متعددة مثل مشاكل الصحة النفسية والتشرد.



3. تتعدد أنواع المخدرات وتتنوع آثارها

يمكن تقسيم المخدرات حسب تأثيرها مثلًا على النحو التالي:

- المواد المنشطة والمحفزة (الأمفيتامين، الكوكايين)
- المواد المثبطة والمهدئة (البنزوديازيبينات مثل ديازيبام)
- المواد المهلوسة والمسببة للاعتلال الحسي (LSD)
- المواد الأفيونية ومسكنات الألم الأخرى (المورفين، الترامادول)
- القنب (الحشيش)

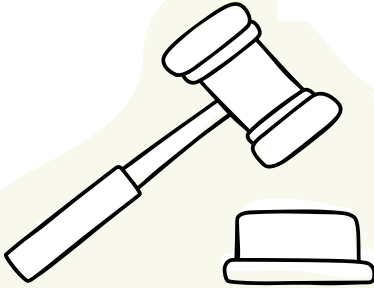
تزيد المواد المنشطة من اليقظة والنشاط وتسرع وظائف الجسم والعقل. تُبطئ المواد المهدئة في المقابل من نشاط الجهاز العصبي المركزي وتمنح الهدوء وقد تسبب النعاس. تغير المواد المهلوسة الإدراك الحسي وتجربة الواقع. يمكن أن تسبب هلوسات أو تشوهات شديدة في الإدراكات الحسية. المواد الأفيونية تُخفف الألم بشكل فعال وتسبب شعورًا بالاسترخاء والراحة كما تُبطئ التنفس.

يُعتبر الحشيش (القنب) المستخلص من النبات مادة أخف مقارنة بالمخدرات الأخرى لكنه ليس مادة غير ضارة على كل حال. يسبب الحشيش الاسترخاء ويعزز التجارب الحسية ولكنه يضعف القدرة على التركيز والتنسيق الحركي وسرعة الاستجابة. قد يسبب الحشيش القلق أو الشعور بالدعر لدى البعض.

4. ما الذي ينص عليه القانون؟

تُحظر قانونًا في فنلندا جميع الأنشطة المتعلقة بالمخدرات مثل الاستخدام والحيازة والشراء والبيع والزراعة والتصنيع.

الأشخاص الذين أعمارهم 15 - 17 سنة يكونون مسؤولين جنائيًا عن أفعالهم. إذا قام شاب أو شابة ببيع المخدرات أو نقلها أو ترويجها فقد يواجه عقوبة الغرامة أو السجن. بالإضافة لذلك تُسجّل الجريمة في سجلات الشرطة ويتم تقديم بلاغ عنها إلى حماية الطفل. إذا قام شخص بالغ بتجنيد قاصر لبيع المخدرات فإن هذا الفعل يُعتبر في الغالب جريمة مخدرات شائعة ارتكاب جريمة مخدرات خطيرة أو بشكل متكرر قد يؤدي إلى الترحيل من البلاد حتى بالنسبة لحامل الإقامة الدائمة.



5. من أين يحصل الشباب/الشابات على المخدرات؟

يعتبر أكثر من نصف الشباب والشابات أن الحصول على المخدرات أمراً سهلاً. يتم في معظم الأحيان شراء المخدرات عبر الإنترنت (تطبيقات: تلغرام وسناب شات وسيغنال وبيشن ومنصات شبكة تور). غالبًا ما يتم

التجريب وتتم عمليات الحصول على المخدرات عن طريق دائرة المعارف أو الأصدقاء أو غيرهم من الشباب والشابات. تُعتبر محطات السكك الحديدية أو مراكز التسوق أو المتنزهات أماكن التقاء شائعة لتوزيع المخدرات.

6. سُموم للجسم

تضرر المواد المخدرة بالجسم بطرق مختلفة ومتعددة. تستهدف الآثار الأكثر مباشرة وظائف الدماغ. يمكن أن يؤدي التعاطي إلى إضعاف القدرة على التواصل والذاكرة والتركيز كما قد يزيد من الضيق النفسي.

تؤدي الكثير من المخدرات إلى رفع معدل ضربات القلب وضغط الدم، مما يزيد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية واضطرابات نظم القلب والسكتات الدماغية. أما المواد التي يتم تخزينها فتُهيّج الرئتين وقد تسبب سعالًا مزمنًا وصعوبات في التنفس وأمراضًا رئوية. بعض المخدرات تُبطئ التنفس مما قد يؤدي إلى حالة تُهدد الحياة.

يُضطر الكبد إلى معالجة المواد التي تدخل إلى الجسم، ولذلك يمكن أن تتسبب المخدرات في إلحاق الضرر به. يمكن للمخدرات أن تضعف جهاز المناعة أيضًا مما يجعل الجسم أكثر عرضة للإصابات والالتهابات المختلفة.



7. من الصعب التوقف عن الاستخدام

الاستخدام طويل الأمد يغيّر وظائف الدماغ وبنيتّه مما قد يؤدي إلى تطوّر الإدمان. عندها تصبح الحياة بدون المخدرات أكثر صعوبة ويستمر التعاطي لتجنب أعراض الانسحاب.

يظهر الإدمان الجسدي في أعراض كالآلم والارتجاف والتعرق والتشنجات. أما الإدمان النفسي فيعني حاجة قهرية وقوية لاستخدام المادة حيث قد يبدو التعامل مع الحياة اليومية وإدارة العواطف الشخصية بدون مخدرات أمراً مستحيلاً.

8. عندما يكون الموت حادثاً عرضياً

لا توجد نشرات محتويات للمخدرات لأنها تُصنع بشكل غير قانوني ولا تخضع تجارتها للرقابة. لا يمكن للمستخدم أبداً أن يكون متأكداً من المواد التي يدخلها إلى جسمه. غالباً ما تُضاف إلى المخدرات مواد مُضافة مختلفة قد تكون مواد كيميائية خطيرة. وقد لا تكون المادة المشتراة هي المادة التي يزعم البائع وجودها على الإطلاق. كذلك لا يمكن التأكد من نسبة تركيز المادة. قد تكون إحدى الدفعات ضعيفة التأثير بينما تكون دفعة أخرى قوية جداً. لهذا السبب يمكن أن يختل تحديد الجرعة بسهولة وبشكل خطير. يموت سنوياً ما يقارب 200 فنلندي بسبب جرعة زائدة من المخدرات. واحد من كل أربعة منهم يكون عمره أقل من 25 عاماً.

9. من أين يمكن الحصول على المساعدة للإقلاع عن تعاطي المخدرات؟

لا تبقى وحيداً إذا كنت أنت أو أحد الأشخاص المقربين منك تواجهون صعوبات تتعلق بتعاطي المخدرات. المساعدة مُتاحة. كلما توجهت لطلب الدعم مبكراً كانت فرص الإقلاع عن التعاطي أفضل.

يمكن الحصول على المساعدة في فنلندا في المقام الأول من المستوصف الذي تتبع له حيث يقوم الطبيب بتقييم الحالة وتوجيهك عند الحاجة إلى متابعة العلاج كعلاج الإدمان أو التطهير من السموم.

كما تقدم المنظمات دعماً متنوعاً ومن السهل الحصول عليه بدون عوائق. يمكنك على سبيل المثال الاتصال بالخط الهاتفي المجاني للاستشارات بشأن الإدمان التابع للجمعية المسجلة EHYT ry (هاتف: 0800 900 45). الخدمة متاحة دون الكشف عن الهوية ومتاحة على مدار الساعة طوال أيام السنة. يستمع مستشارو علاج الإدمان إلى مخاوفك ويقدمون لك النصائح ويوجهونك عند الضرورة إلى نطاق الخدمات الأنسب لك.



ehyt.fi/hadiya