EROINA

L'eroina è un derivato della morfina, sostanza naturale estratta dal guscio dei semi di alcune varietà di papavero. Generalmente sotto forma di polvere bianca o marrone, oppure sotto forma di barrette dal colore scuro. Quasi sempre "tagliata" con altre droghe o con sostanze come zucchero, amido, latte in polvere o chinino, ma anche con stricnina o altri veleni. **L'eroina viene solitamente iniettata, inalata o fumata.**

EFFETTI

La prima sensazione che avverti è il cosiddetto ***flash* da eroina**: un susseguirsi di sensazioni euforiche e di piacere che dura pochi minuti. Dopo si avverte uno stato di benessere diffuso, la scomparsa di angosce e timori, l'annullamento del dolore fisico. Le pupille si restringono, hai un forte rallentamento psicomotorio.

Gli effetti durano qualche ora. Se si interrompe l'assunzione continuativa, si verifica una **crisi di astinenza** con effetti particolarmente spiacevoli come: sonnolenza, deficit della coordinazione motoria, deficit dell'attenzione, nausea, vomito, stitichezza e inappetenza.

RISCHI

L'uso continuativo di eroina porta all'**isolamento sociale e difficoltà nel sostenere i ritmi scolastici e/o lavorativi**. L'uso per via endovenosa può causare danni alle vene e trasmissioni di malattie come epatiti e HIV. Si abbassano, infatti, le difese immunitarie e ti ammali più facilmente. Puoi correre il rischio di un'overdose soprattutto se l'uso è sporadico e dopo un periodo di non uso: l'**overdose** avviene quando si assume più eroina di quella che il corpo è in grado di metabolizzare portando a un arresto respiratorio che può causare la morte.

Con l'assunzione continuativa l'eroina crea una dipendenza fisica e psichica e la necessità di quantità sempre più elevate per ottenere lo stesso effetto (livello di tolleranza) con ricadute notevoli anche a livello economico.

Un amico sta male?

Se il tuo amico dimostra **pupille a spillo**, **colorito bluastro**, **respiro rallentato e/o perdita di coscienza**, è necessario che controlli che non vi siano ostruzioni in bocca, stendi il tuo amico su un fianco e **chiama subito il 118**, spiegando al medico cosa ha preso, da quanto tempo e in che dosi.

Se hai dubbi o vuoi parlarne con qualcuno **contattaci!**

Ser.D. di Alessandria
Via Mazzini, 85 - 0131/306317
prevenzionedipendenze@aslal.it

Realizzato, nell'ambito del progetto IN/DIPENDENTI finanziato da Regione Piemonte, in collaborazione con le volontarie del SCU del Comune di Alessandria e ASM Costruire Insieme/Informagiovani

MDMA

L'MDMA (o **ecstasy**) è una droga chimica, di solito venduta in **polvere** o in **compresse** di colori e dimensioni diverse. Spesso nelle pastiglie sono presenti altre sostanze, come anfetamine, tranquillanti, caffeina e eroina, con il rischio di rintracciare anche sostanze di taglio nocive (es. piombo, stricnina o altri veleni).

EFFETTI

L'MDMA ha un effetto eccitante, disinibente e allucinogeno: modifica la percezione che hai di te e sembra che renda più spontanea la relazione con gli altri fino a giungere però a uno stato di depressione e delirio. Il picco massimo viene raggiunto dopo circa un'ora e gli effetti scompaiono dopo quattro/cinque ore.

Effetti psichici:

- ti sembra di provare emozioni amplificate, sentendoti più energico e adeguato alle situazioni
- ti sembra che ti sostenga nell'avviare relazioni con gli altri ma, quando l'effetto svanisce, ti senti depresso e irritato puoi avere disturbi d'ansia e attacchi di panico, oltre che deliri.

Effetti fisici:

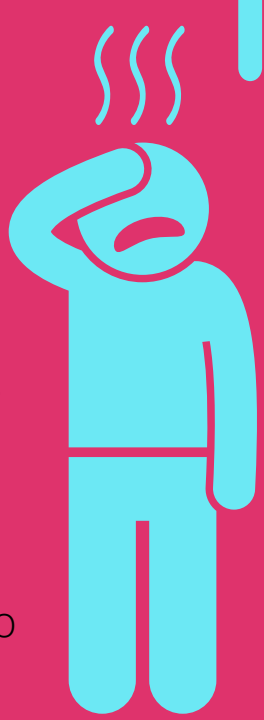
- battito del cuore accelerato pressione più alta
- bocca secca e pupille dilatate
- se assunta in ambiente chiuso e affollato, determina l'innalzamento della temperatura corporea.

RISCHI

Il rischio più frequente è il **colpo di calore**, con conseguenze anche mortali: non sudi più, hai mal di testa, oltre che crampi alle mani ed alla schiena. Aumenta la necessità di urinare ma senza riuscirci o la fai di colore molto scuro. Ti senti all'improvviso fiacco e confuso. Il consumo di MDMA può inoltre provocare depressione e malattie psichiatriche (ti senti osservato, guardato, diminuiscono le tue capacità di imparare a fare le cose).
L'uso di MDMA può dare **dipendenze psicologica**.

Un amico sta male?

- se entra in panico o respira troppo in fretta, portalo in un posto tranquillo e fresco per cercare di regolarizzare il suo respiro contando con lui
- rassicuralo e cerca di distrarlo chiacchierando
- svestilo, per quanto ti è possibile
- dagli da bere qualche sorso d'acqua
- se la situazione non migliora, **chiama il 118** spiegando al medico cosa ha preso, da quanto tempo e in che dosi



Se hai dubbi o vuoi parlarne con qualcuno **contattaci!**

Ser.D. di Alessandria
Via Mazzini, 85 - 0131/306317
prevenzionedipendenze@aslal.it

Realizzato, nell'ambito del progetto IN/DIPENDENTI finanziato da Regione Piemonte, in collaborazione con le volontarie del SCU del Comune di Alessandria e ASM Costruire Insieme/Informagiovani

LSD

Cartone, trip, acido: l'LSD è un potente **allucinogeno**, ricavato da un fungo parassita della segale. È venduto sotto forma di **francobolli, micro punte o gocce.** Gli effetti compaiono dopo mezz'ora dall'ingestione, s'intensificano dopo 2 ore e possono durare oltre 12 ore.

EFFETTI

L'esperienza da LSD è descritta come un trip (viaggio), perché provoca **intense modificazioni sensoriali**: le percezioni uditive, visive, tattili si mescolano e i suoni prendono colore, gli oggetti respirano. Provoca effetti psichedelici e allucinogeni: nella fase acuta puoi entrare in un grave stato di **perdita del contatto con la realtà**, hai la sensazione di trovarti in un altro mondo.
In alcuni casi le **allucinazioni** e le **alterazioni della realtà** possono ricomparire inaspettatamente per brevi periodi anche dopo alcuni giorni/settimane dall'assunzione (flashback). L' LSD può inoltre provocarti effetti gravi, tra cui il panico.

RISCHI

Il rischio più frequente è legato alla dipendenza e al voler ripetere continuamente l'esperienza vissuta. Il rischio maggiore è dovuto alla distorsione della realtà che può portarti a farti credere d'essere onnipotente facendoti compiere così azioni pericolose: le morti dovute all' LSD sono state infatti causate da comportamenti rischiosi per la vita (es. credere di poter volare). Anche l'attacco di panico è molto traumatico poiché ti carica d'angoscia e terrore di cui non vedi la fine: se sei particolarmente sensibile, vulnerabile o predisposto, può procurarti danni psicologici permanenti e irreversibili.

Un amico sta male?

- cerca di **ridurre gli stimoli al massimo**, creando un luogo tranquillo
- **rassicuralo** costantemente, cercando di spiegargli che le allucinazioni dureranno per qualche ora e non contraddirlo
- **se la situazione non migliora**, o addirittura peggiora, **portalo in ospedale o chiama il 118.**

Non abbandonarlo e spiega al medico che cosa ha preso, in che dosi e da quanto tempo

Se hai dubbi o vuoi parlarne con qualcuno **contattaci!**

Ser.D. di Alessandria
Via Mazzini, 85 - 0131/306317
prevenzionedipendenze@aslal.it

Realizzato, nell'ambito del progetto IN/DIPENDENTI finanziato da Regione Piemonte, in collaborazione con le volontarie del SCU del Comune di Alessandria e ASM Costruire Insieme/Informagiovani

ANFETAMINA

È una sostanza chimica di sintesi, che si presenta solitamente sotto forma di **pasticca**, ma anche come **polvere bianca**. Viene assunta per via endovenosa o inalatoria. La forma illegale più diffusa e reperibile oggi è lo SPEED, che può essere formato da anfetamine, sostanze metanfetaminiche e anfetamino-simili come l'efedrina. È uno stimolante molto potente, anche a piccole dosi.

EFFETTI

Ha un'alta azione stimolante sul sistema nervoso, provocando prima una sensazione di energia e benessere. Le tue capacità di attenzione e vigilanza possono aumentare, sentendo così meno il bisogno di dormire e credendo di poter sconfiggere la fame e la fatica. Ti può dare la sensazione di maggiore fiducia in te stesso e un generale senso di ottimismo.
L'assunzione comporta perciò iperattività fisica, euforia, esagerata loquacità. Gli effetti durano per circa 6-8 ore: quando l'effetto finisce ti puoi sentire svuotato, spossato, irritabile e depresso.

RISCHI

Le anfetamine accelerano il battito cardiaco e il respiro, ostacolano il sonno e, alla lunga, l'attività sessuale. Non sconfiggono fame e fatica, semplicemente le "mascherano", portando il corpo a sopportare sforzi esagerati e rischiosi. Puoi diventare violento e paranoico, compromettendo i tuoi rapporti sociali e lavorativi.
Il mix di anfetamine e alcolici o altre sostanze aumenta notevolmente la possibilità di sviluppare comportamenti aggressivi e violenti.
Per mantenere lo stato di benessere raggiunto in precedenza sei indotto a ripetere l'assunzione, aumentando la dose per ottenere gli stessi effetti prima sentiti.

Un amico sta male?

Portalo in un luogo fresco e tranquillo, lontano dalla folla, stagli vicino e **chiama il 118.**

Se hai dubbi o vuoi parlarne con qualcuno **contattaci!**

Ser.D. di Alessandria
Via Mazzini, 85 - 0131/306317
prevenzionedipendenze@aslal.it

Realizzato, nell'ambito del progetto IN/DIPENDENTI finanziato da Regione Piemonte, in collaborazione con le volontarie del SCU del Comune di Alessandria e ASM Costruire Insieme/Informagiovani

COCAINA

È un estratto delle foglie di coca, una pianta che si coltiva prevalentemente nell'America del Sud. Si presenta in **polvere** da sniffare ma, se trattata con ammoniaca, si ottengono cristalli (crack). Generalmente **è assunta per via nasale oppure sciolta e iniettata per via endovenosa.** Il crack è invece fumato.

EFFETTI

L'assunzione di cocaina porta ad avere i seguenti effetti: aumento di euforia e lucidità ma anche di aggressività. Hai molta voglia di parlare, muoverti e camminare. Diminuisce l'appetito, si dilatano le pupille, aumenta il battito cardiaco, la pressione sanguigna e la temperatura corporea. Inoltre, se fumi il crack, tendi ad isolarti e l'effetto dura meno.
Dopo circa 20 minuti (meno se fumi il crack) arriva il down (stanchezza, depressione, voglia di non fare nulla), desiderando altra cocaina fino ad arrivare alla dipendenza sia fisica che psicologica.

RISCHI

Puoi avere frequenti e improvvisi cambiamenti d'umore, problemi di memoria e attenzione, allucinazioni, danni al sistema cardiocircolatorio. Puoi soffrire d'insonnia e sentirti spiato e maggiormente irritabile. Puoi essere soggetto ad alterazioni sessuali e essere colpito da emorragie cerebrali o riportare danni all'apparato respiratorio e all'intestino.

La brusca cessazione dopo un uso prolungato o la riduzione della quantità usata, determina una vera e propria crisi di astinenza con sintomi che si prolungano per 24 ore, agendo sulle aree del cervello che regolano memoria, sentimenti, appetito e sonno. Non riesci più a divertirti, stare con gli altri o stare bene senza la sostanza. Se fumi il crack la dipendenza fisica e psicologica arriva molto prima ed è molto più forte.

Un amico sta male?

Chiama il 118, stagli vicino e rassicuralo, cerca di capire cos'ha preso e dillo ai soccorritori. Fagli bere acqua a piccoli sorsi e giralo su un fianco.

Se hai dubbi o vuoi parlarne con qualcuno **contattaci!**

Ser.D. di Alessandria
Via Mazzini, 85 - 0131/306317
prevenzionedipendenze@aslal.it

Realizzato, nell'ambito del progetto IN/DIPENDENTI finanziato da Regione Piemonte, in collaborazione con le volontarie del SCU del Comune di Alessandria e ASM Costruire Insieme/Informagiovani

KETAMINA

Conosciuta come “Keta”, “Key” o “Ketch”, la Ketamina è un farmaco anestetico usato in medicina e, soprattutto, in veterinaria che, se assunto a dosaggi inferiori a quelli necessari per l’anestesia, agisce sul tuo organismo (sistema nervoso centrale) come un potente psichedelico, producendo una sensazione dissociativa tra mente e corpo. Trovi la ketamina sotto forma liquida o di polvere biancastra, che può essere sniffata, ingerita o iniettata in muscolo.

EFFETTI

Gli effetti dipendono dal dosaggio, dalle modalità di assunzione, dalle circostanze in cui ti trovi e dal tuo stato psicofisico, provocandoti un leggero stato di euforia, seguito poi da una sensazione di distacco tra mente e corpo che causa difficoltà nella coordinazione dei movimenti e nel controllo dei vari sensi.

Dopo circa 15 minuti potresti avere allucinazioni, esperienze extracorporee e di pre-morte, percezioni alterate, distacco completo dalla realtà, perdita della capacità di sentire freddo e caldo e della sensibilità in generale.

RISCHI

Puoi andare incontro a sensazioni di: profondo disorientamento (non sai dove ti trovi), perdita del senso d’identità (non sai chi sei) e delle proprie funzionalità corporee (difficoltà nel camminare, percezione di caldo/freddo con rischio di ipotermia), distacco quasi totale dalla realtà circostante e stati paranoici. La Ketamina può portare ad uno stato di confusione mentale da cui possono derivare incidenti anche mortali (es. cadute, annegamenti).

Un uso di ketamina può causare inoltre seri danni cerebrali e temporanee paralisi e/o insensibilità agli arti. Nell’eventualità di un bad trip (cattivo viaggio), possono manifestarsi elevati stati di angoscia e ansia in grado di portarti ad una grande sofferenza psicofisica che può sfociare in crisi di panico. L’uso ripetuto può determinare dipendenza e tolleranza; quest’ultima in particolare porta a dover aumentare la dose per avere gli stessi effetti.

Un amico sta male?

- **Portalo in un luogo tranquillo**, facendolo sedere o coricare e cercando di non farlo camminare per evitare possibili perdite di equilibrio
- Cerca di ripararlo dal freddo, fagli bere acqua a piccoli sorsi, ricordagli che è sotto l’effetto di una sostanza, quindi questo stato passerà e **non lasciarlo solo**
- Se sei in difficoltà e non sai come aiutarlo, **chiama il 118**, spiegando loro che cosa ha assunto il tuo amico.

Se hai dubbi o vuoi parlarne con qualcuno **contattaci!**

Ser.D. di Alessandria
Via Mazzini, 85 - 0131/306317
prevenzionedipendenze@aslal.it

Realizzato, nell'ambito del progetto IN/DIPENDENTI finanziato da Regione Piemonte, in collaborazione con le volontarie del SCU del Comune di Alessandria e ASM Costruire Insieme/Informagiovani