

SANDHEDEN OM

HEROIN

Smack
Dope

Cobra
Junk
Hero

drugfreeworld.org

HVORFOR HAR VI SKREVET DETTE HÆFTE

Der tales meget om stoffer verden over — på gaderne, i skolen, på internettet og på TV. Noget af det er sandt, noget er ikke.

Meget af det, du hører om stoffer, kommer fra dem, der sælger dem. Tidligere narkohandlere har tilstået, at de ville have sagt hvad som helst for at få andre til at købe deres stoffer.

Lad dig ikke narre. Du har brug for kendsgerninger, for at undgå at blive afhængig af stoffer, og til at hjælpe dine venner med at være stoffri. Det er grunden til, at vi har lavet dette hæfte — for din skyld.

Det er vigtigt for os at høre, hvad du synes om hæftet, så vi ser frem til at høre fra dig. Du kan også gå på nettet på **nejtilstoffer.dk** eller **drugfreeworld.org** og maile til os på **info@nejtilstoffer.dk** eller **info@drugfreeworld.org**

HEROIN: HVAD ER DET?

Heroin er et meget vanedannende, illegalt stof. Millioner af misbrugere verden over er ikke i stand til at modstå den destruktive trang til at tage stoffet hver eneste dag - fordi de ved, at hvis de stopper vil abstinenserne overvælde dem.

Heroin udvinder man (ligesom opium og morfin) fra valmuens harpiks. Den mælkede, saftagtige opium, udvindes af valmueblomstens kapsel. Dette opium raffineres, så man kan lave morfin, hvorefter

det raffineres yderligere til forskellige former for heroin.

Og der er en ekstra risiko udoverselve risikoen ved heroinen, fordi sprøjter kan smitte brugeren med HIV og andre infektionssygdomme.



Heroin isolerede
mig fra resten af
verden. Mine forældre
smed mig ud. Mine
venner og mine brødre
ville ikke se mig mere.
JEG VAR HELT ALENE.”
— Suzanne

HEROINENS OPRINDELSE

Heroin blev første gang fremstillet i 1898 af det tyske medicinalfirma Bayer til behandling af tuberkulose og ligeledes markedsført som et middel mod morfin-afhængighed.

EN ØND CIRKEL

I 1850'erne var opium-afhængighed et kæmpe problem i USA. "Løsningen" var at give opium-misbrugere en mindre potent, og hvad man formodede var en "ikke-afhængigheds-skabende" erstatning. Det var morfin.

Morfin-afhængighed blev hurtigt et endnu større problem end opium-afhængighed.

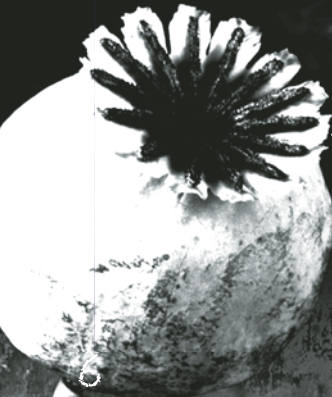
Det gik som med

opium — morfin-problemet blev løst med et andet "ikke-vanedannende" stof — heroin, som igen viste sig at være endnu mere vanedannende end morfin. Med heroin-problemet kom endnu en "ikke-vanedannende" afløser på markedet. Det stof der nu kendes under navnet metadon. Det blev i 1937 udviklet af tyske videnskabsmænd, der ledte efter et kirurgisk smertestillende middel. Det blev eksporteret til USA og fik handelsnavnet "Dolophine" i 1947. Her blev stoffet omdøbt til metadon og blev snart brugt i stort omfang som behandling mod afhængighed af heroin. Uheldigvis viste det sig at være endnu mere vanedannende end heroin.

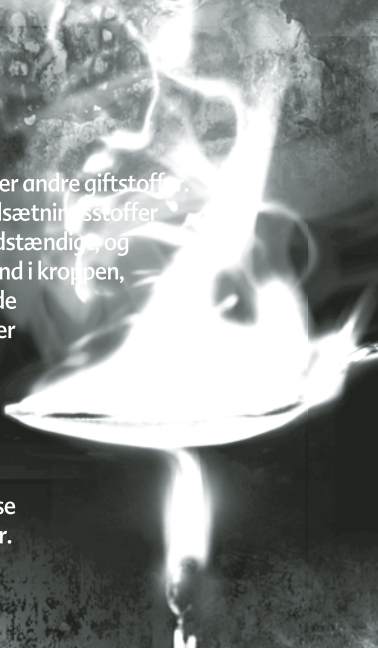
Sidst i 1990'erne blev dødstallet blandt heroinmisbrugere anslået til at være 20 gange højere end i resten af befolkningen.



HVORDAN SER HEROIN UD?



dets reneste form er heroin
et fint hvidt pulver. Men
ofte vil det være
rosa-gråt, brunt
eller sort i farven.
Misfarvningen
kommer fra
tilsætningsstoffer,
som har været brugt
til at fortynde det.
Det kan være
sukker, koffein og
andre substanser.
Gadeheroin bliver
nogle gange "fikset"



med stryknin eller andre giftstoffer.
De forskellige tilsætningsstoffer
opløses ikke fuldstændig, og
når de sprøjtes ind i kroppen,
kan de blokere de
blodkar, der fører
til lunger, nyrer
eller hjernen.
Dette alene
kan føre til
infektioner
eller ødelæggelse
af vitale organer.

Brugeren, der køber sin heroin på gaden, ved aldrig, hvad den nøjagtige styrke af stoffet er. Derfor lever en bruger i konstant risiko for en overdosis.

Heroin kan sprøjtes, ryges eller sniffes. Første gang man bruger det, giver det en følelse af at være høj. Man kan føle sig udadvendt, opleve at have nemt ved at kommunikere med andre og få følelsen af at den seksuelle formåen er bedre – men den holder ikke.

Heroin er meget vanedannende, og abstinenserne er ekstremt smertefulde. Immunforsvaret nedbrydes hurtigt, og afhængigheden efterlader til sidst personen syg og udtæret og kan til sidst ende med døden.

SLANGUDTRYK for HEROIN

- dope
- kobra
- junk
- smack
- langsom
- bellman
- hero-deo
- hero
- tai



Jeg stoppede aldrig igen efter første gang. Indenfor en uge var jeg gået fra at sniffe heroin til at sprøjte det. Indenfor en måned var jeg afhængig og havde brugt alle mine penge. Jeg solgte alt af værdi, jeg ejede, og efterhånden også alt min mors. Inden for blot et år havde jeg mistet alt.

JEG SOLGTE MIN BIL, MISTEDE
MIT ARBEJDE, BLEV SPARKET
UD HJEMMEFRA AF MIN MOR,
SKYLDTE 150.000 KRONER PÅ
MIT KREDITKORT OG LEVEDE
PÅ GADEN.

Jeg løj, jeg stjal, jeg snød.

Jeg blev voldtaget, tævet, bestjålet, arresteret, var hjemløs, syg og desperat. Jeg vidste, at den livsstil kunne ingen klare ret længe, og jeg vidste, at døden var lige om hjørnet. For mig ville døden være bedre end et liv som junkie.” — Alison

INTERNATIONALE STATISTIKKER

Omkring 13,5 millioner mennesker i verden tager opiatater (opium-lignende stoffer), af dem er der 9,2 millioner, der bruger heroin.

- I 2007 kom 93 % af verdens opium-forsyninger fra Afghanistan, (opium er den råvare, man fremstiller heroin ud fra). Dens samlede eksportværdi var omkring \$ 4 mia., hvoraf næsten tre fjerdedele gik til narkohandlerne. Omkring en fjerdedel gik til afghanske opiumsdyrkere.
- I Danmark skønnes det, at 0,5 pct. af befolkningen (15-64 år) har indtaget opiatater indenfor det sidste år.
- Opiater, navnlig heroin, var involveret i fire af fem narkotikarelaterede dødsfald i

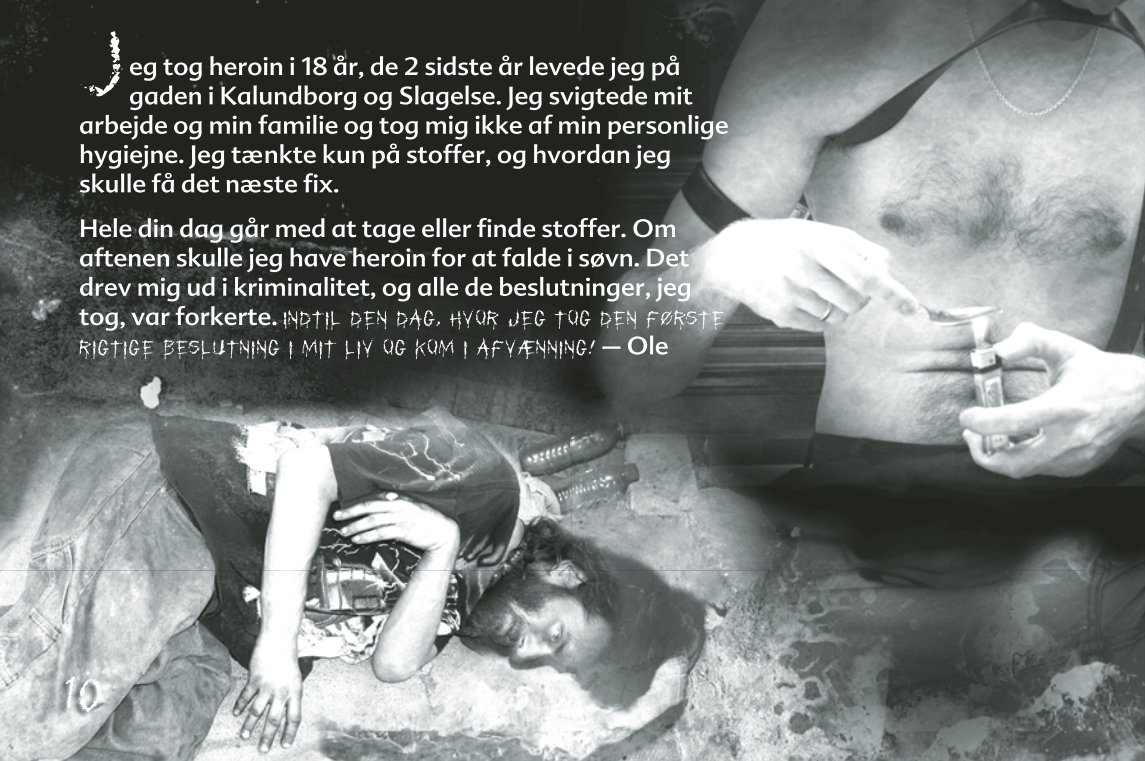
Europa, ifølge en rapport fra Det Europæiske Overvågningscenter for Stoffer og Stofafhængighed fra 2008.

- Opiater var årsag til 43 % af indskrivningerne til narkoafvænning i Danmark i 2006. Blandt de narko-relaterede dødsfald i Danmark i 2006 skete 38 % pga. heroin eller morfin.



Jeg tog heroin i 18 år, de 2 sidste år levede jeg på gaden i Kalundborg og Slagelse. Jeg svigtede mit arbejde og min familie og tog mig ikke af min personlige hygiejne. Jeg tænkte kun på stoffer, og hvordan jeg skulle få det næste fix.

Hele din dag går med at tage eller finde stoffer. Om aftenen skulle jeg have heroin for at falde i søvn. Det drev mig ud i kriminalitet, og alle de beslutninger, jeg tog, var forkerte. INDIL DEN DAG, HVOR JEG TOG DEN FØRSTE RIGTIGE BESLUTNING I MIT LIV OG KOM I AFVÆNNING! — Ole



DE ØDELÆGGENDE FØLGER AF HEROIN

Umiddelbare skader: En af de første virkninger, man oplever fra heroin er en brusende følelse — et "sus". Den er ofte ledsaget af en varm følelse i huden og tør mund. Nogle gange kan den første reaktion også være opkastning og kløe.

Efter at disse første virkninger forsvinder, bliver brugeren søvnig i flere timer. De basale kropsfunktioner som åndedræt og hjerteslag bliver langsommere.

Indenfor timer efter at virkningen er formindsket, begynder misbrugerens krop at kræve mere. Hvis han ikke får endnu et fix, begynder abstinenserne at melde sig. Abstinenser omfatter ekstreme fysiske og mentale symptomer, som indtræffer, hvis ikke kroppen får endnu en dosis heroin.

Abstinens-symptomer er også rastløshed, hovedpine og smerter i knoglerne, diarré, opkastning samt kraftigt ubehag. Det kan i bogstaveligste forstand fortsætte i ugevis.

Fornemmelsen af at være "høj" varer kun få minutter. Med fortsat brug bliver man nødt til at forøge mængden af stoffer, bare for at føle sig "normal".

VIRKNINGER PÅ KORT SIGT

- "Suset"
- Nedsat åndedræt
- Mentalt tåget
- Kvalme og opkastning
- Sløvhed; døsighed
- Hypotermi (kropstemperaturen er lavere end normal)
- Koma eller død (pga. overdosis)

VIRKNINGER PÅ LÆNGERE SIGT

Virkningerne på kroppen fra vedvarende brug af heroin er rystende. Fixer man jævnligt, kan det forårsage, at blodårerne kollapser, og det kan føre til infektioner i blodkarrene og hjerteklapperne. Tuberkulose*

kan forekomme som et

resultat af en generel dårlig kropstilstand. Leddegigt er en anden langtidsvirkning af heroinmisbrug.

Heroin-abstinenser kommer ret hurtigt efter det sidste fix, og det er en meget voldsom oplevelse.

Misbrugerens livsstil — hvor heroinmisbrugere ofte deler nåle med hinanden — kan føre til AIDS og andre smitsomme betændelsestilstande. Man regner med, at ud af de 35.000 nye hepatitis C2 infektioner (lever, sygdom), der hvert år konstateres i USA, stammer over 70 % fra stofmisbrugere, som bruger nåle.

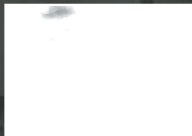
"Folk tror, at heroin er supergodt, men du mister alt: Arbejde, forældre, venner, selvtillid, dit hjem. Løgn og tyveri bliver en vane. Du respekterer ingen og intet længere." — Peter

* Tuberkulose: en infektionssygdom der påvirker lunger og andre organer

VIRKNINGER PÅ LÆNGERE SIGT

- Dårlige tænder
- Tandkødsbetændelse
- Forstoppelse
- Koldsved
- Kløe
- Svækkelse af immunforsvaret
- Koma
- Luftvejssygdomme
- Svage muskler, lammelser
- Nedsat seksuel formåen og vedvarende impotens hos mænd
- Menstruations-forstyrrelser hos kvinder
- Manglende evne til at få orgasme for både mænd og kvinder
- Hukommelsestab og generelt dårlig hukommelse
- Indadvendthed
- Depression
- Blærer i ansigtet
- Ingen appetit
- Søvnløshed

Bylder fra brugen af sprøjter, en koparret krop på en sekstenårig misbruger.



HEROINMISBRUG har en række fysiske og psykiske bivirkninger — er det noget, du vil byde dig selv?

"JEG SKAL BARE LIGE PRØVE DET EN ENKELT GANG."

ADVARSEL: SELV EN ENKELT DOSIS HEROIN KAN STARTE EN PERSON PÅ VEJEN MOD AFHÆNGIGHED.

Mange mennesker, der eksperimenterer med heroin, tænker: "Jeg prøver det lige en enkelt gang eller to. Jeg kan altid stoppe." Men de, der starter med den tanke, finder det næsten umuligt at vende om. Overvej Sams ord, en 15-årig misbruger: "Når du første gang skyder dig i armen, vil du sikkert brække dig og få en sindssyg klam følelse, men du vil hurtigt være på den igen. Det er ligesom at blive forfulgt. Suset og trangen efter at få mere, som om du manglede luft — det er den måde, det vil indfange dig."

Det, at man kan blive afhængig, er ikke den værste konsekvens af at eksperimentere med heroin. Jim var 21 år gammel og brugte sædvanligvis sine aftener på at drikke øl med vennerne. Han havde allerede eksperimenteret med heroin, så da vennerne tilbød ham at sniffe en bane, sagde han ja. Et kvarter efter besvimelede han og faldt derefter i dyb koma, hvilket varede mere end to måneder. I dag er han lænket til en kørestol, ude af stand til at skrive og kun lige i stand til at læse. Hvis han engang havde nogle drømme og nogle mål, så er de i hvert fald væk nu.



HEROIN "LOOKET"

Fengang skræmte heroin folk. I nyere tid har nogle mennesker prøvet at gøre brugen af heroin trendy.

I det sidste årti er "heroin-misbrugs-looket" — udtryksløs, voksagtig ansigtsfarve, mørke rande under øjnene, indsunke kinder, sygelig mager, fedtet hår — blevet markedsført i modeblade og i modekredse som et eftertragtet image. At se godt ud samtidig med, at man ser slidt ud.

Ligesom rockstjerner var med til at gøre LSD populært

i 1960'erne, har nogle af nutidens designere, fotografer og reklamefolk været med til at påvirke en hel generation af unge ved at fremstille heroinmisbrug i blade og i musikvideoer som trendy og "in".

Ironisk nok siges det, at modefotografen Davide Sorrenti (til højre), som var berømt for sine billeder af "heroin-chics", døde allerede som 20-årig af en overdosis heroin.



ET MEGET GLAT SKRÅPLAN

Nogle børn starter allerede meget tidligt med at ryge cigaretter og drikke alkohol, og vi ved, at ca. 40 % af de unge mellem 16 og 24 år har prøvet hash. Nogle bevæger sig senere videre til stoffersom, man bliver mere afhængig af.

Vi kan ikke antage, at alle unge, der i dag ryger hash, vil blive heroinmisbrugere i morgen. Langtidsstudier af gymnasieelever i USA viser, at kun få unge bruger andre stoffer uden først at have prøvet hash. Når en person ikke længere kan opnå den samme følelse, som han fik første gang, han tog stoffet, begynder han at tage større doser eller at kigge efter noget stærkere.

LAD OS SE PÅ REALITETERNE

Børn kommer oftere og oftere i kontakt med illegale stoffer.

En dansk undersøgelse fra 2007 viste, at 0,5 % af de 15 til 16-årige havde prøvet heroin mindst én gang, sammenlignet med 0,2 % i 1995.

I 2008 rapporterede Det Nationale Center for Afhængighed og Stofmisbrug på Columbia Universitet, at antallet af universitetsstuderende, der dagligt brugte marihuana, var fordoblet, og at brug af kokain og heroin også var stigende.

I 2008 var der ifølge FN's Kontor for Narko og Kriminalitet ca. 16 millioner mennesker verden over, som brugte opium, morfin, heroin og syntetiske opiater.

HEROINENS NYE ANSIGT

Engang skræmte heroin folk. I nyere tid har nogle mennesker prøvet at gøre brugen af heroin trendy.

I det sidste årti er "heroin-misbrugs-looket"—udtryksløs, voksagtig ansigtsfarve, mørke rande under øjnene, indsunkne kinder, sygelig mager, fedtet hår — blevet markedsført i modeblade og i modekredse som et eftertragtet image. At se godt ud samtidig med, at man ser slidt ud.

Ligesom rockstjerner var med til at gøre LSD populært i 1960'erne, har

nogle af nutidens designere, fotografer og reklamefolk været med til at påvirke en hel generation af unge ved at fremstille heroinmisbrug i blade og i musikvideoer som trendy og "in".

Ironisk nok siges det, at modefotografen Davide Sorrenti (til højre), som var berømt for sine billeder af "heroin-chics", døde allerede som 20-årig af en overdosis heroin.



Jeg mistede min lillesøster pga. en overdosis af heroin. Hun havde et vidunderligt kunstnerisk talent, som blev opdaget tidligt.

Da hun var 14 år gammel, røg hun pot. Da hun var 15, begyndte hun at hænge ud med en fyr, som var 'en god ven'. Han anbefalede en 'bedre og mere berusende måde at blive høj på end pot'. Sådan fandt hun heroin.

Hun blev bortvist fra en kunsthøjskole, blot få måneder efter, hun startede. Da hun var 22 ringede hun og sagde, at hun var på et udslusningshjem.

Hun havde være clean i lidt over et år og faldt så tilbage. Hvordan finder vi aldrig ud af — bortset fra, hvad vi kan læse i hendes journaler. Hendes afhængighed var en daglig kamp for livet.

En morgen ringede min telefon, og min far var i den anden ende. Han sagde, 'de siger, hun er død'. Jeg skreg og græd helt ukontrolleret. Jeg vil aldrig glemme det øjeblik." — Megan

HVAD PUSHERNE VIL SIGE TIL DIG



En række teenagere blev spurgt om, hvorfor de begyndte at tage stoffer og 55 % svarede, at det var pga. presset fra deres venner. De ville være seje og populære. Det ved pusherne.

De henvender sig til dig som en ven og tilbyder at "hjælpe" dig med "noget, der vil få dig til at få det godt". Stoffet vil "hjælpe dig til at blive som de andre" eller "til at være sej". Pusheren, der kun tænker på, hvad han

kan tjene, vil sige alt for at få dig til at købe sine stoffer. Han fortæller dig måske, at "heroin er som et varmt tæppe" eller "heroin er den bedste måde at blive høj på".

De er ligeglade med om stofferne ødelægger dit liv, så længe du bare betaler. Det eneste, de fokuserer på, er penge. En tidligere pusher har tilstået, at han blot så sine kunder som brikker i det store spil.

Få kendsgerningerne om stoffer. Tag dine egne beslutninger.

Sandheden om stoffer

Stoffer er dybest set gift. Den indtagne mængde bestemmer virkningen.

En lille mængde virker som en stimulans (kvikker dig op). En større mængde virker beroligende (sløver dig). En endnu større mængde giver en forgiftning og kan være dødelig.

Dette er sandt for ethvert stof. Kun den mængde, der er nødvendig for at opnå en bestemt virkning, varierer fra stof til stof.

Men mange stoffer har en anden belastende egenskab: de påvirker sindet direkte. De kan forvrænge brugerens opfattelse af, hvad der foregår omkring ham eller hende. Som et resultat af det

kan personens opførsel blive underlig, irrationel, upassende og selvdestruktiv.

Stoffer blokerer alle følelser, både de ønskede og de uønskede. Så imens stofferne kortvarigt hjælper mod smerte, så fjerner de ens evner og årvågenhed og gør ens tankeevne uklar.

Medicin er stoffer, som anvendes med den hensigt at øge eller nedsætte eller ændre noget mht. den måde, din krop fungerer på, i et forsøg på at få den til at fungere bedre. Nogle gange er disse nødvendige. Men de er stadig stoffer: de virker som stimulanser eller beroligende midler, og for meget kan slå dig ihjel. Så hvis du ikke anvender medicin korrekt, kan den være lige så farlig som illegale stoffer.

**Det rigtige at gøre er at få
kendsgerningerne og ikke
begynde at tage stoffer
overhovedet.**



HVORFOR TAGER FOLK STOFFER?

Folk tager stoffer, fordi de vil prøve at lave noget om i deres tilværelse.

Her er nogle grunde, unge har givet:

- For ikke at være udenfor
- Som virkelighedsflugt og afslapning
- For ikke at kede sig
- For at virke voksen
- For at gøre oprør
- For at eksperimentere

De tror, at stoffer er en løsning. Men til sidst bliver stofferne problemet.

Måske er det svært at se ens problemer i øjnene, men konsekvenserne af stofmisbrug er altid værre end det problem, man forsøger at løse med stofferne. Det rigtige at gøre er at forstå sine problemer i stedet for at tage stoffer.



REFERENCER

United Nations Office on Drugs and Crime World Drug Report 2008

White House Office of National Drug Control Policy

National Institutes of Health (U.S.)

Drug Enforcement Administration (U.S.)

"Research Report Series — Heroin Abuse and Addiction," National Institute on Drug Abuse (U.S.)

Department of Health and Human Services (U.S.)

Center for Substance Abuse Research (U.S.)

"Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights — 2006," Substance Abuse and Mental Health Services Administration

2007 National Report (2006 data) to the European Monitoring Centre on Drugs & Drug Addiction, Denmark

National Library of Medicine (U.S.)

American Council on Drug Education's Annals of Internal Medicine (april 1999)

The Lancet (UK)

Laboratory of the Municipal Police Amsterdam

Columbia University Medical Center

World Health Organization

European Monitoring Centre on Drugs and Drug Addiction

"Message from the Chairman," The National Center on Addiction and Substance Abuse of Columbia University, Fall 2008

FOTOS:

side 5, 12: istock.com/Peeter Viisimaa; side 6: istock.com/

Stephanie Horrocks;

side 13: Stockxpert;

side 13: U.S. Treasury

Department, Bureau of Narcotics/heroin addict;

side 15: Courtesy of Francesca Sorrenti

Millioner af eksemplarer af dette hæfte er blevet uddelt verden over på 22 sprog. Når der kommer nye stoffer på gaden, og mere information om deres virkninger bliver kendt, bliver hæfterne opdateret og der bliver lavet nye.

Hæfterne bliver udgivet af Foundation for a Drug-Free World, med den danske afdeling: Sig Nej til Stoffer, Sig Ja til Livet, der er en almenyttig medlemsforening med kontor i København.

Foreningen fremstiller undervisningsmaterialer og rådgiver og koordinerer et internationalt netværk til forebyggelse af stoffer. Netværket arbejder med unge, forældre, lærere, frivillige organisationer og offentlige myndigheder — enhver med interesse i at hjælpe mennesker til et liv uden stofmisbrug.

VIGTIGE KENDSGERNINGER

Dette hæfte er et i en hel serie af hæfter, som indeholder fakta om hash, alkohol, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth og methamfetamin, snifning, heroin, LSD og misbrug af receptpligtig medicin. Ved brug af denne information kan læseren beslutte sig til at leve et liv uden stoffer.

For yderligere information eller flere eksemplarer af dette eller andre hæfter i denne serie, kontakt:



Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA
drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org
1-818-952-5260

"Sig Nej til Stoffer, Sig Ja til Livet"
Gl. Kongevej 3E, 1
1610 København V
www.nejtilstoffer.dk
e-mail: info@nejtilstoffer.dk
Tlf.: 33 55 77 70