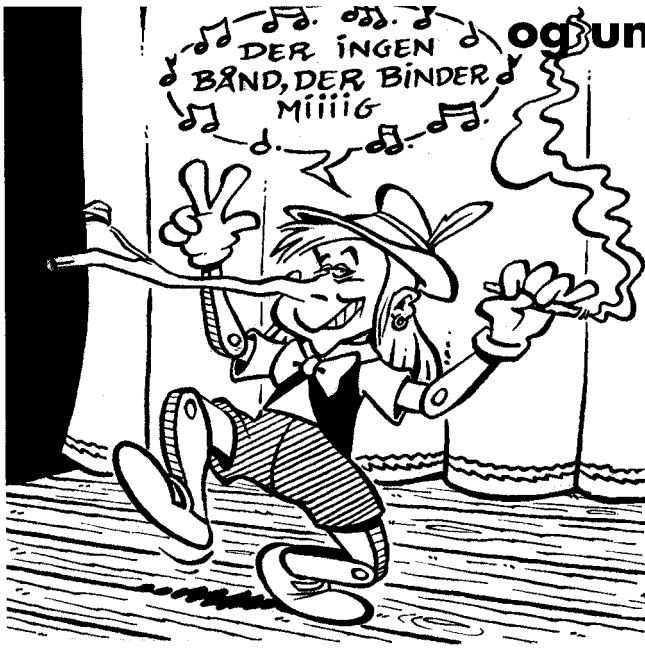


Til forældre
og unge

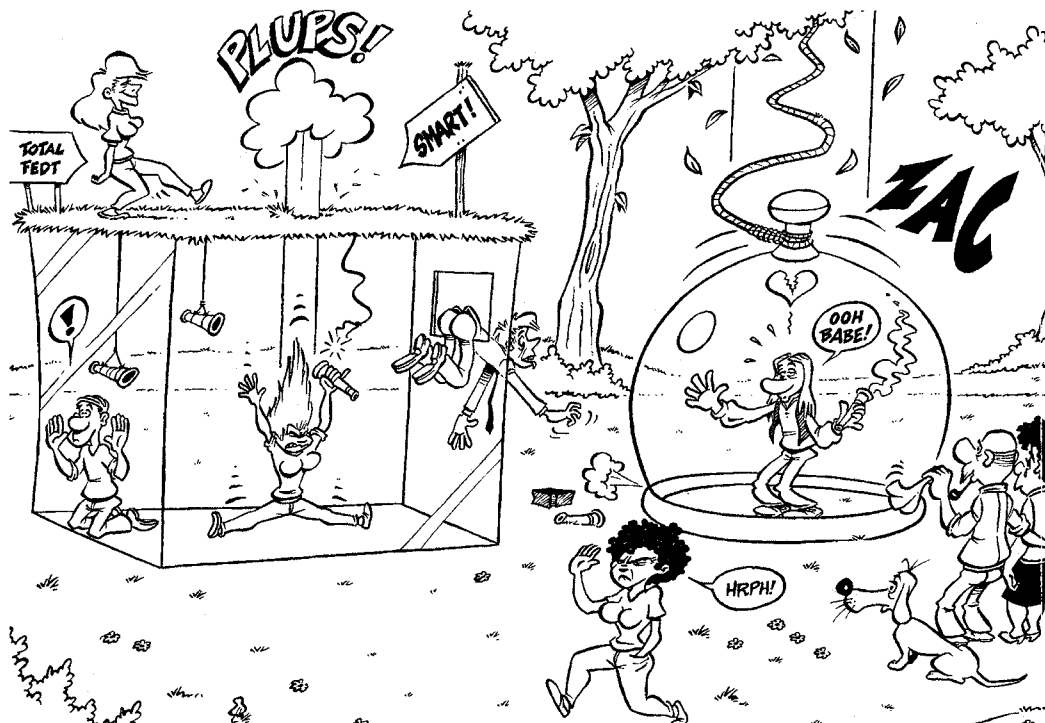


Værd at vide om hash

Eftersom der foregår handel med hash, også blandt og til de helt unge, har SSP-udvalget ønsket at udsende denne informationsfolder.

SSP-udvalget er bekymret over udviklingen. Det er alvorligt, når de unge mennesker i en tidlig alder forvilder sig ind i et misbrug af hash og andre stoffer.

SSP er et samarbejdsforum mellem skole - socialforvaltningen og politiet, hvis opgave det bl.a. er at informere om tegn og tendenser på uhenigtsmæssig adfærd blandt børn og unge (f.eks. kriminalitet eller misbrug).



Den første hashfælde:

Du ryger for at få en rus og bliver sløv.
Så ryger du for at føle dig normal.
Du bliver mere sløv og ryger mere for at...

NU ER DU I DEN ONDE CIRKEL!!!

Den anden hashfælde:

Du havner i et psykisk fængsel uden at forstå det.

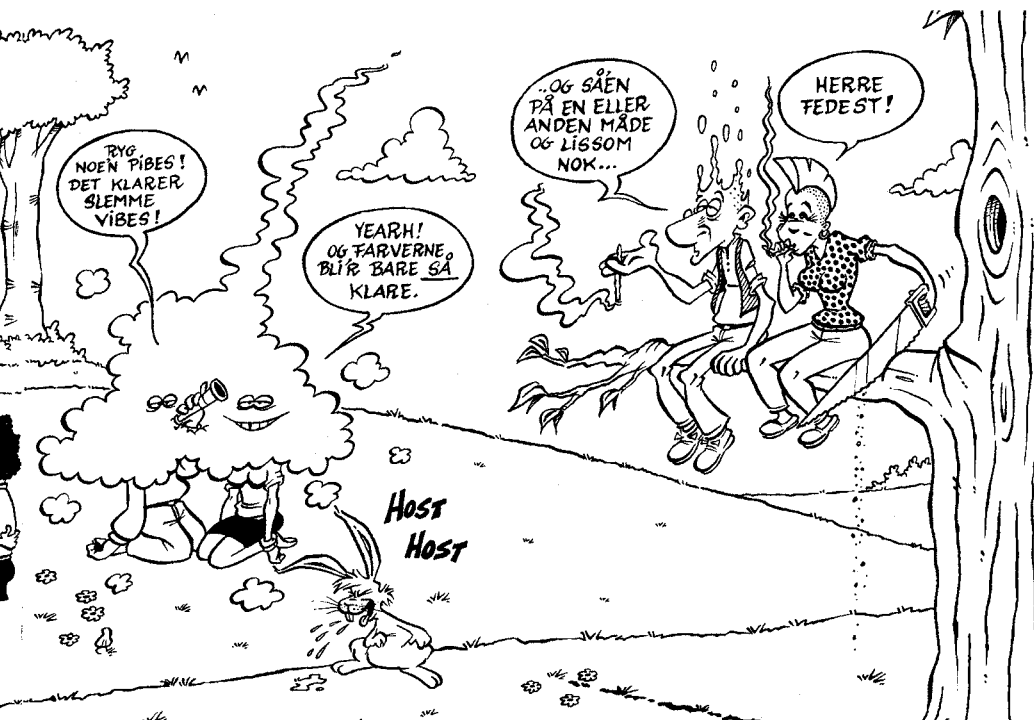
MYTEN...

At hash ikke er farligere end alkohol er en farlig myte. Spiritus er vandopløseligt, mens de skadelige stoffer i hashen er fedtopløselige. Det betyder, at medens alkoholen udskilles af kroppen i løbet af en dag eller to, så er der halvdelen af hashens aktive stoffer tilbage en uge efter at man har røget! Og det betyder at funktionsniveauet er nedsat i 3-4 dage efter man har røget hash!

LANGTIDSVIRKNINGEN...

Hash udvindes af cannabisplanten der indeholder bl.a. THC, som giver den egentlige rus - man bliver skæv. Rusen varer ca. 3 timer.

Eftersom hash THC er fedtopløseligt, oplagres det i kroppen i 5-6 uger. Det vil sige, at blot ved rygning et par gange om måneden, ophobes THC i kroppens fedtdepoter og det vil først være forsvundet helt herfra efter en rygepause af 5-6 ugers varighed. Jo oftere der ryges, des mere oplagres i kroppen. Oplagringen foregår over så lang tid, at det er vanskeligt at opdage, både for den der ryger og for omgivelserne.



Den tredje hashfælde:

Når du prøver at holde op med at ryge, mærker du angst, uro og rastløshed... - der forsvinder når du ryger hash.

Den fjerde hashfælde:

Din psykiske udvikling standser - den fysiske fortsætter.

FACTS OM HASH...

Hash er vanedannende. Efter kort tids hyppig brug af hash, skal der mere hash til for at opnå samme rusvirkning.

Man kan blive afhængig af hash. Efter ca. en måneds hyppig rygning, kan man få ubehag (abstinenssymptomer), når man stopper.

Symptomerne er irritation, rastløshed, nedtrykthed og søvnbesvær.

De går over af sig selv efter en måneds tid, hvis man holder sig fra hash.

Jævnlig brug af hash gør altid mere sløv, langsom, ligeglad, initiativløs, ukoncentreret - hele tiden, ikke kun når der ryges.

Nogle bliver også nedtrykte.

Hash gør dummere.

Man bliver dårligere til at huske, dårligere til at lære og dårligere til at løse problemer.

Den virkning varer nogle uger eller måneder, efter man er holdt op.

HVAD KAN DU GØR...

Forældre bør reagere overfor jævnlig brug af hash. Familier og deres måde at løse problemer er forskellige. Men mange har erfaret at:

DET GÅR IKKE ALTID OVER AF SIG SELV...

Stor træthed, irritation, sløvhed og tilbagetrækning er problemsignaler, også hos børn i puberteten. Der behøver ikke være hash eller andet misbrug inde i billedet, men der kan være det. Forældre må finde ud af, hvad der trykker.

FORÆLDRE ER VIGTIGE...

Selvom pubertetsbørn kan være provokerende og afvisende, betyder forældrenes reaktion mere end den unge vil være ved. "Selvstændige" unge får i problemsituationer lige så meget brug for forældrenes tid, opmærksomhed, forståelse og tålmodighed, som mindre børn.

TING TAGER TID...

De fleste forældre, der opdager et hash-forbrug vil reagere voldsomt. Ofte med forbud, kontrol, anklager og bebrejdelser. Det virker ofte stik i mod hensigten. Forældre behøver ikke at handle på sekundet. Problemer, der har udviklet sig over lang tid, bliver ikke forværret af, at man tager sig tid til at tale sammen. For at finde ud af hvordan støtte, forpligtelser og krav skal være hos Jer.

ANDRE KAN HJÆLPE...

Det kan være en god idé at inddrage andre "neutrale" personer i familiens problemløsning. Fx. venner, andre forældre, klaselæreren, klubmedarbejderen, den praktiserende læge, ungdomsrådgiveren eller social- og sundhedsforvaltningen. Alt efter hvem I har tillid til, og hvad der findes i Jeres lokalområde.

NYTTIGE NUMRE...

SSP – Ungdomskonsulenterne:

Sigrid Wille - primært: Ølgod.....	24 86 07 71
Brian Fugleberg – primært Blaabjerg, Blåvandshuk.....	20 13 00 60
Torben Berthelsen - primært: Helle, Varde.....	20 23 44 43
Misbrugskonsulent - Per Mårtensson.....	41 19 04 48
Børn, Unge og Familie/PPR.....	79 94 68 00
Lokalpolitiet i Varde.....	76 95 14 48
Ungdomsskolen/SSP i Varde Kommune.....	79 94 62 43

www.ungvarde.dk - www.ssp-varde.dk