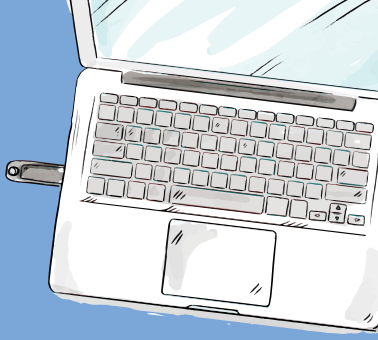
STORM ik

2018 APRÍL

Združenie STORM



EDITORIÁL

Združenie STORM nepodporuje žiadny rizikový spôsob správania sa – napr. užívanie drog a iné. Programy Združenia STORM sú zamerané na znižovanie rizík a zvyšovanie kvality života klientov. Číslo 4/2018 vypracovali pracovníci Združenia STORM.

Vydavateľ: Združenie STORM, Združenie STORM, Nedbalova 17, Nitra
www.zdruzeniestorm.sk • zdruzenie.storm@gmail.com • www.e-poradna.sk • FB: Združenie STORM • 0905943229 • ISSN 2454-0463 –

Redakčná rada: Pavol Ščasný, Vesna Tomašik, Katarína Debnáriková, Andrea Hugáňová, Zuzka Zaťková

Foto: Združenie STORM

Produkcia: Garmond Nitra

grafický design: Tibor Ročiak

Náklad: 100ks

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.
Viac info: www.esf.gov.sk, www.ia.gov.sk, www.employment.gov.sk
Naši donori:

IA MPSVR SR

EURÓPSKA ÚNIA
Európsky sociálny fond
Európsky fond regionálneho rozvoja

OPERAČNÝ PROGRAM ĽUDSKÉ ZDROJE

mesto Trnava

NITRA

ČASY A MIESTA SLUŽIEB

KROK VPRED SEREĎ (terénna služba, auto)
Piatok - 18:00 - 20:00 výpadovka pri Milexe.
V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na **krokvpred.storm@gmail.com**

KROK VPRED NITRA (terénna služba, auto, pešo)
Pondelok, Štvrtok - od 17:00 - 20:00 Klokočina (pri poliklinike) V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na **krokvpred.storm@gmail.com**

KROK VPRED TRNAVA (terénna služba, zelené bicykle)
Streda - 18:30 - 20:15 Staničný park pri autobusoch.
Štvrtok - 18:30 - 20:15 Mikovíniho ulica, Pneubox
V čase služby terénny mobil: **0910 601 202**
Info aj na **krokvpred.storm@gmail.com**

VÝMENA NA MOBILE NITRA
Piatok 10:00 - 13:00 Schodisko pod Garážami oproti Kauflandu - Klokočina. V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**

ZÓNA (kontaktné centrum)
POLIKLINIKA Ivana Krasku, Sereď
Pon., Uto., Str.: 09:00 - 14:00
Štv. (indiv. poradenstvo) 10:00 - 12:30
V čase pracovných dní: **0905 943 229**
Info aj na **zona.storm@gmail.com**

SME TU PRE VÁS AJ V ROKU 2018

POTREBUJETE PORADIŤ ALEBO SA VYROZPRÁVAŤ?

Sme tu pre vás a vieme vám byť nápomocný vo viacerých vašich otázkach a dilemách.

UŽÍVATE DROGY?

Združenie STORM zabezpečuje výmenu **použitých injekčných striekačiek** (inzulínka, kajka, ihla…) za sterilné na princípe kus za kus. Ak nedonesiete žiadnu ihlu, tak dostanete 3 nových, sterilných. V prípade potreby vám pribalíme aj iný zdravotnícky materiál na menej rizikovú aplikáciu.

PRACUJETE V SEX-BIZNISE?

Máme pre vás prezervatívy, lubrikačné gély a iný materiál podľa potreby.

RIEŠITE ZDRAVOTNÝ PROBLÉM ALEBO PORANENIE?

Môžete sa u nás nechať **ošetriť alebo vám budeme len asistovať.** Ak máte zatvrdnuté, opuchnuté miesto vpichu. Rezné rany, kliešte, narazené časti tela alebo aj napr. rany z vytláčania, škriabania sa po riadnej namotávke.

MÁTE ZÁUJEM O TESTOVANIE?

V ZÓNE (Sereď) ale aj v teréne v **NITRE** (pondelok, piatok) sa môžete dať aj otestovať na prítomnosť vírusu **CHLAMÝDIE, HIV, HEPATITÍDY B a C, SYFILIS** a k dispozícii máme aj **TEHOTENSKÉ TESTY.**

CHCETE ALEBO MUSÍTE RIEŠIŤ VYBAVOVAČKY V RÔZNYCH INŠTITÚCIÁCH?

Ak nemáte radi chodenie po úradoch, súdoch, nemocniciach a máte obavu z toho, ako sa tam k vám budú správať alebo sa bojíte ich prístupu, tak sa s nami môžete dohodnúť na asistencii. **Radi pôjdeme s vami a v prípade potreby uhradíme cestovné náklady.**

PRÍHOVOR

Ahojte pri čítaní aprílového čísla. Venuje sa hlavne substitučnej liečbe – predovšetkým sa zameriava na Suboxone. Ten je vo vašej/našej komunite rozšírený najviac. Či už ako liečivo, ktoré vám pomáha v každodennom živote. Alebo ako „liekodroga“, ktorú zneužívate a príliš vám nepomáha v každodennom živote. Uvedomujem si, že vnímanie je veľmi subjektívne. Viacerí by ste mi určite oponovali: „ale však mne to pomáha, aj keď sa dávam do žily, aj keď nedávam pod jazyk“. Áno, v takomto prípade máte pravdu, ale len domnelú. Pomáha vám to iba na zahnanie absťákov, ktoré práve máte z S-ka. Takže vám to nepomáha v živote, ale skôr v prežívaní. Zároveň ich určite máte aj na predpis, čo je výborný prvý krok. No skúšali ste niekedy dobrovoľne krok dva – pod jazyk? Alebo dokonca krok tri – postupovať podľa nadstavenia lekára? Alebo až krok 4 – postupné znižovanie dávok a tvrdá práca na svojom odhodlaní? Toto je ideálny scenár ako sa z prežívania môže stať pomalými ale istými krokmi život.
Verím tomu, že viacerí by ste odpovedali – áno – áno – áno – áno, no z rôznych iných dôvodov ste sa vrátili znovu na začiatok. Ak práve stojíte na štarte a rozmýšľate ako ďalej so substitučnou, tak toto číslo je práve pre vás.

Dozviete sa ako podať sťažnosť na psychiatra, ktorý vám predpisuje S-ko. Ako vám také S-ko môže pomôcť pri práci v sex-biznise. Ale myslíme aj na tých, ktorí ešte nie sú pripravení, na ďalšie kroky. Vesna pre vás pripravila článok o rizikách užívania S-ka intravenózne – teda do žily. A mnoho iného.

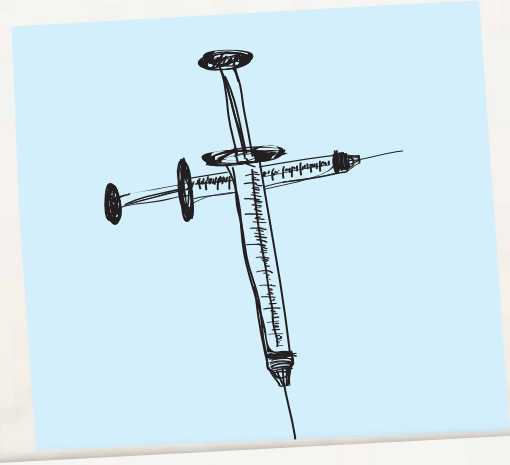
Ak by ste s hoc čím potrebovali pomôcť, tak sa na nás môžete obrátiť v teréne alebo v ZÓNE.

Prajem užitočné čítanie. ☺

Palo

PRÁVO

NESTAČÍ SA LEN MODLIŤ, TREBA AJ TROCHA AKČNOSTI



Niektorí z vás máte za sebou substitučnú liečbu, niektorí ju zvažujete, iní ste už v procese. Situácia s ňou je nie vždy ružová a vám, ale i nám občas ide preto para z hlavy. No ak sa nechcete len ponosovať, prípadne Boha či inú substanciu vzývať, môžete sa aj sťažovať. Ako na to? Čítajte!

Ak máte pocit, že rozhodnutie lekára/zdravotníka o liečbe nebolo správne, môžete písomne požiadať o prešetrenie vašu zdravotnú poisťovňu. Poisťovňa je povinná informovať vás o výsledku šetrenia.
Viem, pre mnohých sci-fi, keďže zdravotku platili hmm, no povedzme že v roku, keď biele ponožky v kožených mokasínach boli vrchol módy. Žiadna panika, môžete poslať podnet o vykonanie dohľadu Úradu pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou (ÚDZS). Tento špeci k veci úrad tiež rieši podnety, týkajúce sa postupu zdravotnej poisťovne a stará sa o spory.

Ak sa chcete sťažovať na výšku poplatkov v ambulancii, treba sa obrátiť na toho, kto má úlohu „bachára“ a to:

Lekárska komora ▶ **www.lekom.sk**
príslušný samosprávny kraj – Trnavský ▶ **www.trnava-vuc.sk**
Nitriansky ▶ **www.unsk.sk**
ministerstvo zdravotníctva ▶ **www.health.gov.sk**

Ak sa chcete sťažovať na správanie zdravotníka, najprv by ste mali požiadať o prešetrenie situácie riaditeľa zariadenia, v ktorom dotyčná osoba pracuje, a to buď osobne, alebo písomne. Ak bude jej vyjadrenie neuspokojivé, môžete sa obrátiť na:

Úrad pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou.

Kontakt:
Pobočky
Coboriho č. 2, 949 01 Nitra
Pekárska 40/A, 917 01 Trnava

Ako napísať podnet?

Žiadosť o prešetrenie musí obsahovať:
meno, adresa, kontakt,
presné údaje o tom, na koho sa sťažujete (lekár, nemocnica, adresa),
stručný popis problému,
dátum spísania sťažnosti a váš podpis.

Ak máte pocit, že potrebujete pomoc, keď sa chcete sťažovať, či už písomne alebo osobne, kontaktujte pracovníkov v teréne či v ZÓNE, sú vždy nápomocní veci.

Katka

ZDRAVIE

S-KO MOJE, HYBAJ DO ŽILY

Suboxone intravenózne? Čo robí môjmu telu?

Suboxone má v sebe látky buprenorfín a naloxon, čo už poznáte. Je určený na liečbu závislosti od opiátov, v rámci lekárskej, sociálnej a psychologickej liečby. Suboxone sa užíva sublingválne, teda pod jazyk.

Vedeli ste, že látku naloxon má v sebe preto, aby sa zabránilo nesprávnemu intravenoznému - injekčnému užitiu?
Keďže v praxi je to trochu ináč – veď to poznáte - tak vám popíšem príznaky a následky, ale aj nežiadúce účinky suboxonu po injekčnom použití.

Naloxon môže urýchliť abstinenčné príznaky u osôb závislých na heroíne, metadóne alebo iných opiátov. Teda urýchľuje krízu. V prípade zneužitia subáču injekčným podaním do žily sú niektoré nežiadúce účinky viac priraďované práve zneužitiu suboxonu, ako pri podaní v rámci liečby.

Takéto nežiadúce účinky zahŕňajú lokálne reakcie, v niektorých prípadoch:

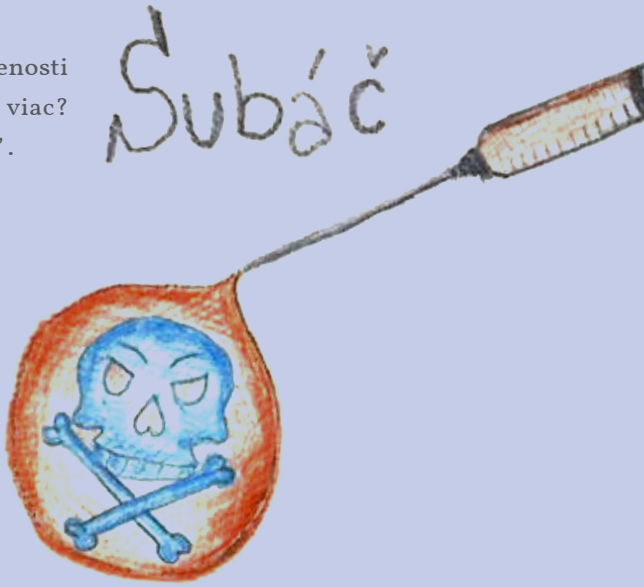
- → zvracanie na základe zlej aplikácie – do žily, práve preto tam je naloxon, aby vám zostalo zle a odradilo vás to od užívania,
- → septické účinky - absces – máte hnisavé pľusgieriky- tak už viete, čo to je a hlavne z čoho to môže byť,
- → akútnu hepatitídu – myslím, že nemusím predstavovať,
- → pneumóniu – zápal pľúc, zápal pľúcnych tkanív,
- → endokarditídu – srdcovo – cievne ochorenia.

Ďalšie riziká, s ktorými sa môžete stretnúť pri injekčnom užívaní subáču je:

- → predávkovanie, ktoré môže spôsobiť poruchy funkcie pečene, obličiek a iných orgánov. Našla som dosť info k veľkému množstvu úmrtí v dôsledku respiračnej depresie (útlm dýchania) a hlavne pri kombinácii subáču s benzodiazepínami, či ďalšími depresormi, s alkoholom alebo s opiátmi.
- → Nesprávne použitie suboxonu spôsobuje aj poruchy centrálnej nervovej sústavy, resp. ospalosť. Na každého človeka pôsobí inak. Záleží či je závislý alebo nie. Na človeka, ktorý predtým nikdy nemal napr. heroín, S-ko a užije subáč (vo väčšej dávke) hneď injekčne môže vyvolať okamžitú smrť. Preto je aj určený správny spôsob užitia v určenej dávke. K tomuto vám vedia viac povedať psychiatri, ktorí predpisujú suboxonovú liečbu.
- → Aj právne riziko, keďže užívanie suboxonu injekčne je nelegálne.

Zaujímajú ma vaše názory a skúsenosti na túto problematiku. Viete niečo viac? Kľudne mi o tom môžete povedať . Teším sa na vás.

Vesna



sex biznis

Sex-biznis na S-ku?

Ahojte, najmä dievčatá.

V dnešnom článku by sme sa mohli pozrieť na možnosti, ktoré máte v rámci substitučnej liečby a práci v sex-biznise.
Pre mnohé z vás je to veľmi náročná situácia. Byť na ulici, užívať drogy, spoliehať sa na zákazníkov a zháňať dostatok peňazí na všetky potrebnosti od oblečenia, hygieny, kozmetiky a pod.

Ak k tomu užívate niektorú omamnú látku, pridáva sa ďalší veľký balík komplikácií, na ktoré musíte myslieť a denne ich riešiť.
Tie z vás, ktoré užívajú heroín, máte možnosť si situáciu trošku zľahčiť. Resp. najskôr to možno bude vyzerať komplikovane, ale neskôr pocítite uľahčenie nielen vo forme financií ale aj upokojení nekonečného kolotoču zháňania heroínu alebo iných opiátov.

Substitučná liečba je tzv. náhradná liečba. Čiže pouličnú drogu nahrádza v našom prípade farmaceutický liek, ktorý predpisuje lekár na základe diagnózy „opiátová závislosť".

Na našom trhu sú dve najbežnejšie možnosti:

- **Metadón** - tekutina, ktorá sa každý deň pije pod dohľadom zdravotníckeho personálu. Je však predpisovaný iba v Bratislave a Banskej Bystrici, čo nie je ideál.
- **Suboxon** (resp. jeho účinná látka buprenorfín) je dostupnejší vo forme tabliet a vyžaduje si pár základných krokov na jeho dosiahnutie.

Budete potrebovať občiansky preukaz, kartičku poistenca a ideál splátkový kalendár, ktorý postupne môžete splácať, ak máte dlhy na zdravotnom poistení.

Ako si tieto veci vybaviť sa dozviete v teréne alebo v ZÓNE. Ja by som sa chcela ešte povenovať výhodám substitučnej liečby, keď pracujete v sex-biznise.

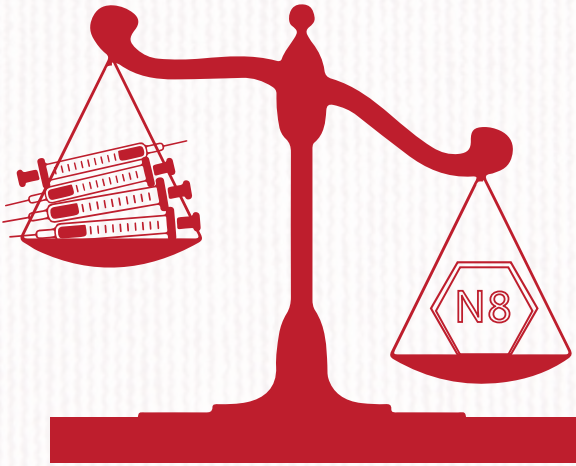
Cieľom takejto terapie – liečby je udržať a zlepšiť váš psychický a fyzický stav, ukončiť rizikový spôsob užívania, prípadne znížiť množstvo užívania návykových látok. Dôležité je tiež, že sa vďaka substitučnej liečbe sa môžu zlepšiť vaše sociálne vzťahy a prekonať bariéry, keď budete potrebovať inú pomoc.

Jednoducho povedané, má to veľa výhod. Uľahčí vám to život, nebudete musieť stále zháňať prachy na drogy. Riziko pri nastreľovaní sa ihlou sa správnym jedením tabletiek výrazne zníži. Pri papaní nedostanete HIV či žltačku alebo absces ;) Nehrozí ani to, že vás policajti chytia s drogami a vy si spravíte prúser. Efekt suboxonu je dlhotrvajúcejší, nehrozia výkyvy, predávkovanie z neznámeho množstva či rôznych čudných prímesy.

Nevýhodou je pravidelnosť, s ktorou sa musíte stretávať s doktorom. Tiež si musíte dávať pozor na užívanie iných drog, aby vás nevyradili. A samozrejme – na začiatku to vyžaduje veľa odhodlania a motivácie vybaviť všetky byrokratické záležitosti.

Keby ste sa rozhodli ísť do toho, pokojne sa obráťte na nás v teréne či v ZÓNE. Môžeme o jednotlivých výhodách i nevýhodách pokecať.

Andrejka



ROZHOVOR

Jedna z Vás, ktorá je predsa niečím iná

Mgr. Barbora Štefáková je srdcom Nitranka, sociálna pracovníčka, ktorá si vo voľnom čase užíva prírodu, dobrú knihu či film a prítomnosť svojho psa. V rozhovore sa dozviete, ako vidí substitučnú liečbu baba, čo má vzdelanie z oblasti zdravia a sociálnej práce.

Barbora, pracuješ ako sociálna pracovníčka s rodinami v nepriaznivých životných podmienkach a zároveň si vyštudovaná zdravotnícka asistentka. Ako vnímaš výhody a nevýhody prepojenia profesií vo svojej práci?

Výhody vidím najmä v tom, že som sa počas praxe v zdravotníckych zariadeniach oboznámila s priebehom niektorých ochorení, ktoré sa častokrát môžu týkať aj klientov. Tým pádom viem, čo choroba z pohľadu zdravia obnáša a čo všetko človek potrebuje, aby vedel túto chorobu zvládnuť a prepojiť to do sociálnej práce. Dalo mi to širší uhoľ pohľadu na situáciu klienta. Nevýhody asi žiadne.

Si hrdá Nitranka, žila si istý čas na Klokočine, ako si vnímala situáciu ohľadom užívateľov drog v Nitre?

Drogy sú prítomné takmer všade a rovnako je tomu aj v Nitre, na Klokočine možno vo väčšom množstve. Tam, kde som žila som niekedy našla použité striekačky, čo mi bolo ľúto, najmä ak to bolo v priestoroch, kde sa hrávajú deti. Preto som veľmi rada, že funguje substitučná liečba, ktorá pôsobí aj ako prevencia používania injekčných striekačiek. Rovnako som rada, že existujú združenia, ktoré robia harm reduction a snažia sa užívateľov vzdelávať k väčšej ochrane svojho zdravia a aj zdravia ostatných obyvateľov.

Témou tohto čísla je substitučná liečba. Mohla by si našim čitateľom ponúknuť tvoj pohľad na vec?

Ako som už uviedla, substitučnú liečbu vnímam pozitívne. V prvom rade je to liečba, ktorá nie je aplikovaná injekčne. Tým pádom má užívateľ pocit, že užil drogu, pretože vyvoláva podobné pocity a zároveň sa chráni aspoň v tom, že si neničí telo vpichmi. Nemusí riešiť, kde zohnať drogu, striekačku a ihlu. Zároveň je to pre mňa aj prevencia v prenose infekčných chorôb. Chráni teda seba a aj svoje okolie. Užívateľovi to tiež ponúka možnosť efektívnejšieho riešenia celej svojej životnej situácie.

Ako vidíš výhody a nevýhody substitučnej liečby pre ľudí, ktorí užívajú drogy??

Výhody vnímam najmä v tom, že substitučná liečba je bez injekčnej aplikácie, čo má veľmi veľa výhod. Ďalšou výhodou je cena, ktorá je nižšia u substitučnej látky ako u drogy. Užívateľ je tiež oboznámený s tým, čo mu lekár predpisuje. U drogy užívateľ nemusí vedieť, čo kupuje. Výhodu tiež vnímam v tom, že užívateľ niečo so sebou robí, lieči sa, ale nie takým tým úplne radikálnym spôsobom, ale postupným. Nevýhodu za seba vnímam vtom, že užívateľ musí mať aspoň nejaký kontakt s lekárom, ktorý mu liečbu predpisuje.

Ak máš chuť, čo by si odkázala našim čitateľom?

Možno iba to, že nikdy nie je úplne neskoro začať riešiť svoju situáciu. A všetkým tým, ktorí už začali, prajem veľa trpezlivosti a motivácie.

Katka

ČO SA DEJE

TESTY už aj v teréne

Viacerí z vás ste sa nás pýtali kedy budeme testovať v teréne, kedy sa budete môcť dať otestovať aj počas výmeny. Odpoveď nenechala na seba dlho čakať, rozhodli sme sa, že od apríla. Pre Sereď a Trnavu stále ako možnosť zostáva jedine ZÓNA v Seredi. Nitrania sa budú môcť dať otestovať počas pondelkového a piatkového terénu na prítomnosť protilátok na žltačky B, C, na HIV ale aj na syfilis. Dôležité je prísť v pondelok minimálne 15 min. pred skončením služby, aby sme mali dostatok času na testovanie. Piatok fungujeme na telefóne, tak stačí, ak zavoláte a dohodneme si testovanie ako vám vyhovuje v časoch od 10:00 do 12:45. Testy sú tzv. skríningové, pravdepodobnosť správneho výsledku je cca 70%, tak sa neľakajte, ak vám vyjde pozitívny výsledok, radšej ešte raz pretestujeme, no až po pár dňoch kvôli reaktivite.
PS: ďakujem Nikite za jej nápad testovať aj piatok na telefón.

LK – Ľudia z komunity

Trnava pozor – v tomto roku rozbiehame nový projekt Ľudia z komunity, do ktorého vás chceme 100% zapojiť. Pôjde o spoluprácu pri výmene infekčného materiálu a pri zdieľaní informácií ľudom - užívateľom drog. Práve takouto formou by sme chceli sprostredkovať sterilný zdravotnícky materiál aj tým, ktorí zatiaľ nevyužívajú naše služby z rôznych dôvodov. Budeme radi, ak budete s nami spolupracovať. V najbližšej dobe vás oslovíme s dotazníkmi, aby sme spolu nastavili službu a podmienky spolupráce. Nechceme to samozrejme zadarmo. Sami nám budete môcť povedať, akú odmenu by ste chceli za spoluprácu dostať (okrem hotovosti), vlastne všeobecne podmienky spolupráce ☺ V tomto roku plánujeme spolupracovať max. s 3 z vás, ktorí v zásade zabezpečia výmenu ihiel od iných užívateľov. Viac info sa dozviete priamo v teréne. No ak vás už tieto riadky zaujali, neváhajte sa pýtať.

ZMENA výmeny v TT?

Dlhšie vnímame vašu nespokojnosť s miestom výmeny v Trnave. Momentálne sa nachádzame v staničnom parku pri jazierku, ťaháme tu už 6 rokov. Počas týchto rokov sa nestal žiadny veľký exces, ktorý by nás vyhnal preč. No po vašich reakciách sme si začali miesto výmeny všímať viacej – okolo 19:00 cestujúci zo staníc, okolo 20:00 skupinky ľudí smerujúcich do Maxu, pravidelne – nepravidelne policajné hliadky, a samozrejme nemôžem zabudnúť na podnapitých obyvateľov mesta, ktorí sa chcú rozprávať. Práve aj preto sme sa vás posledný mesiac pýtali na nové lokality, kde by sme sa mohli premiestniť. Najčastejšie ste hovorili o promenáde, ružovom parku, ale padol nápad aj hneď pri ubytovni na linke. Momentálne vyhodnocujeme pre a proti, no už teraz vieme, že na nové miesto budeme chodiť od 1.5.2018. Zmenu sa určite včas dozviete.

Nová posila v združení

Ahojte. Volám sa Nika a som čerstvý prírastok jednak Zóny, kde ma budete môcť vídať v Seredi každý utorok a stredu a aj piatky na nitrianskych terénoch. Pracovala som v resocializačnom stredisku prevažne s mladistvou klientelou závislých najmä od drog a na alkohole a s poruchami správania. Tu som sa priučila kontaktu s orgánmi Policajného zboru, Súdu a s Úradmi práce. Neskôr som sa venovala dva a pol roka nevyliečiteľne chorým deťom a ich rodinám, sprevádzala ich procesom straty a prehĺbila si vedomosti aj v oblasti zdravotníctva, vybavovania pomôcok, dávok, nároku na rôzne materiálne či nemateriálne potreby. Aktuálne okrem STORM-u pracujem aj v teréne cez inú organizáciu a pracujem s rodinami so závislým členom, kde riešim okrem rozhovorov na rôzne témy, aj exekúcie, kontakt s členom, vo väzbe, liečenie, hľadanie iných organizácií, snahu o riešenie zlepšenia vzťahu medzi rodinnými príslušníkmi aj ich rodinnej situácie. Kľudne sa na mňa teda obráťte, budem sa tešiť na spoluprácu a na hľadanie riešení, ako sa to dá. Som ale najmä človek, nie len odborník, čiže príďte sa porozprávať, posťažovať, pochváliť, budem sa na Vás tešiť. A zo začiatku asi budem mať problém s tykaním, tak hádam časom sa do toho dostanem :)

Palo

ANKETA

Tento mesiac sa STORMík venuje Suboxonom, substitučnej liečbe a práve preto sme sa aj vás pýtali na vaše skúsenosti. Ktorí ste neodpovedali alebo nepýtali sme sa vás, tak sa skúste zamyslieť, ako by ste odpovedali.

Zneužíval si niekedy suboxony? Aké to bolo prvý krát? A aké to je dnes?

ANONYM NR:

„Ja som bral predtým heroín, takže som nemal krízu. Dosť sa čudujem ľudom, ktorí začali s S-kom len tak. Bez toho, aby predtým brali hnedé."

ANONYM NR:

„nepamätám sa ako to bolo, lebo užívam všetko."

ANONYM NR:

„neužívam suboxone, ani som ho nikdy nemal."

ANONYM NR:

„Prvý krát som mal subutex bolo to dobre.. a aj teraz je to dobre. Dávam si ich pod jazyk, nikdy som si nedával do žily."

ANONYM NR:

„Tiež som mal prvý krát subutex, bolo to wow. Aj teraz je to dobre, lebo som si už zvykol naň."

ANONYM TT:

„Áno, v minulosti som dával subáče s pikom. Prvé razy to bolo jak keby som si dal tovar, som kapril. Nemal som bolesti, dosť dlho to fungovalo. Podľa toho, aké som si dal, či mi predpísal doktor osmičky ... tie fungovali dlhšie. Aj tri dni. Nemusel som si dávať tovar. Ale krízy boli z toho horšé jak z tovaru – zlé. A keď som išiel na subáčoch, nemohol som dávať tovar, lebo mi prišlo zle. Aj keď už som raz myslel, že už mi to nešlape, som si dal tovar a bolo mi zle ... lebo to ešte šlapalo."

NIKITA:

„Prvý krát som sa neaplikovala sama, mala som hlavu otočenú preč, pretože som sa nemohla na ihlu ani pozerať, mala som z nej strach a paniku. Bola som zo suboxonu zaspatá, omámená, ale zaspať som nevedela, nedalo sa mi. Keď prešlo asi 20 min, tak som veľa grcala. Teraz (po 7–8 rokoch) ma to trocha utlmí, ale už si to nedávam preto, aby som bola zabitá, ale kvôli tomu, aby som nemala krízu."

ANONYM SE:

„Nikdy som si to nedal.
Fuj, nechcem to ani vidieť."

ANONYM SE:

„Dal som si raz. Skúsil som to, no hneď som grcal. Bolo mi dosť zle. Som si povedal, že už nikdy."

ANONYM NR:

„Nikdy som pravidelne neužívala suboxone, pretože som mala silné absťáky, dala som si pod jazyk osmičku a držalo ma to dve hodiny, potom som dokázala dať jedlo do seba. Ja som 26 ročná feťáčka a tá osmička mi bola málo. Subutex bol lepší".

OD VÁS PRE VÁS

OD NÁS PRE VÁS...

„Ten, kto je pánom samého seba, je väčším pánom, ako ten, kto je pánom sveta!!!“

Sme sa dozvedeli až príliš neskoro, že??? Nikoho z toho neviníme, ale predsa sme naozaj vinní len my? Sme obete pána tohto sveta??? Je to Boh alebo diabol? Kto je tu vlastne “pán“? Odpoveď by mal vedieť každý kto PREŽIL a nezabudol. A ten kto neprežil, už nezabudne, ale už ani nepochopí... (Má to vôbec zmysel?) Veď už zaspávame na “kaktusových vavrínoch“ a ostne osudu vnímame ako súčasť života. Ale aj kaktus vysychá, tak ako my, ale naše túžby nie! Sny sa snívajú, ale málokedy sa splnia... Nádej zomiera posledná, no hviezdy na obdobie budú žiariť stále... Každý z NÁS má tú SVOJU, len jednu, stačí chcieť a priať si to, čo nám vesmír a život ponúka!!! Život, ktorý sa má žiť, nie PREŽÍVAŤ!!! Hodiny tikajú a zem sa stále točí... Život plynie a MY zomierame ZAŽIVA... Hneváme sa na iných, na seba, lebo si uvedomujeme, že sa na nás hnevá život...“Hodinky“ tikajú a už je zbytočné hnevať sa na iných... Nemáme právo hnevať sa na život, pretože brať si “niečo“ čo nám dal, na to nemáme právo...

KTO JE TU “PÁN“?

PS1:“chápen“sie bitte?

PS2: Drogy nie...

praje Dj

Absurdita verzus bezmocnosť…

Nechápem, a to píšem za veľmi veľa z NÁS nechápavých = závislých, ktorí práve NÁS nechápu aj napriek tomu, že keďže zabúdajú na ľudský aspekt a ich povolanie, zabudli na extrémne riziko na ujmy na životoch nás závislých a iných ľudí, ktorí trpia psych. problémami, za ktoré nikto nemôže. Prejdem k meritu veci (gro). Nemenovaný p. psychiater, ktorý dlhoročne lieči psych. chorých = závislých (+p.Dr), ktovie koľko ich bude kvôli nám chorým oznámili minútu pred dvanástou, že zatvárajú svoje ordinácie, bez vysvetlenia a náhrady za ne. Idú sviatky, je samozrejmé, že aj oni majú právo na ne, dovolenky atď… ALE…nenávidím to slovíčko…Bola by som vám Združenie STORM vďačná, keby ste nám pomohli a zistili, prečo napr. p. Dr. Szép zatvára amblanciu a kto bude jeho „náhradou". Idú sviatky, moje jediné želanie je, aby ste vy, ako Združenie STORM (ktoré tiež končí) podali nám informácie aspoň do STORMÍKA alebo osobne na výmenách…

Veľmi pekne ďakujem za pochopenie.
Šťastné a Veselé (za všetkých nás)

DJ + JF.

Odpoveď:

Ahoj. Prepáč, že sa k písanej odpovedi dostávam až teraz. MUDr. Szép z Nových Zámkov odišiel pracovať na polikliniku do Šurian od 1.1.2018, kde ale nepredpisuje substitučnú liečbu. No zostal aj v Nových Zámkoch, kde predpisuje substitučnú, každý štvrtok poobede. Viac info vám povedia priamo v nemocnici alebo telefonicky. Jeho osobné dôvody, prečo to tak je som sa nedozvedel.

PÝTALI STE SA

1. PREČO V NITRE PARKUJETE TAK AKO PARKUJETE?

Odpovedá Peťa:

Ako ste si mohli všimnúť, pred poliklinikou parkovisko upravili resp. je tam vyhradená cesta a vyhradené parkoviská. Predtým sme parkovali vždy pri lavičkách oproti lekárni, vtedy neboli biele čiary okolo nás a neporušovali sme zákon resp. nestáli sme v protismere. Teraz tam nemôžeme parkovať, lebo môžeme dostať pokutu (kvázi by sme brzdili premávku).

2. PREČO NESTOJÍTE V NITRE ZA POLIKLINIKOU? TAM JE VÄČŠIA TMA.

Odpovedá Vesna:

Áno, je tam síce väčšia tma a menej okoloidúcich pohľadov, ale máme na to pár dôvodov. V zadnej časti polikliniky sa nachádza detská časť viacerých oddelení a lekárom a rodičom to prekáža. Nechceme mať ďalšie sťažnosti, že sa tam nájdu použité ihly alebo nejaký iný materiál. Ďalší dôvod je naše bezpečie a komfort. Vzadu je tma. My potrebujeme pri práci svetlo, ale je to aj kvôli našej a vašej bezpečnosti. V prípade ohrozenia vieme rýchlejšie odísť z terajšieho miesta.

3. PREČO V PIATOK NEMÔŽEM PRÍSŤ NA VÝMENU NA NEDBALKU?

Odpovedá Palo:

Za tých 16 rokov je toto veľmi častá otázka. Odpoveď je jednouchá. Prenajímame si mestské priestory, v ktorých sa nachádzajú aj iné občianske združenia, realizujú sa tu rôzne verejné aktivity. Potrebovali by sme povolenie mesta, ale aj ich. Prečo

povolenie? Lebo by sme tu manipulovali s infekčným materiálom a zároveň by tu bol väčší pohyb ľudí. Už pár rokov sa snažíme o kontaktné centrum aj v Nitre, no zatiaľ neúspešne. Podľa predstaviteľov mesta to je nepotrebná služba, nie sú na ňu priestory a ani peniaze. Práve preto sme si s vami dohodli piatkový terén na telefón, aby sme sa prispôsobili vašim časovým možnostiam.

4. ČO TO BOLO ZA ČLOVEKA, S KTORÝM SME ROBILI ROZHOVORY?

Odpovedá Palo:

V ZÓNE ste robili rozhovory s Martinom Černým, ktorý zastupuje analytickú firmu Business Analyst Intern. Táto firma mala za úlohu realizovať zber informácií o hepatitíde C, teda Céčkovej žltačke. Dozvedieť sa viac o tom, koľko informácií majú ohrozené skupiny obyvateľov, aké majú skúsenosti s liečbou, či sa testujú. Ak áno prečo, ak nie, tak prečo nie atď. Tí, čo ste vypĺňali, tak si určite pamätáte otázky :) Popravde, neviem ich ani ja všetky. Na základe tohto zberu info sa bude ďalej postupovať v liečbe, informovanosti verejnosti, ale viem si predstaviť aj napr. úpravu podmienok vstupu do liečby. Môžeme vám dať vedieť, keď prídu výsledky zberu dát. Čo poviete? Zaujíma vás váš spoločný pohľad na vec? Dajte vedieť, môžeme uverejniť.

5. PREČO V ZÓNE DOSTANEM VLHČENÉ VRECKOVKY LEN V PONDELOK?

Odpovedá Palo:

Je to hlavne kvôli peniazom. Vreckovky sú relatívne drahá záležitosť. Ak by sme ich dávali každý deň v týždni, tak si viem predstaviť, že nám v sklade skoro nič nezostane. Riadime sa pravidlom – radšej menej na dlhšiu dobu, ako všetko hneď rozdať. Ak by ste mali záujem o pravidelnú dodávku vreckoviek alebo iného materiálu, tak sa vieme dohodnúť na spolupráci. Môžete si u nás odpracovať ľubovoľnú sumu (podľa odpracovaných hodín), my nakúpime potrebný materiál a pravidelne vám ho budeme vydávať, pokiaľ si ho neminiete.

Čo poviete, bola by to cesta?

ZÁBAVA

Letia dve snehové vločky: „Kam ideš?“ „Do Tatier si oddýchnuť. A ty?“ „Ja idem do Bratislavy nerobiť paniku.“

Rozprávajú sa deti v škôlke: „Prečo si nakreslil tatovi zelené vlasy?“ „Lebo nemám plešatú pastelku.“

Rozpráva sa vnučka s babkou. ,,Čaká nás arktický týždeň, stará mama.“ Babka: ,,A kde? V Lidli?“

Viete čo robí kameň medzi blondínkami? Zvyšuje priemerne IQ.

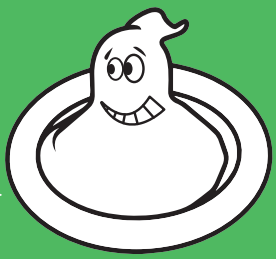
Stretol sa malý ušný maz, malý zubný maz a malá pošvová kvasinka.

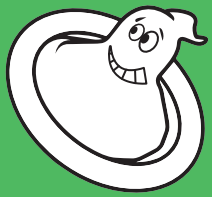
Malý ušný maz hovorí: ,,Každé ráno sa ma snaží dostať taká tyčinka s vatou. Mám čo robiť, aby som sa schoval.“

,,To je nič!“ hovorí malý zubný kaz. „To ja sa schovávam každé ráno a večer pred kefkou a zubnou pastou.“

„To je vôbec nič!“ hovorí malá pošvová kvasinka. „Každú noc ku mne lezie také plešaté čudo, nevie sa rozhodnúť či chce ísť do vnútra alebo von a nakoniec mi ovracia celý domček.“

V tom sa ozve malý zubný kaz: „Ááá, toho zmrda poznám veľmi dobre aj ja.“





NEBUĎ LEMRÁÁÁÁ A POTRÁP MOZOČEK

Cieľom je doplniť chýbajúce číslice od 1 do 9 podľa nasledujúceho pravidla. V každom stĺpci a v každom riadku sa má každá číslica vyskytnúť práve raz a v každej ohraničenej podoblasti sa každá číslica má vyskytnúť práve raz. Zmyslom hry je logicky nájsť (žiadne náhodné doplňovanie) postupne všetky chýbajúce číslice.

PS: Ospravedlňujem sa za minulé chybné sudoku spôsobené mojou nepozornosťou. Od tohto čísla budú všetky správne, pripravil som si veľkú knihu sudoku

				9				8
		1			3			2
7				1		5		
		3		7				
			8					5
6		9						
	5	7	1					
4					6		3	9
								4

Čítal si ???

....že nie ?!

...tak čítaj, nech víš čo robiť so Suboxonom !

Právo na gramatické
a grafiké chyby vyhradené.
ISSN 2454-0463 –