STORMík

NOVEMBER 2016

SUBSTITÚCIA V TEHOTENSTVE

ZNOVU V TOM

ROZHOVOR: NEMYSLÍŠ NA DROGY

„my Sme tu pre Vás“

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 18:00 – 20:00 Klokočina (pri poliklinike)
V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na krokvpred.storm@gmail.com

KROK VPRED

KROK VPRED TRNAVA
(terénna služba, zelené bicykle)
Streda
18:30 – 20:15 Staničný park pri parkovisku autobusov
Štvrtok
18:30 - 19:45 Mikovíniho ulica, Pneubox
19:50 – 20:15 parkovisko pri SAD-ke
V čase služby terénny mobil: **0910 601 202**
Info aj na krokvpred.storm@gmail.com

ZÓNA

ZÓNA
(kontaktné centrum)
Garbiarska 18, Sereď

Pondelok	09:00 - 13:00
Utorok	09:00 - 13:00
Streda	09:00 - 13:00

V čase pracovných dní: **0905 943 229**
Info aj na zona.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

OBSAH

ČASY A MIESTA SLUŽIEB	2	
OBSAH	3	
PONÚKAME	4	
PALOV PRÍHOVOR	6	Keď svet prestal fungovať
BUDÚCNOSŤ BEZ NÁSILIA	7	Ja som „len" na subáčoch...
KROK K ĽUDSKOSTI	8	Čo na to hovorí polícia?
ZDRAVIE	10	Substitúcia v tehotenstve
SUBSTITUČNÁ LIEČBA	12	Dokolečka dokola
KVÍZ	13	Substitučná liečba
PRÁVO	14	Otázkovanie
KULTÚRA	15	Amy
VEDELI STE ŽE	16	S-ko fakty
OD VÁS PRE VÁS	17	Znovu v tom
ROZHOVOR	18	Nemyslíš na drogy
ČO SA DEJE	20	
ZÁBAVA	22	

EDITORIÁL

Združenie STORM

Pracovníci Združenia STORM nepodporujú žiadny rizikový spôsob správania sa ako napr. užívanie drog a iné. Programy Združenia STORM sú zamerané na znižovanie rizík a zvyšovanie kvality života klientov. Číslo 11/2016 vypracovali pracovníci Združenia STORM.

VYDAVATEĽ: Združenie STORM, Nedbalova 17, Nitra
www.zdruzeniestorm.sk
zdruzenie.storm@gmail.com
www.e-poradna.sk
0905 943 229

REDAKČNÁ RADA: Pavol Ščasný, Petra Olšanská,Andrej Kern
Dada Halásová, Katarína Debnáriková,

FOTO: Združenie STORM

PRODUKCIA: INDIVIOR, Garmond Nitra

GRAFICKY SPRACOVAL: Tibor Ročiak

NÁKLAD: 100ks

PONÚKAME

Výmenu použitých **injekčných striekačiek** (inzulíniek, IS) za sterilné (čisté) na princípe kus za kus. Ak nedonesiete žiadnu IS, tak dostanete aspoň jednu čistú. **Momentálne máme obmedzenie na 30 ks BRAUNniek na človeka za službu. Neobmedzená je však výmena IS - KDčiek.** K IS dostanete aj alkáče (mokré tampóny), suché tampóny, askorbín (kyselku), škrtidlo (raz ročne), stericup (raz mesačne), filtre, vodičky, prezervatívy (gumy), rukavice. Lubrikačný gél, vreckovky a vlhčené vreckovky dostane každá žena v Seredi, v Trnave. Zásoby tohto matrošu sa nám podarilo obnoviť. Máte sa na čo tešiť.

Informačné letáky

Ak máte záujem o nejaké čítanie, z ktorého sa niečo dozviete, tak neváhajte a pýtajte si letáky od pracovníkov. Pripravených máme asi 20 druhov letákov o rôznych témach – žltačky, právomoci polície, kontakty na liečbu, tehotenstvo a užívanie drog pod. Ak nebudeme mať potrebný leták vyrobený, tak vám radi informácie zistíme a prinesieme na najbližšiu službu alebo sa dohodneme inak.

Ak nemáte radi chodenie po úradoch, súdoch, nemocniciach a máte obavu z toho, ako sa tam k vám budú správať, **môžete sa s nami dohodnúť na asistencii. RADI PÔJDEME S VAMI.**

NA ZNÁMOSŤ SA DÁVA!

Ak by ste mali chuť prispievať do STORMíka (príbeh, osobná spoveď, vtipy, obrázky a iné), tak neváhajte a prineste nám to na službu (výmenu k autu/bicyklu, do ZÓNY). Určite uverejníme. Za každý príspevok od nás dostanete odmenu (3 inzulínky alebo 3 prezervatívy alebo 3 ks jedla).

Môžete sa u nás nechať **ošetriť**. Ak máte zatvrdnuté, opuchnuté miesto vpichu. Rezné rany, kliešte, narazené časti tela, alebo aj napr. rany z vytláčania po riadnej namotávke. **Môžete sa dať aj otestovať na prítomnosť vírusu CHLAMÝDIE a k dispozícii máme aj TEHOTENSKÉ TESTY.**

Môžete sa tiež dôjsť len tak **porozprávať, prísť si po radu** v rôznych veciacha spýtať sa na veci, v ktorých nemáte jasno alebo len tak prísť na čaj.

PREČO FOTÍME AKO BLÁZNI?

Celý program výmeny – všetko, čo vám vieme ponúknuť ako základ (výmena) a aj niečo navyše (kvízy, letáky, reflexné pásky a i.) kompletne stojí na **PENIAZOCH**, ktoré dostaneme za **PROJEKTY**, ktoré píšeme. A k písaniu projektov patrí aj ich vyúčtovanie a musíme dokázať, že sme peniaze minuli na služby, ktoré sme mali. A najlepší dôkaz sú **FOTKY, FOTKY, A ZNOVA FOTKY.**

Preto vás prosíme o vašu ústretovosť a pomoc. **NECHAJTE SA ODFOTIŤ**. Na fotkách môžete byť fotení zozadu, aby vám nebolo vidno tvár a bola zachovaná vaša **ANONYMITA** (môžete si aj jednotlivé fotky pozrieť a vybrať tie, ktoré môžeme použiť). Kam? Do správ pre tých, ktorí nam dali peniaze, STORMíka, článkov a pod.

ĎAKUJEME

DADA

PALOV PRÍHOVOR
KEĎ SVET PRESTAL FUNGOVAŤ

Vítam vás pri novembrovom čítaní STORMíka. V tomto vydaní na vás tentokrát čaká pár článkov o substitučnej liečbe, prevažne o substitúcií buprenorfín-naloxonom. Ten poznáte ako Suboxone®, S-ko, tabletka a pod.

Je to téma, ktorú ste navrhli vy sami. Chceli ste sa dozvedieť ako funguje liečba, kde si ju môžete dať predpísať, ako to je s políciou ale tiež čo tehotenstvo a substitúcia. Toto všetko sa môžete dozvedieť na ďalších stranách. Ak by vám bolo málo, tak sa nás pýtajte na výmene alebo v ZÓNE. Taktiež môžete aj telefonovať na 0905 943 229.

Katka si pre vás pripravila Otázkovanie, ktorého odpovede budú určite praktické pri vašom spôsobe života. Pričom by som vás znovu vyzval aj na vaše iné otázky, ktoré by mohli pomôcť vám alebo inému čitateľovi časopisu. Neprehliadnite ani rubriku Čo sa deje, naše-vaše aktuality zo života, kde sa dočítate napr. aj o tom, čo sa deje, keď sú pracovníci chorí. Vtedy svet prestane fungovať... ale nie robím si srandu, aspoň trošku na odľahčenie ☺. Nestane sa vôbec nič, až na.... čítajte a dozviete sa.
Prajem vám príjemné a teplé čítanie v tomto nepríjemne sychravom novembri.

Prajem užitočné čítanie ☺
PALO

BUDÚCNOSŤ BEZ NÁSILIA

JA SOM „LEN“ NA SUBÁČOCH...

Máme tu mesiac, kedy sa opäť a viacej venujeme substitučnej liečbe, subáčom.

V rámci rubriky Budúcnosť bez násilia som narazil na článok, ktorý sa venoval agresivite alebo násilným činom, kde bol udávaný za hlavného protagonistu Suboxone®. Je teda niečo na tom, že by subáče mali priamy vplyv na agresívne správanie sa človeka, či už pod jeho vplyvom alebo v čase krízy?

Južná Karolína, USA, 19.6.2015 – masová vražda v kostole. Podozrivý Dylan R. bol najprv zatknutý vo februári toho roku za nelegálne držanie Suboxonu. Rozvinuli sa debaty či nemôže mať užívanie Suboxonu súvislosť s agresívnym alebo násilným správaním človeka v kríze.

Dr. Bisaga (profesor psychiatrie a výskumník psychiatrického inštitútu v New Yorku), ktorý sa venuje problematike heroínovej (a opiátovej) závislosti reagoval na vyššie spomenutú udalosť pre CNN:

Neexistuje žiaden špecifický výskum, ktorý by naznačoval, že by užívanie spomenutých medikamentov (Suboxone®) boli nejakým spôsobom prepojené s agresívnym správaním človeka. V skutočnosti, ak sú lieky užívané správne, tak by sa ich účinky mali prejaviť v stabilizácii podráždeného správania človeka, teda pôsobiť opačne ako v prípade heroínovej závislosti, kde človek prepadáva abstinenčným príznakom, kedy pociťuje pocity úzkosti a zosilňuje sa podráždenosť. Dôležité je však si uvedomiť, že mixovanie drog často vyvoláva rôzne prejavy správania, ktoré môže mať vážne následky.

Prikladám aj nejaké čísla, lebo tie sú obvykle viac zaujímavejšie:

- Počet prípadov užitia Suboxonu®, ktorý má za následok symptómy spojené s násilným správaním v USA: 6.
- Počet prípadov všetkých vedľajších účinkov Suboxonu®, v USA: 7899.
- Percento pacientov užívajúcich Suboxone®, ktorí udávajú symptómy spojené s násilím ako jeho vedľajší účinok: 0,076 %.
- Správy (prípady) FDA kde boli drogy (akékoľvek) spúšťačom symptómov násilného správania: 740.
- Priemerné percento všetkých pacientov užívajúcich lieky, ktorí udávajú násilné správanie ako komplikáciu, ktorú vyvoláva užívaní liekov: 0,0046%.

ANDREJ

Tento projekt bol v rámci Programu Domáce a rodovo podmienené násilie spolufinancovaný z projektového grantu z FM NFM, štátneho rozpočtu SR a Mesta Nitra.

KROK K ĽUDSKOSTI
ČO NA TO HOVORÍ POLÍCIA?

Celé tohtomesačné číslo sa nesie v duchu substitučnej liečby, takže ani rubrika „Krok k ľudskosti" nebude výnimkou. Veľa z vás hovorí, že má predpísanú substitučnú liečbu čiže užíva Suboxone®. Tak isto veľa z vás má už skúsenosť s vysvetľovaním policajtovi, že čo to vlastne za tabletky máte pri sebe, k čomu sú určené a že ich máte na predpis od psychiatra. Napriek tomu sa môže stať, že niektorí policajti majú k tomu výhrady a nerozumejú tomu.

Ako to je vlastne u nás na Slovensku?

Substitučnú terapiu sú oprávnené poskytovať psychiatrické ambulancie, ambulancie drogových závislostí, Centrá pre liečbu drogových závislostí (CPLDZ) a od januára 2016 aj obvodní lekári (zatiaľ nepraktizujú). V špecializovaných ambulantných programoch CPLDZ je možné realizovať aj metadónový udržiavací program a substitučný udržiavací program naloxón-buprenorfínom vo forme lieku - Suboxonu®. To je prípad aj väčšiny z vás, ktorí máte substitučnú liečbu ambulantnou formou, čiže dochádzate za svojim psychiatrom napr. raz do mesiaca. Suboxone® je možné predpisovať u drogovo závislých dospelých a mladistvých osôb po dovŕšení 15. roku veku, po predchádzajúcej ústavnej detoxifikačnej liečbe.

Ale povedzme si otvorene, čo sa nie vždy deje, že predtým absolvujete detox. Na rozdiel od metadónu, ktorý je možné predpisovať až od 18 rokov.podmienkach podmienečného zastavenia trestného stíhania, uzavretia zmieru a zastavenia trestného stíhania či o konaní o dohode o vine a treste - toto poučenie musíte podpisom potvrdiť

Užívateľov Suboxonu® môžeme rozdeliť na dve skupiny – legálnych a nelegálnych užívateľov. Legálni užívatelia sú v starostlivosti lekára čiže psychiatra, svoj liek majú na predpis a sú im robené testy na prítomnosť drog iné úkony s liečbou spojené. Zatiaľ čo druhá skupina nelegálnych užívateľov si Suboxone® zaobstaráva na čiernom trhu alebo sa tvária, že sú pacienti a liečbu zneužívajú. Avšak tieto dve skupiny sa dosť prekrývajú. Hlavne v tom, že legálni užívatelia (pacienti) si častokrát dávajú predpísať väčšiu dávku ako v skutočnosti potrebujú a následne ostatok predajú – stávajú sa dílermi.

K čomu som sa týmto chcela vlastne dostať, je to, že je, skvelé, že máte predpísaný Suboxone®, avšak keď ho potom predávate ďalej, dopúšťate sa trestného činu, za čo vás potom môže polícia zadržať. Darmo im budete vysvetľovať, že máte legálnu substitučnú liečbu. Pretože z pohľadu polície sa dopúšťate trestného činu - Ohrozovanie zdravia nepovolenými liekmi, liečivami a zdravotníckymi pomôckami v zmysle § 170 Trestného zákona, kde je trestná sadzba v závislosti od závažnosti až do 8 rokov.

PEŤA

„Realizované s finančnou podporou MZVaEZ SR v rámci dotačného programu Podpora a ochrana ľudských práv a slobôd LP/2016“

Správne odpovede: b, c, a, b

ZDRAVIE
SUBSTITÁCIA V TEHOTENSTVE?

Je dávno známe, že užívanie drog, liekov a alkoholu sa v tehotenstve vôbec neodporúča. Môže to totiž ohroziť vývoj a život nenarodeného dieťaťa, priebeh tehotenstva, zdravie a život matky. Pre plod je najcitlivejšie obdobie prvého trimestra čiže prvých 12 týždňov, kedy sa vyvíjajú orgány. Všeobecne platí pravidlo, že liekom by sa mala budúca matka v tehotenstve úplne vyhnúť. Čo však v prípade, že má predpísanú substitučnú liečbu?
V každom prípade je nutné o tehotenstve informovať svojho lekára (psychiatra, ktorý vám lieky predpisuje). Užívanie substitučnej látky musí byť pod kontrolou, pravidelné a dávky stabilné. Vhodný čas k prípadnému zníženiu dávky alebo na úplne vysadenie je v 4.- 6. mesiaci tehotenstva. Neodporúča sa otehotnieť počas užívania Suboxonu®.

Na Slovensku je ako substitučná látka predpisovaný Suboxone®. Avšak počas tehotenstva sa nesmie užívať. Odporúča sa prejsť na liečbu buprenorfínom (Subutex®, u nás zakázaný) alebo metadón, podľa miestnych lekárskych noriem. Čo sa týka obdobia dojčenia, Suboxone® sa tak isto nesmie užívať, avšak pri Subutexe® a metadóne nebol dokázaný vplyv na materské mlieko a dieťa.

Užívanie drog alebo iných látok ako napr. liekov spôsobujú plodu už v maternici abstinenčný syndróm. Rovnako tak aj Suboxone®, Subutex® a metadón. Plod máva abstinenčný syndróm skôr ako matka, ak sa látka, ktorú užíva vynechá alebo podáva nepravidelne. Po pôrode na základe prerušenia dodávky drogy alebo lieku po prestrihnutí pupočnej šnúry vzniká novorodenecký abstinenčný syndróm (NAS). Prejavuje sa v prvom rade príznakmi vychádzajúcimi z centrálneho nervového systému (CNS). Môže sa prejavovať ako chvenie až po celkové kŕče, ale tiež môže prísť až k úmrtiu. Poruchy spánku sú tiež prejavom vplyvu abstinencie na CNS.

Na záver je dôležité si uvedomiť, že užívanie substitučnej látky počas tehotenstva má svoje výhody aj nevýhody, avšak štúdie sa zhodujú, že je lepšia ako užívanie ktorejkoľvek drogy alebo alkoholu.

Je to hlavne z dôvodu, že predpísaný liek môže mať budúca matka s lekárom úplne pod kontrolou. Takže ak sa chystáte otehotnieť a máte predpísanú substitučnú liečbu určite o tom informujte svojho lekára a skonzultujte to s ním, aby ste predišli možným rizikám. Zároveň nezabudnite na to, že je rozdiel, ak ste pacientka alebo liek „len" zneužívate.

PEŤA

SUBSTITUČNÁ LIEČBA
DOKOLEČKA DOKOLA

Určite ste si viacerí všimli veľmi podobný, miestami rovnaký text článkov o substitučnej liečbe. Nebola to náhoda, ani dokonca to nebola moja lenivosť pri písaní článkov. Má to jednoduché vysvetlenie a to, aby ste to mali stále na očiach, aby ste vedeli na koho sa obrátiť, aby ste vedeli, že vám môžeme pomôcť aj v tejto liečbe. Najdôležitejšie info z minulých článkov bolo a stále je:

Kde sa s nami môžete dohodnúť?

Na každej výmene vonku v teréne v Seredi, Nitre, Trnave.
Na každej službe v kontaktnom centre ZÓNA v Seredi.
Na telefónnom čísle 0905 943 229.
Mailom krokvpred.storm@gmail.com, zona.storm@gmail.com.
Na facebooku Združenie STORM.

Čo potrebujete?

Kartičku poistenca – ak ju nemáte, tak vám ju vydajú na telefonickú, písomnú (list, internet) alebo osobnú žiadosť do 30 dní. Pokiaľ nemáte doručovaciu adresu, tak si ju môžete dať poslať na našu – Združenie STORM, kontaktné centrum ZÓNA, Garbiarska 18, Sereď 926 01. Táto adresa sa týka aj iných poštových zásielok – súdy, úrady, rodina a pod.
Zdravotná dokumentácia by tiež pomohla.

Hotovosť na výber min. jednej krabičky liekov cca 16,50 ☺.

Čo vám môžeme dať my?

Zaplatiť CESTOVNÉ, pokiaľ sa rozhodnete ísť s nami.
Podporu a prítomnosť pri kontaktoch so psychiatrom, samozrejme na vaše vyžiadanie.

PALO

KVÍZ
VÝSLUCH

Základ kvízu je jednoduchý – prečítajte si STORMíka a ak správne odpoviete na 3 otázky, tak od nás môžete získať jeden malý darček podľa vášho výberu (3 ihly, 3 kondómy, polievku, keksík alebo kašu). Na otázky môžete odpovedať v ZÓNE alebo počas každej výmeny. Prajem veľa úspešných kvízov.

Od koľkých rokov je možné predpisovať Suboxone®?

- ☐ A: od 14 rokov
- ☐ B: od 15 rokov
- ☐ C: od 18 rokov

Predaj substitučnej látky vo forme lieku Suboxone®:

- ☐ A: nie je trestné, v prípade, že lieky mám na predpis
- ☐ B: nie je trestná činnosť, v žiadnom prípade
- ☐ C: je trestné v každom prípade

Za distribúciu liekov:

- ☐ A: môžem byť zadržaný políciou
- ☐ B: nemôžem byť odsúdený ako za trestný čin
- ☐ C: vždy dostanem len podmienku

Za trestný čin Ohrozovanie zdravia nepovolenými liekmi, liečivami a zdravotníckymi pomôckami môžem byť odsúdený podľa závažnosti: A: Ak by

- ☐ A: až na 2 roky
- ☐ B: až na 8 rokov
- ☐ C: až na 10 rokov

Správne odpovede nájdete v rubrike KROK K ĽUDSKOSTI.

PALO

PRÁVO
OTÁZKOVANIE

Rozumný sa pýta, nerozumný čaká ☺ Vám postačí čítať. Páči sa. Toto číslo bude trocha iné. Len otázky a odpovede ☺ Snáď sa čosi hodí.

Chodím na substitučnú liečbu a zároveň som nepretrhol kontakty s inými, čo berú. Občas ešte zájdem na výmenu s IS. Môžu ma policajti zbaliť? Viem sa nejako brániť? V prvom rade, by bolo fajn, čo najviac obmedziť kontakty s inými užívateľmi a nerobiť „medvediu službu". Len pre informáciu v súčasnosti bol podaný právnikmi z organizácie Plán B oficiálny dotaz na policajný zbor, z akých dôvodov a za aký trestný čin, by ťa mohli stíhať. Teda len „sekať dobrotu" a dodržiavať princípy liečby.

Mám záujem o liečbu, ale nemám nikoho, kto by mi pomohol. Mám aj dlh v zdravotnej poisťovni, takže neviem, čo a ako. Ak máš záujem o liečbu, či už detox, liečbu na pár týždňov v nemocnici alebo o substitúciu, spýtaj sa pracovníkov na výmene alebo v ZÓNE. Vedia ti poradiť, čo sa týka liečby a taktiež zistiť, aký máš na zdravotnej poisťovni. Takmer každá situácia sa dá riešiť☺

Som závislý na heroíne a chytili ma s piatimi skladačkami. Nechcem ísť do basy. Ak sa dostanem na súdom nariadenú liečbu, vyhnem sa base? Ak vzhľadom na stupeň tvojej závislosti znalci v znaleckom posudku z odboru psychiatrie odporučia uložiť ochranné protitoxikomanické liečenie, neznamená to, že do väzenia nepôjdeš. Súd môže uložiť ochranné liečenie (napr. formou substitučnej liečby) tak samostatne ako aj popri treste, a to aj treste odňatia slobody. Ak dajú vyšetrovatelia (najčastejšie) vypracovať súdnoznalecký posudok, tak tento posudok môže robiť jeden znalec (keď posudzujú tvoj zdravotný stav), alebo znalci dvaja (ak posudzujú tvoj duševný stav, t.j. závislosť). Jedným z cieľov posudku je zistiť, či si alebo nie si závislý a tiež koľko pre teba daná droga mohla predstavovať tzv. obvykle jednorazových dávok.

Ak ste sa v otázkach nenašli a potrebujete čosi vedieť, sem s tým, radi vám s tým pomôžeme ☺

Katka

AMY

Dokumentárny/ Životopisný / Hudobný
Veľká Británia, 2015, 128 min

Kým v skutočnosti bolo dievča, ktoré stojí za slávnym menom Amy Winehouse?
Čo táto hudobná ikona skrývala pred okolím a prečo zomrela iba v 27 rokoch?

Celovečerný dokument necháva hovoriť hlavne Amy samotnú prostredníctvom doteraz nezverejnených archívnych záberov, rozhovorov, ale predovšetkým prostredníctvom jej hudby a pôvodných textov. Textami vždy hovorila o aktuálnych udalostiach jej života. Vidíme Amy ako obyčajné dievča s obrovským talentom a túžbou spievať. Ako zjavenie ohromujúce hudobných fajnšmekrov, ako popovú hviezdu obletovanú fanúšikmi, ale aj ako obeť manipulatívnych manažérov a prenasledovanú bulvárnymi novinármi. Ako obyčajnú ženu, ktorá sa skrývala za drogy.

Za známym mediálnym obrazom ale odhaľujeme hlavne Amy, ktorá skutočne túžila iba po dvoch veciach – naozajstnej láske a hudbe.

Nejaké zaujímovsti o filme:

- Rodina Amy Winehouse dala filmárom prístup k jej osobným záberom, jej priateľov a jej rodiny. Tiež súhlasili s rozhovory s rodinnými príslušníkmi a ďalšími ľuďmi v Amyně okolí. Jej otec však nakoniec nebol spokojný s tým, ako bola Amy vo filme vyobrazená a nechal sa počuť, že sa tvorcovia dokumentu sústredili hlavne na negatívne aspekty jej života. (Hansel97)

- Viac ako polovicu filmu tvoria zábery nasnímané paaparazzi. (Tervo)

- Amy Winehouse zomrela v júli 2011 vo veku 27 na otravu alkoholom. Amy sa tak stala súčasťou Klubu 27, niekedy tiež Forever 27 Club (Klub navždy 27), ako fanúšikovia označujú skupinu vplyvných rockových a bluesových hudobníkov, ktorých život skončil neočakávane v dvadsiatich siedmich rokoch. (Digi_cz)

PALO

VEDELI STE, ŽE..?!

S-KO FAKTY

- Substitúcia znamená náhrada za niečo, v našom prípade tabletky nahradia heroín. Začalo sa s ňou už v 20.rokoch 20 storočia.
- Suboxone® môže byť u nás predpisovaný už aj obvodným lekárom, od januára 2016.
- Ak zneužívate liečbu Suboxonom® (klamete lekára o tom, ako sa chcete liečiť a pritom užívate injekčne) dopúšťate sa trestného činu. A to nepíšem o predaji tabletiek, ktoré vám boli predpísané.
- Suboxone® je vo svete dostupný od roku 2002.
- Príznaky dlhodobého užívania S-ka – sucho v ústach, zubný kameň, pečeňové problémy, u mužov klesá hladina testosterónu.
- Pri metadónovej liečbe u mužov môžu nastať problémy so sexuálnym životom.
- Po rýchlom vysadení Suboxonu® môže nastať kríza silnejšia ako po pouličnom heroíne.
- Suboxonom® sa môžete aj predávkovať – hlavne ak ho zneužívate a kombinujete s inými opiátmi – tramal, heroín, benzodizepíny.
- Suboxone® je vlastne buprenorfín-naloxon. Naloxon je protijed všetkých opoidov (heroín, tramal, benzodiazepíny atd..), ktorí ma za následok klasický absťák, ak liek zneužívate alebo kombinujete s inými drogami.

PALO

OD VÁS PRE VÁS

Znovu v tom

Som nesmierne rada, že môžem niekde napísať svoj príbeh, ktorý som zažila na vlastnej koži. Volám sa Barbara a mám skúsenosti s drogami. Bola som závislá na heroíne.

Mala som 14 rokov, keď som sa zoznámila s ľuďmi, ktorí brali drogy. To bolo pre mňa niečo úplne nové. Zo začiatku som im to všetko zazlievala a nechápala som, ako môžu robiť niečo také. Lenže raz nastal aj v mojej vôli skrat. Videla som ako boli v dobrej nálade a všetci opisovali ten super pocit. Tak som si povedala, prečo by som to nemohla vyskúšať aj ja. Veď iba jedenkrát, myslela som si, že mi to nemôže nič spraviť. Mala som nejaké peniaze a tak som im ich dala, aby išli kúpiť heroín. Z toho, čo sme si kúpili sme urobili dve cigarety. Párkrát som si potiahla, no nechápala som, čo z toho majú. No o chvíľu mnou prebehol akýsi čudný pocit, ktorý sa nedá opísať. Heroín som fajčila 6 mesiacov. Potom mi to už nič nerobilo, ten krásny pocit bol čímďalej slabší. Do našej partie prišiel nový chalan, ktorý povedal, aby sme si to vyskúšali pichnúť. Tie slová zneli úplne spoľahlivo, tak sme sa zhodli na tom, že to môžeme aspoň vyskúšať. Na druhý deň sme si išli teda pichnúť. Vlado nám povedal, že to nič nie je - veď ako všetci vidíme, je vo skvelej forme. Vtedy sme to videli, ale bolo by lepšie, keby sme ho zbadali ráno pred prvou dávkou. Začali sme si pichať a zrazu prišiel rad na mňa. Mala som strach, ale nechala som sa prehovoriť. Vlado mi pichol. Rýchle som si zapálila cigaretu a vtom som pocítila tlak, ktorý na chvíľu spôsobil, že som videla dvojmo. Keď sa tento stav ustálil, začala som rozoznávať veci okolo seba. Všetci mi hovorili: „No vidíš, ani to nebolelo." Tú eufóriu, ktorú som vtedy pociťovala, dokáže vyvolať len a len droga.

Začala som si teda pichať. Išlo to takto asi jeden rok. Dodnes neviem, ako sa rodičia dozvedeli, že beriem drogy. Keď sa mi pozreli na ruky, mala som ich ako sitko. Utiekla som z domu. Keď som sa po dvoch týždňoch vrátila, mama ma odviedla k psychiatrovi. Tam sa vybavilo liečenie, kde som strávila 3 nasledujúce mesiace. Pomohlo mi to hlavne po psychickej stránke. Keď Vám toto píšem, som 6 mesiacov clean (čistá bez drogy) a dúfam, že mi to vydrží naďalej. Tak toto je moja drogová cesta v skratke.

Moje motto: Je oveľa ľahšie s drogou prestať, ako sa k nej nevrátiť!

www.drogy.sk
Palo

ROZHOVOR
NEMYSLÍŠ NA DROGY

Tento mesiac sme v rámci rubriky Rozhovor oslovovali vás, našich klientov. Predsa len nám záleží na vašich názoroch, skúsenostiach a odporúčaniach pre ostatných klientov ale aj pre nás. Učíme sa navzájom ☺
V rozhovore sa venujeme otázkam a odpovediam na tému substitučná liečba s našim dlhoročným klientom, ktorý je spokojný...alebo nespokojný s liečbou? Prečítajte si a dozviete sa odpoveď.

Ako dlho si v substitučnej liečbe? Akú máš dennú dávku?
Tabletky beriem už 1,5 roka. Mám jednu 8mg na deň, ale v pohode by mi stačila aj polovica.

Ako by si charakterizoval substitučnú liečbu?
Je to náhrada za heroín v tabletkovej forme, bez flešu. Tabletka ti vydrží celý deň, ale v pohode je aj polovica. Chodím normálne do roboty. Zaberú ti psychickú aj fyzickú krízu. Nemyslíš na drogy celý deň.

Aké vidíš výhody tejto liečby?
Človek si nemusí pichať. Je to podľa mňa silnejšie ako heroín. Jedno balenie ťa vyjde 17eur. Síce je aj na to závislosť, ale dá sa s tým prestať, keď ti doktor zníži množstvo.

Aké vidíš nevýhody?
Nevidím na tom žiadne nevýhody.

Aké boli tvoje prvé pocity, keď si bol prvý krát u doktora?
Ja som si nemyslel nič. Bol som liečený na Prednej hore a tam ma nadstavili. Teraz som u doktora Vida v Trnave. Išiel som za ním naisto, nech mi predpíše, aby som mohol robiť.

Ako by si namotivoval ostatných, aby skúsili túto liečbu?
To je ťažko povedať. Asi s tým, že ich to vyjde menej ako drogy. Takto to stojí 17 eur na týždeň. To je oveľa menej ako za heroín, ktorí stojí 7eur za ¼. Hlavne môžem chodiť do roboty, zaradiť sa späť do života, nemám dopichané ruky.

Za rozhovor ďakujem Patrikovi Černému (klient zo Serede).
Katka

PN-ka sa týka aj nás

Nastal nám jesenný čas, kedy sa zvyšuje náchylnosť na rôzne choroby. Veď to poznáte. Idete po ulici, ste v obchode alebo ešte lepšie v malých priestoroch úradov, kde je väčšia koncentrácia bacilov. Prídete domov a bum ho – soplíte, kašlete, horúčkujete. Tieto príznaky a choroby sa týkajú aj nás pracovníkov výmeny a káčka. Následne nemôžeme ísť do práce, veď sa treba liečiť a hlavne nepodceniť ani chrípku. Robíme všetko, čo je v našich silách. Hľadáme kolegu v každom meste (Sereď, Nitra, Trnava) na záskok, no niekedy to je nad naše sily a služby v teréne alebo káčku nemôžeme realizovať. Vždy nás to veľmi mrzí, ale sme len ľudia. Ak by ste nás v budúcnosti nenašli, tak volajte na naše tel. čísla (viď predposledná strana) a dozviete sa prečo nie sme v práci. Ďakujeme za porozumenie.

Pozor pes.... a deti

Veľmi by sme ocenili, ak na výmeny budete chodiť bez svojich domácich miláčikov a tiež bez vašich detí. Rozumieme, že veľakrát prídete len na skok, že veľakrát ich nemôžete nikomu zveriť do strážení, že idete meniť z prechádzky mestom, že chce byť len s vami, že... každý jeden z nás, by sme si našli svoje ŽE. No v rámci našich pravidiel je nevyhnutné, aby ste si to skúsili zariadiť tak, aby ste mohli využívať naše služby. Ďakujeme za pochopenie.

Zima sa blíži

Určite ste postrehli zmenu počasia, ktorá málokoho teší – prší, fúka, teplota sa pohybuje okolo 5 stupňov. Čochvíľa k nám zavítajú aj prízemné mrazy a hneď po nich poriadne mrazy aj so snehom. Na počasie riešenie nemáme, no aspoň vám vieme ponúknuť rôzne útulky a nocľaháreň v mestách. Zima bude určite príjemnejšia spoza okien ☺

V prípade potreby sa nás pýtajte, dáme vám čo najviac info o možnostiach prespania v mestách. Každé to ma trochu iné, najaktuálnejšie info vám prinesieme v decembrovom STORMíku.

Michal Kováč (1930 – 2016)

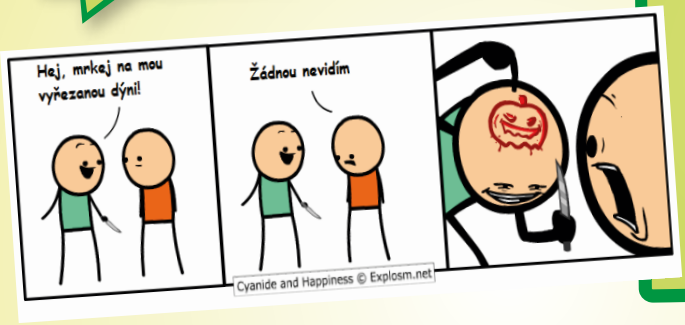
Myslím, že nikomu nemusím predstavovať prvého porevolučného prezidenta Slovenskej republiky. Má za sebou 20 rokov aktívnej politickej kariéry, počas ktorej mal svoje svetlé, no i tienisté obdobie. Dnes počas písania tohto článku prebieha verejné posledné rozlúčenie s bývalým prezidentom, ktorý zomrel vo veku 86 rokov. Pohreb prebehne so všetkými vojenskými poctami, ktoré mali aj predošlí najvyšší činitelia ako napr. Ľ.Svoboda alebo V. Havel. Vo štvrtok o 12.00 hod. budú v Bratislave zvoniť zvony päť minút. Okolo lafety budú pochodovať príslušníci Čestnej stráže a na záver smútočného sprievodu pôjdu tri vojenské útvary, 180 vojakov. Omšu bude celebrovať arcibiskup Stanislav Zvolenský. Ide o vôbec prvý štátny pohreb v porevolučnej ére samostatného Slovenska.

PALO

ZÁBAVA

Idú 3 blondínky na motorke a zastavia na križovatke. Zasvieti červená a hovoria: „Jéj, tá je krásna!!!“ Zasvieti oranžová a hovoria: „Tá je ešte krajšia!!!“ Zasvieti zelená a hovoria: „Tá je najkrajšia!!!“ Zasvieti znova červená a hovoria: „Tú už sme videli, tak poďme!!!“

Rozprávajú sa dvaja dedkovia: „Aké je to milovať sa po osemdesiatke?“ „Ako keby si chcel hrať biliard a namiesto tága by si mal lano...“



Šťastnej rodinke sa narodí dieťa ale nemajú ho kde odvážiť, tak manžel hovorí: „Poďme k mäsiarovi, ten určite váhu má.“ Tak tam teda prišli, že chcú odvážiť dieťa. Mäsiar odíde za plentu, ozve sa detský plač. Po chvíli mäsiar vylezie von a s úsmevom hovorí: „Dve a pol kila bez kostí“.

Dve slušné ženy si vyrazia na dámsku jazdu a akosi nechtiac sa ožerú ako svine. Vracajú sa v noci domov a keď prechádzajú okolo cintorína prepadne ich naliehavá potreba. Čupnú si teda medzi hroby, ale ani jedna nemá toaleták. Prvá si stiahne nohavičky, utrie sa nimi a zahodí ich. Druhá má drahé luxusné prádlo, ktoré nechce obetovať. Všimne si vence na hrobe, pri ktorom čupí, odtrhne stuhu z venca a ňou sa utrie. Ráno si ich manželia telefonujú a sťažujú sa, že ich slušné manželky sú spité a teraz chrápu v posteli.

Jeden z nich ešte podotkne:

„Začínam tušiť to najhoršie. Tá moja prišla bez nohavičiek!“

A ten druhý na to: „Hm, to ešte nič nie je, tej mojej trčí z polovice zadku nejaký kus stuhy a na nej má napísané: "Od celého hasičského zboru, nikdy na teba nezabudneme!“

Spomínam si na škôlku... Bolo tam jedno super dievča, Nikolka. Vždy sme spolu ležali, rozprávali sa, hádali sa a tak ďalej. Raz sme spolu sedeli pred škôlkou a bozkávali sa. Celé to videla jej matka. Dobehla k nám, Nikolku odo mňa odtrhla a už som ju nikdy nevidel ☹ Asi nemusím písať, že takto skončila moja kariéra učiteľa.

SUDOKU

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.

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

nebuď lemra a

ZAPOJ MOZOG

STORMík
NOVEMBER 2016

Čítal si?

...že nie?

...tak čítaj, nech víš dačo o substitúci!