

Bíodh na fíricí ar dhrugaí ar eolas agat



HSE Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive

**IS É DO BHEATHA É
NÁ BÍ Á SCRÍOSADH**

www.drugs.ie



- Cad atá ar eolas agat faoi dhruгаí?
- Cad a dhéanfá dá gceapfá go raibh duine gaoil leat ag úsáid druгаí?
- Cad a dhéanfá dá dtairgfí druгаí duit?
- Cad a dhéarfá nó a dhéanfá dá bhfaighfeá amach go raibh cara leat ag mangaireacht druгаí?
- Más tuismitheoir thú, cad a dhéarfá nó a dhéanfá dá dtiocfá ar rud i bpóca nó i mála do pháiste a cheap tú a bheith ina dhruга?

Léiríonn taighde nach mbíonn go leor eolais ag daoine faoi dhruгаí go minic nó go bhfuil an t-eolas mícheart acu. Má bhíonn na fíricí ar dhruгаí ar eolas agat bíonn sé níos éasca labhairt faoi dhruгаí ar bhealach oscailte agus eolasach. Sa leabhrán seo pléitear

- Fíricí ar chuid de na miotais choitianta.
- Sonraí ar na háiteanna ina bhfuil níos mó eolais, tacaíochta agus cuidithe le fáil.
- Eolas ar na cineálacha éagsúla druгаí mídhleathacha.



Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive

**IS É DO BHEATHA É
NÁ BÍ Á SCRÍOSADH**

www.drugs.ie

Tuiscint ar dhruгаí

Cad atá i gceist againn agus muid ag labhairt ar úsáid drugaí?

Bíonn daoine ag úsáid a lán cineálacha éagsúla drugaí. D'fhéadfadh na drugaí seo a bheith dleathach nó mídhleathach, d'fhéadfáidís a bheith ina gcuidiú nó dochar a dhéanamh. Baineann fo-iarmhairtí agus rioscaí le gach druga, ach bíonn níos mó riosca i gceist le drugaí áirithe, go háirithe drugaí mídhleathacha.

D'fhéadfaí go n-éireodh úsáid drugaí ina fadhb ag brath ar roinnt fachtóirí.

Seo iad na fachtóirí sin:

Cad é an druga a úsáidtear

Cé atá ag úsáid an druga (go háirithe giúmar agus pearsantacht an duine)

Cad chuige a bhfuil an duine sin ag úsáid an druga

Cá háit agus

Cén dóigh a bhfuil an duine sin ag úsáid an druga

Cothaíonn drugaí difriúla fadhbanna éagsúla do dhaoine éagsúla. Bíonn réitigh éagsúla de dhíth ar na fadhbanna seo. Le teacht ar thuiscint ar an fhadhb, caithfidh go mbeadh a fhios agat faoina bhfuil ag tarlú i saol an duine atá ag úsáid an druga chomh maith leis an druga atá á úsáid ag an duine sin. Sa leabhrán seo pléimid an fhadhb a bhaineann le húsáid drugaí mídhleathacha. Is iad na drugaí mídhleathacha is coitianta a úsáidtear ná cannabis, eacstais, hearóin agus cóicín.

Cén fáth a mbíonn daoine ag úsáid drugaí?

Úsáideann daoine éagsúla drugaí difriúla ar chúiseanna éagsúla.

Tá drugaí dleathacha ann cinnte a dtagaimid orthu gach lá. Mar shampla, b'fhéidir go gcaitheann tú cógas nuair a bhíonn tú tinn, go n-ólann tú alcól chun cuidiú leat do scíth a ligean nó go n-ólann tú caife le cuidiú leat fanacht i do dhúiseacht.

Is éard atá á phlé againn sa leabhrán seo ná drugaí mídhleathacha. B'fhéidir go mbainfeá triail as drugaí mídhleathacha mar gheall ar fhiosracht, toisc go bhfuil do chairde ag gabháil dóibh nó chun éalú ó leadránacht nó ó bhuarthaí. B'fhéidir go gcaithfeá drugaí áirithe le do mhothúcháin a athrú. B'fhéidir go gcreideann tú gur rud spraiúil nó faiseanta é.





B'fhéidir go leanfá ar aghaidh le húsáid druga toisc go mbaineann tú sult as, nó as siocair gur cuid den saol sóisialta nó den chultúr é. Tugtar úsáid drugaí 'ar bhonn caithimh aimsire' air seo go minic.

In amanna, d'fhéadfadh úsáid drugaí bheith ina cuid thábhachtach de do shaol. D'fhéadfadh sé sin bheith amhlaidh mar gheall ar fhadhbanna mothúchánacha, síceolaíocha nó sóisialta atá agat. D'fhéadfaí go mbeadh andúil nó spleáchas agat mar thoradh ar dhrugaí áirithe, i gcás go gcailleann tú smacht ar úsáid an druga agus go mbraitheann tú nach féidir leat feidhmiú gan é.

Úsáideann daoine áirithe níos mó ná cineál amháin druga ag an aon am – tugtar 'úsáid poladruga' air seo. D'fhéadfaí go mbeadh meascadh drugaí contúirteach toisc go mbíonn na hiarmhairtí agus na fo-iarmhairtí curtha le chéile. Cuimsítear air seo meascadh drugaí mídhleathacha le drugaí dleathacha dála alcól nó cógais. Mar shampla, má ólann tú alcól le cóicín bíonn níos mó riosca ann go mbeidh rithimí neamhrialta croí, taomanna croí agus an bás féin i ndán duit.

Bíodh na fíricí ar dhrugaí ar eolas agat

Ní bhíonn aon réitigh éasca ar na fadhbanna a bhíonn mar thoradh ar úsáid drugaí, ach d'fhéadfadh eolas ar na fíricí cabhrú leat dul i ngleic le ceist na ndrugaí.

Miotas "Is druga andúile é gach druga"

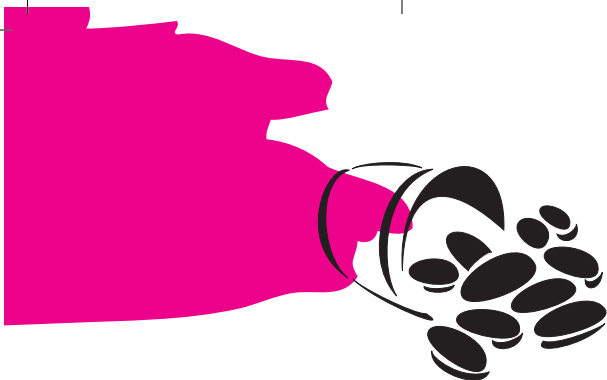
Fíric Is féidir le roinnt drugaí andúil nó spleáchas a chothú níos gasta ná mar a chothaíonn drugaí eile. Níl aon fhianaise ann go mbíonn daoine 'gafa' le druga i ndiaidh dóibh é a úsáid uair nó dhó, nó go mbeidh andúil sa druga sin ag gach duine a bhaineann triail as. D'fhéadfaí go mbeadh fadhbanna tromchúiseacha ag duine fiú mura n-úsáidtear an druga ach uair amháin féin. Bíonn andúil ag brath ar cad é an druga, cé atá i gceist, cad chuige, cá háit agus cén dóigh a n-úsáidtear drugaí.

Miotas "Ní bhíonn fadhb ach ag andúiligh drugaí"

Fíric Ní hé andúil nó spleáchas an t-aon fhadhb arb iad na drugaí is cúis léi. Bíonn fadhbanna ag roinnt daoine ar chéad úsáid an druga, nó d'fhéadfaí fadhbanna a eascairt de réir mar a mhéadaíonn minicíocht úsáid an druga. Is féidir go mbeidh iarmhairt ag na drugaí ar fholláine an choirp agus ar shláinte mheabhrach, ar shaol teaghlaigh, ar chaidrimh agus ar obair nó staidéar. D'fhéadfaí go mbeadh daoine i dtrioblóid le húdaráis an dlí nó go mbeadh deacrachtaí airgid mar gheall ar úsáid drugaí mídhleathacha.

Miotas "Bíonn an dochar céanna ag baint le gach druga mídhleathach"

Fíric Déanann drugaí éagsúla dochar duit ar bhealaí éagsúla. Maidir le drugaí áirithe, amhail hearóin, meastar iad a bheith níos contúirtí de thairbhe go bhfuil níos mó riosca d'andúil agus de ródháileog ag baint leo, nó de thairbhe go n-instealltar iad. Bíonn a riosca féin ag gach cineál druga áfach.



Déantar cur síos ar dhrugaí go minic mar dhrugaí ‘crua’ nó ‘boga’ ach níl sé chomh simplí sin.

Miotas “Is duine taghdach é mo dhéagóir agus tá sé ag cailleadh suime i gcúrsaí scoile – caithfidh go bhfuil sé/sí ag caitheamh drugaí”

Fíric Is minic a bhíonn tuismitheoirí ag iarraidh fáil amach faoin dóigh ar féidir fios a bheith acu arb é a bhfuil a bpáiste ag úsáid drugaí. Is cóir a bheith cúramach faoi liostaí comharthaí agus airíonna. Maidir le cuid mhór de na comharthaí féideartha, amhail athruithe tobanna sa ghiúmar nó cailliúint suime i gcaithimh aimsire nó i staidéar, bíonn siad mar chuid de ghnáth-iompar déagóirí. Is fearr labhairt leo sula mbaineann tú barúil as. Má fhaigheann tú go bhfuil do pháiste ag caitheamh drugaí, ná bíodh scaoll ort. Iarr sonraí ar an úsáid a bhaineann siad as an druga – cad é an druga a chaith sé/sí, cá fhad atá an druga á chaitheamh acu agus cad chuige. Má labhraíonn tú le gairmí oilte is féidir go mbeidh sé ina chuidiú agat cinneadh ar an rud a dhéanfaidh tú. Is féidir leat cuidiú le do pháiste dearcadh ciallmhar a fhorbairt i leith drugaí, trí dhearcadh ciallmhar a léiriú i leith d’úsáid drugaí féin – go háirithe drugaí dleathacha amhail alcól agus cógais.

Miotas “Cuireann mangairí drugaí cathú ar dhaoine óga triail a bhaint as drugaí”

Fíric Cuireann cara nó duine aithnide drugaí mídhleathacha os comhair bhunús na ndaoine óga. In a lán cásanna déantar drugaí a ‘tharraingt’ seachas iad a ‘bhrú’ – iarrann an duine féin é, de bharr fiosracha go minic.

Bíonn sé go maith a bheith ag labhairt ..agus a bheith ag éisteacht!

D'fhéadfaí go mbeadh sé deacair labhairt faoi dhruгаí agus úsáid druгаí. B'fhéidir nach bhfuil tú compordach ag labhairt faoi dhruгаí mar nach bhfuil go leor ar eolas agat ar an ábhar. B'fhéidir nach bhfuil muinín agat go bhfuil sé ar do chumas labhairt leis an duine eile agus dul i bhfeidhm air/uirthi. Ní gá duit é seo a dhéanamh leat féin, is féidir leat níos mó eolais agus tacaíochta a fháil.

Má tá duine aithnide duit ag caitheamh druгаí nó má cheapann tú an duine sin a bheith ag caitheamh druгаí:

- *Éist leis/léi – tá sé tábhachtach go mbíonn tuiscint agus meas agat ar a c(h)uid mothúchán;*
- *Coinnigh bealaí cumarsáide oscailte; agus*
- *Lorg níos mó eolais sula ndéanann tú rud ar bith.*

Cén áit ar féidir liom níos mó eolais agus tacaíochta a fháil?

Tá foireann oilte ar oideachas druгаí ag Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte (HSE) i do cheantar. Cuireann siad seirbhísí comhairleoireachta agus cóireála ar fáil fosta. Cuireann roinnt gníomhaireachtaí deonacha oideachas, comhairleoireacht agus cóireáil ar fáil ar fud na tíre freisin.

Le heolas a fháil ar na seirbhísí áitiúla:

Saorghlao: **Líne chabhrach do dhruгаí**
1800 459 459 (Luan – Aoine, 9r.n. go 5i.n.)

an Gréasán: **www.drugs.ie**

Cuir téacsteachtaireacht: **Drugs chuig 51900**



Má bhíonn cabhair láithreach de dhíth ortsa ná ar dhuine aithnide duit:

Má thagann tú ar dhuine atá spadánta nó neamhaireachtálach:

- *Fan go suaimhneach.*
- *Cuir scairt ar na seirbhísí éigeandála ar **999** nó **112**.*
- *Déan cinnte go bhfuil a (h)aerphasáiste glan.*
- *Tiontaigh ar a t(h)aobh é/í agus ná fág leis/léi féin é/í. Tabhair aire agus é/í a thiontú agat ionas nach mbíonn teagmháil agat le snáthaidí nó le rudaí géara.*
- *Tabhair aon phúdair, táibléid nó aon rud eile a bhíonn in aice leis/léi d'fhoireann an otharchairr.*

Má cheapann tú drugaí a bheith caite ag duine éigin agus cabhair de dhíth air/uirthi:

- *Gabh i dteagmháil leis an dochtúir áitiúil agat – liostaithe faoi General Practitioner (GP) sa leabhar fóin.*
- *Gabh chuig nó cuir scairt ar Rannóg Éigeandála (A&E) an ospidéil is gaire duit.*
- *Cuir scairt ar na seirbhísí éigeandála ar **999** nó **112**.*

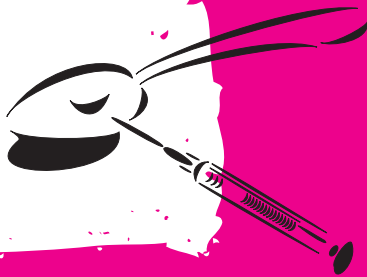
Na rudaí nach mór a bheith ar eolas agat faoi dhrugaí

Tá cúig phríomhchineál drugaí a fhéadfaidh giúmar agus iompar an duine a athrú. Tá an chuid is mó de na drugaí seo cuimsithe faoi dhlí ar a dtugtar an tAcht um Mí-úsáid Drugaí. Tugtar 'drugaí rialaithe' orthu agus tá siad liostaithe faoi ghrúpaí éagsúla, ar a dtugtar sceidil.

Sna sceidil, cuirtear drugaí i ngrúpaí de réir a úsáidí is atá an druga agus de réir a bhfuil de dhíth lena n-úsáid a rialú. Mar shampla, cuimsíonn sceideal a haon drugaí nach bhfuil aon úsáid leighis acu – drugaí mar LSD agus 'drugaí dearthóra' mar an eacstais.

Tá an córas seo difriúil ón chóras sa Ríocht Aontaithe áit a gcuirtear drugaí i ngrúpaí bunaithe ar aicmí (A, B, C) de réir mar a théann an dlí i ngleic leo.





- **Dúlagraín** - amhail alcól, is féidir iad a úsáid leis an intinn a shuaimhniú, le faoiseamh a thabhairt ón imní agus d'fhéadfaí go mbeadh codlatacht mar thoradh orthu.
- **Támhacháin** agus mionsuaimhneasáin lena n-áirítear na drugaí beinsidé-asaipín, amhail Valium. Ordaítear na drugaí seo go minic le daoine a chur ar a suaimhneas nó le cuidiú leo codladh san oíche. Bíonn na hiarmhairtí ginearálta céanna acu a bhíonn ag dúlagraín ach éiríonn andúil mar gheall orthu ar bhealach eile.
- **Codlaidínigh** - tugtar anailgéisigh thámhshuanacha orthu fosta, is pianmhúcháin láidre iad a thugann mothúcháin eofóiria (sonas) agus codlatachta. Áirítear ar na codlaidínigh moirfín, hearóin agus meatadón.
- **Spreagthaigh** - mothaíonn daoine níos bríomhaire, níos airdeallaí, níos fuinniúla agus níos muiníní leis na drugaí seo. Áirítear ar dhruaí spreagthacha cóicín agus amfataimíní.
- **Siabhraiginí** - bíonn físeanna aisteacha agus diana mar iarmhairt ar na drugaí seo ar a dtugtar siabhránacht. Áirítear ar na drugaí seo LSD (aigéad) agus beacáin draíochta.

In amanna tugtar 'ísleoga' ar dhúlagraín agus ar thámhacháin agus tugtar 'ardóga' ar dhruaí spreagthacha. Tá a lán drugaí ann nach mbaineann le cineál amháin drugaí. Mar shampla, d'fhéadfaí iarmhairtí dúlagraín a bheith ag cannabis mar aon lena bheith ina chúis eofóiria agus bíonn iarmhairtí spreagthaigh agus siabhránachta araon ag an eacstais.



Cannabas

Ar na hainmneacha béarlagair tá Hash, Blow, Shit, Dope, Grass, Weed.

Is planda nádúrtha é an cannabas agus úsáidtear é i dtrí phríomhfhoirm. Tugtar roisín ar an chineál is coitianta, a bhíonn i gcruith cnaip nó bloc dhorcha. Ní bhíonn duilleoga agus gais an phlanda chomh coitianta céanna, ar a dtugtar *grass* nó *weed*. Is annamh a bhíonn an tríú cineál, ola cannabais, le feiceáil in Éirinn.

Rolltar cannabas le tobac de ghnáth i *joint* nó i *spiff* agus caitear é, ach is féidir é a chócaráil fosta agus é a ithe.

Iarmhairtí – Nuair a bhíonn daoine *stoned* le cannabas, mothaíonn siad ar a suaimhneas, agus bíonn siad cainteach agus sona. Ceapann daoine áirithe go dtagann moill ar an am agus deir siad go mbíonn níos mó tuisceana acu ar dhathanna, ar fhuaimneanna agus ar bhlasanna. D’fhéadfaí aimirní láidre a fháil, rud ar a dtugtar na ‘*munchies*’.

Fo-iarmhairtí – D’fhéadfaí go mbeadh éifeacht ag an channabas ar do chuimhne agus ar do mheabhair agus d’fhéadfaí go mbeadh tuirse ort agus easpa inspreagtha agat mar gheall air. Mura bhfuil taithí agat ar channabas nó má úsáideann tú cineál atá níos láidre ná an ceann a bhfuil taithí agat air d’fhéadfaí go mbeadh imní, scaoll nó mearbhall ort. D’fhéadfadh siabhráin nó mearaíocht bheith mar iarmhairt.

Rioscaí – Measann a lán daoine cannabas a bheith measartha sábháilte. Léiríonn taighde áfach go bhféadfadh sé bheith deacair ar úsáideoirí factéarmacha an úsáid a bhaineann siad as an druga a rialú agus d’fhéadfaí go mbeadh andúil acu sa druga. Trí channabas a chaitheamh, méadaítear riosca an ghalair chroí agus na n-ailsí ar nós ailse scamhóg, agus d’fhéadfaí go mbeadh éifeacht ar an torthúlacht fosta. I gcás daoine a bhfuil bunfhadhbanna sláinte intinne acu, d’fhéadfaí go músclódh úsáid cannabais an scitsifréine. In Éirinn is é an dara druga is coitianta é a aimsítear i gcoirp thiománaithe atá faoi thionchar an óil, tar éis alcóil.



Eacstais

Ar na hainmneacha béarlagair tá E, Doves, Mitsubishi, Yokes, Shamrocks.

Déantar an eacstais i saotharlanna cúlsráide i roinnt tíortha san Eoraip de ghnáth. Díoltar go príomha mar tháibléid iad, táibléid ar a mbíonn lógónna nó dearaí éagsúla. Bíonn drugaí agus substaintí eile i dtáibléid eacstaise uaireanta fosta.

Iarmhairtí – Is féidir go mothaíonn úsáideoirí eacstaise níos airdeallaí agus go bhfuil siad ag teacht leis an saol atá timpeall orthu. Mothaíonn tú go sona suaimhneach agus bíonn mothúchán cairdis agat i leith daoine eile. Bíonn fuaimeanna, dathanna agus mothúcháin níos déine. Bíonn níos mó fuinnimh agat, rud a chuireann ar do chumas bheith ag damhsa ar feadh tréimhsí fada.

Fo-iarmhairtí – Is féidir go mbeidh ardú ar theocht na colainne, ar bhrú fola agus ar an chroí-ráta. Ar na hiarmhairtí fisiciúla eile tá pian sna matáin, masmas, strompaíocht sa ghiall agus díoscán fiacla. Bíonn roinnt úsáideoirí ag cur allais go trom, agus bíonn creathanna agus pamparnach acu freisin. Braitheann tú díhiodráitithe agus bíonn mearbhall agus tuirse ort.

Rioscaí – Tástáiltear an chuid is mó de dhruaí dleathacha ar ainmhithe ar an chéad dul síos, ach is iad úsáideoirí eacstaise an chéad ghrúpa a dhéantar tástáil orthu. Tá taighde ann cheana féin a léiríonn go mbíonn cliseadh nó *crash* i lár na seachtaine ag daoine a bhaineann úsáid as an druga go rialta ag an deireadh seachtaine, rud a fhágann go mbíonn tuirse orthu agus dúlagar acu, ar feadh roinnt laethanta. D'fhéadfaí nach mbeadh na hiarmhairtí fadtéarmacha ar eolas againn go ceann blianta ach d'fhéadfaí go mbeadh roinnt úsáideoirí i mbaol fadhbanna sláinte intinne a fháil níos faide anonn sa saol. Is annamh a fhaigheann daoine bás mar gheall ar an eacstais, ach féadann goin teasa, taomanna croí nó taomanna plúchta a bheith mar chúis leis.



Hearóin

Ar na hainmneacha béarlagair tá Gear, Smack, Junk, H.

Déantar hearóin den mhoirfín, ar ceann de na drugaí a tháirgtear ón chodlaidín é. Úsáidtear í trína hinstealladh nó trína caitheamh, rud ar a dtugtar *chasing the dragon*.

Iarmhairtí – Má instealltar hearóin bíonn flosc tapa sceitimíní, agus mothúchán suaimhneach brionglóideach ina dhiaidh. Mothaíonn tú teolaí, suaimhneach agus codlatach. Bíonn laghdú ar phian, ar fhorrántacht agus ar an mhian gnéis.

Fo-iarmhairtí – Ar na fo-iarmhairtí a bhaineann le hearóin agus na codlaidínigh eile (amhail moirfín agus meatadón) tá iatacht agus análu níos laige. Baineann an chuid is mó de chontúirtí na hearóine le ró-dháileog agus le hinstealladh an druga.

Rioscaí – Is minic a bhíonn substaintí eile sa druga a dhíoltar ar an tsráid, mar shampla siúcra, plúr, talcphúdar nó drugaí eile. B'fhéidir nach bhfuil cosúlacht dhíobhálach ar na substaintí seo, ach má instealltar iad is féidir go ndéanfaidh siad dochar ollmhór don chorp, amhail téachtáin fhola, easpaí agus morgadh. Is féidir VEID agus heipitíteas B agus C a scaipeadh trí snáthaidí a roinnt. Is minic a bhíonn andúil sa hearóin mar thoradh ar úsáid rialta, go háirithe sa chás go n-instealltar í.

Úsáidtear meatadón mar dhruaga athsholáthair chun andúil sa hearóin a chóireáil. Is leacht glas é, a ólann daoine uair amháin in aghaidh an lae leis an dúil sa hearóin a shárú. Is é an riosca is tromchúisí a bhaineann le meatadón ná bás de bharr ródháileoige.



Cóicín

Ar na hainmneacha béarlagair tá Coke, Charlie, Snow.

Is púdar bán é an cóicín a dhéantar de dhuilleoga an phlanda coca, a bhíonn ag fás i Meiriceá Theas den chuid is mó. Úsáidtear é de ghnáth tríd an phúdar a ion-anáil aníos tríd an tsrón. Ní druga eile é 'an cnagchóicín' ach is foirm í ar mó an andúil a bhaineann leis. De ghnáth caitear an cnagchóicín, ar a dtugtar *rock, stone* nó *free-base*. Instealltar agus itear an cóicín uaireanta.

Iarmhairtí – Is spreagthach cumhachtach é an cóicín. Mottaíonn tú níos airdeallaí agus níos fuinniúla, agus ní bhíonn an oiread ocras nó tarta ort. D'fhéadfadh na hiarmhairtí seo maireachtáil a fhad le 20 nóiméad i ndiaidh gach úsáide. Bíonn daoine a chaitheann cnagchóicín ar na ribí ar feadh tréimhse níos giorra, ach bíonn mothúcháin níos déine acu.

Fo-iarmhairtí – Mar gheall ar na hiarmhairtí cumhachtacha, is minic a bhíonn dúil ag úsáideoirí cóicín i níos mó de. D'fhéadfá a bheith traochta, imníoch agus faoi dhúlagar de bharr dáileog mór, agus ionsaitheach amanna eile.

Rioscaí – Má ion-análaíonn tú an cóicín, d'fhéadfá dochar buan a dhéanamh don taobh istigh den tsrón. Bíonn dochar á dhéanamh don chroí agus do na scamhóga mar thoradh ar úsáid cóicín, agus d'fhéadfá bás a fháil ó thaomanna croí nó ó théachtáin fhola ag eascairt ó dháileoga arda. Má chaitheann tú an cóicín le halcól bíonn méadú ar riosca taom croí agus báis. Má itheann tú an cóicín, féadtar dochar a dhéanamh d'fhíochán na putóige. D'fhéadfaí go mbeadh dúlagar dian i ndiaidh an duine a bheith ar na ribí, agus d'fhéadfaí go ndéanfadh an duine iarracht lámh a chur ina bhás féin dá bharr. I gcás úsáid ar bhonn fadtéarmach nó i gcás úsáid ragúis, d'fhéadfadh na sceitimíní a thagann leis an chóicín a bheith ina gcúis le mishuaimhneas, le cailliúint codlata agus le cailliúint meáchain. Bíonn síocóis pharanóideach ag roinnt daoine agus d'fhéadfaidís a bheith foréigneach. D'fhéadfaí go mbeifeá ag iarraidh an druga a chaitheamh an t-am ar fad, de bharr na dúile láidre i gcóicín, go háirithe cnagchóicín, agus seans nach mbeifeá ábalta d'úsáid a rialú.



Amfataimíní

Ar na hainmneacha béarlagair tá Luasóg, Speed, Whizz, Ardóg, Uppers.

Is grúpa drugaí spreagthacha iad amfataimíní, ar bhaintí úsáid as cuid acu san am atá thart mar tháibléid tanaithe. Is púdar bán-liath de ghnáth iad, agus díoltar i bpacáistí de pháipéar fillte iad ar a dtugtar *wraps*. Slogtar de ghnáth iad, ach is féidir iad a instealladh nó a ion-análú aníos tríd an tsrón fosta. Is féidir cineál ar a dtugtar *ice* nó *crystal* a chaitheamh.

Iarmhairtí – Bíonn na hiarmhairtí ag brath ar an bhealach a chaitear an druga. Mothaíonn tú níos airdeallaí agus níos fuinniúla de bharr miondáileoga tríd an bhéal. Bíonn flosc pléisiúir ann má chaitheann tú dáileoga níos airde tríd an druga a instealladh nó a chaitheamh. Bíonn ragús ag roinnt úsáideoirí luasóige agus bíonn siad róghníomhach agus cainteach.

Fo-iarmhairtí – Mar aon le drugaí spreagthacha eile, bíonn cliseadh ag úsáideoirí i ndiaidh dóibh bheith ar na ribí de bharr an druga. D'fhéadfaí go mbeadh scaoll, paranóia agus siabhránacht mar thoradh ar dháileoga arda amfataimíní. I gcás úsáid fhadtéarmach, is féidir riocht ar a dtugtar 'síocóis amfataimíní' a fháil, le hairíonna atá cosúil leis an scitsifréine. D'fhéadfa éirí foréigneach de bharr an pharanóia má chreideann tú go bhfuil tú faoi bhagairt nó faoi ghéarleanúint.

Rioscaí – D'fhéadfaí go mbeadh síocóis amfataimíní ag daoine i ndiaidh dóibh éirí as úsáid an druga. Má éiríonn tú ionsaitheach nó foréigneach, d'fhéadfa trioblóid chontúirteach a tharraingt ort féin. Bíonn na rioscaí a bhaineann le hinstealladh an druga mar an gcéanna leis na drugaí eile, amhail an hearóin.



Tuaslagóirí

Ar na hainmneacha béarlagair tá bolaíocht gliú agus glue sniffing

I measc na dtuaslagóirí tá táirgí a bhíonn sa chuid is mó de bhailte, amhail gliúnna, caolaitheoir péinte, glantóir vearnais ingní, breoslaí lastóra agus spraeanna aerasóil amhail díbholaigh. Ion-análaítear iad as ceirt nó as muinchille cóta a maothaíodh, nó díreach as buidéal. Spraeáiltear aerasóil díreach isteach sa bhéal. Bíonn mí-úsáid tuaslagóirí níos coitianta i measc déagóirí. I gcás an chuid is mó de dhéagóirí is faisean é a imíonn i ndiaidh tamall beag, ach d'fhéadfaí go mbeadh sé freagrach as fadhbanna móra ar scoil agus sa bhaile.

Iarmhairtí – Nuair a ion-análaítear tuaslagóirí, bíonn úsáideoirí 'ar na ribí' nó bíonn 'buzz' acu, mothúchán atá cosúil le bheith ar meisce. Téann na hiarmhairtí i léig faoi cheann leathuaire de ghnáth. D'fhéadfadh cuma ólta bheith ort, le caint leata, siúl tuisleach, sciggháire agus easpa smachta, agus d'fhéadfadh tuirse bheith ort ina dhiaidh.

Fo-iarmhairtí – D'fhéadfaí go gcuirfí isteach ar do bhreithiúnas agus d'fhéadfaí éirí ionsaitheach. Bíonn siabhránacht, urlacan agus dímheabhair coitianta fosta. Bíonn tinneas póite ann i ndiaidh úsáide de ghnáth, le tinneas cinn agus deacrachtaí meabhrach.

Rioscaí – Is annamh a fhaigheann duine bás de bharr mí-úsáide tuaslagóirí ach is féidir bás a fháil ar chúiseanna éagsúla agus is féidir leis tarlú ar an chéad úsáid. Is mó seans go mbeidh timpistí ag daoine a bhíonn faoi thionchar tuaslagóirí. D'fhéadfaí go dtachtfaí nó go bplúchfaí thú fosta - leis an tuaslagóir féin a spraeáiltear isteach sna scamhóga, le d'urlacan féin nó leis na rudaí a úsáidtear chun cuidiú leat an tuaslagóir a ion-análú. Bíonn cuid mhór tuaslagóirí freagrach as cliseadh croí freisin.



LSD

Ainm béarlaigair Aigéad nó Acid.

De ghnáth is táibléid bhídeacha iad LSD ar a dtugtar 'poncanna' nó 'dots' nó 'táib' nó 'tabs', táibléid a bhíonn i nó ar chearnóga beaga páipéir nó cairtchláir. Bíonn pictiúir nó lógónna ar na táib de ghnáth. Slogtar siar iad.

Iarmhairtí – Is druga siabhránach é LSD. Bíonn 'truipe' nó 'trip' ag úsáideoirí thart ar uair i ndiaidh dóibh táb a chaitheamh, agus bíonn cosúlacht dhifriúil ar an timpeallacht, agus bíonn cuma bhréagach nó mhínormálta ar dhathanna, ar fhuaimneanna agus ar rudaí. D'fhéadfadh fiseanna a bheith agat agus guthanna a chluinstin i rith 'truipe', agus bíonn cuma ar rudaí go bhfuil an t-am ag moilliú nó ag luathú. D'fhéadfaí go mairfeadh iarmhairtí thart ar 12 uair.

Fo-iarmhairtí – Bíonn sé deacair a mheas an cineál truipe a bheidh ag úsáideoirí. I gcás drochthruipe is féidir go mothaíonn daoine scanraithe, go bhfuil siad ag cailleadh smachta, go bhfuil siad ag dul as a meabhair nó ag fáil bháis. Is mó seans go dtarlóidh drochthruip má tá tú imníoch nó má tá dúlagar ort cheana féin sula gcaitheann tú an druga.

Rioscaí – D'fhéadfadh tinneas intinne bheith mar iarmhairt ar dhrochthruip i gcás roinnt daoine. D'fhéadfaí go mbeadh dea-thruipeanna contúirteach fosta, mar shampla má chreideann tú go bhfuil eitilt agat nó go bhfuil tú ábalta siúl ar uisce. D'fhéadfaí go mbeadh spléachtaí siar agat freisin sna seachtainí agus sna míonna i ndiaidh truipe, ina mothaíonn tú go bhfuil tú ar an truipe sin arís ar feadh achar gearrid. Bíonn na spléachtaí siar seo anarach go minic.

Is beacáin siabhránacha iad beacáin draíochta a bhíonn ag fás go nádúrtha. Is féidir iad a ithe go hamh nó cócaráilte, nó is féidir tae a dhéanamh díobh. Bíonn iarmhairtí beacáin draíochta comhchosúil le truipe LSD atá níos míne agus níos giorra. Dála LSD, d'fhéadfaí go mbeadh drochthruipeanna agat agus d'fhéadfaidís bheith scanrúil. Tá riosca ann fosta go n-íosfá beacáin nimhiúla de mheancóg, agus tú ag déanamh gur beacáin draíochta iad.



Drugaí eile a luaitear leis an saolréim damhsa agus clubanna

Poppers

Ar na hainmneacha ceimiceacha tá nítrít aimile, nítrít bhúitile. Is ceimiceáin iad *poppers* a bhíonn i bhfoirm leachta, agus a bhíonn i mbuidéil bheaga de ghnáth. Ion-análaíonn tú an gal ón bhuidéal tríd an tsrón.

Iarmhairtí – Bíonn flosc le *poppers* a mhaireann thart ar chúig nóiméad. Titeann an brú fola agus bíonn buille an chroí níos gasta. D'fhéadfaí mian gnéis bheith agat agus baineann tú taitneamh níos mó as ceol agus as a bheith ag damhsa.

Fo-iarmhairtí – D'fhéadfaí go mbeadh masmas nó meadhrán ort, agus dímheabhair in amanna.

Rioscaí – Bíonn *poppers* iontach contúirteach do dhaoine a bhfuil fadhbanna croí nó anála acu. D'fhéadfadh an leacht a bheith nimhiúil má shlogtar siar é.

Ceitimín

Ar na hainmneacha béarlagair tá *Vitamin K*, *Special K*, *Kit-Kat*.

Is suaimhneasán agus ainéistéiseach cumhachtach é Ceitimín a úsáidtear ar ainmhithe. Is féidir é a chaitheamh mar tháibléad nó is féidir é a ion-anáilú aníos tríd an tsrón mar phúdar. Bíonn siabhránacht, iompar ionsaitheach, dímheabhair agus daille shealadach mar iarmhairtí air.

GHB

Ar na hainmneacha ceimiceacha tá ocsabáit sóidiam nó gámahiodrocsaibútrát. Ar na hainmneacha béarlagair tá *GBH*, *liquid ecstasy*, eacstais leachtach.

In ainneoin an ainm béarlagair 'eacstais leachtach', is ceimiceán éagsúil ar fad é GHB a bhfuil iarmhairtí difriúla aige. Is druga ainéistéiseach é a d'fhéadfadh duine a fhágáil neamhaireachtalach taobh istigh d'achar an-ghearr.

Bíodh na fíricí ar dhrugaí ar eolas agat

 Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive

**IS É DO BHEATHA É
NÁ BÍ Á SCRÍOSADH**

www.drugs.ie



Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive

Tá níos mó cóipeanna den leabhrán seo ar fáil ó:

- *do rannóg áitiúil um chothú na sláinte*
- *Líne eolais an HSE 1850 24 1850*
- *www.healthinfo.ie*

Foilsithe ag: Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte

Dáta foilsithe: Eanáir 2008

Dáta athbhreithnithe: Eanáir 2010

Cód ordaithe: HPM00053