ANG KATOTOHANAN TUNGKOL SA

PAG-ABUSO SA RITALIN

drugfreeworld.ph

BAKIT GINAWA ANG BOOKLET NA ITO

Maraming usap-usapan tungkol sa mga droga sa mundo—sa mga lansangan, sa eskuwelahan, sa Internet at sa TV. Ang ilan sa mga ito ay totoo, ang ilan ay hindi.

Sa katunayan, marami sa mga naririnig ninyo tungkol sa mga droga ay nanggagaling sa mga nagbebenta ng mga ito. Umamin ang mga nagbagong-buhay na nagbebenta ng droga na sasabihin nila ang kahit na ano para mapabili ang ibang tao ng ng droga.

Huwag magpapaloko. Kailangan mo ng mga katotohanan para makaiwas na malulong sa mga droga at matulungan ang iyong mga kaibigang lumayo sa mga ito. Iyon ang dahilan kung bakit namin inihanda ang booklet na ito—para sa iyo.

Mahalaga ang inyong opinyon sa amin, kaya umaasa kaming makarinig mula sa inyo. Maaari ninyo kaming bisitahin sa **drugfreeworld.ph** at i-e-mail kami sa **info@drugfreeworld.ph.**

Ano ang Ritalin?

Ang Ritalin ay ang karaniwang pangalan para sa methylphenidate, inuri ng Drug Enforcement Administration bilang isang Schedule II narcotic—parehong klasipikasyon tulad ng sa cocaine, morphine at mga amphetamine.* Inaabuso ito ng mga kabataan dahil sa pampasiglang mga epekto nito.

Kahit na kapag ang Ritalin ay ginamit bilang isang iniresetang droga, maaari itong magkaroon ng masasamang mga epekto katulad ng pagkanerbiyoso, hindi makatulog, anorexia, pagkawala ng gana sa pagkain, pag-iiba ng pulso, mga problema sa puso at pagbaba ng timbang. Sinasabi ng mga gumagawa nito na nauuwi kang umaasa sa drogang ito.

Noong Hunyo 2005, ang US Food and Drug Administration (Administrasyon para sa Droga at Pagkain ng Estados Unidos) ay naglabas ng isang serye ng mga babalang pambublikong kalusugang nagbibigay-babala na ang Ritalin at mga drogang katulad nito ay maaaring maging sanhi ng mga nakikitang guni-guni, mga ideya ng pagpapakamatay at baliw na pagkilos, pati na rin pananalakay o marahas na pagkilos.

Sinabi ng isang manunulat: "Ang mga magulang ay kailanman hindi sinabihang: 'Ay, siya nga pala, paminsan-minsan, ang isang bata ay simpleng namamatay sa pag-inom ng iniresetang gamot para sa kanila.' O 'Siya nga pala, ang mga batang umiinom ng pampasiglang mga gamot ay dalawang beses na mas malamang na umabuso sa droga sa hinaharap.' O 'Siya nga pala, ikatlong bahagi ng lahat ng mga bata na umiinom ng mga gamot na ganito ay nagkakaroon ng mga sintomas ng obsessive-compulsive na pagkilos sa loob ng unang taon.'"

* amphetamine: isang malakas na pampasigla sa pangunahing sistema ng nerbiyos (utak at gulugod), malimit na tinatawag na "speed."

Saan ito matatagpuan?

Sa kasamaang-palad, ang Ritalin at ang mga kaugnay na drogang may kinalaman sa pagiging galawgaw (hyperactivity) ay matatagpuan halos sa kahit saan. Kapag ikaw ay nasa mataas na paaralan o kolehiyo, malamang kang magkaroon ng malaking suplay na kaabut-abot, may mga "pusher" (mga kapwa mo estudyante) na sabik na gumagawa ng madaling pagkakakitaan mula sa iyo.

Sa ilang paaralan, kasindami ng 20% ng mga mag-aaral ang palagiang gumagamit ng droga. Nakita ng Drug Enforcement Administration na marami sa mga paaralang ito ay mayroong mas marami ng mga drogang ito kaysa sa kalapit na botika.

Bakit napakakaraniwan nito? Napakadali para sa isang "kaibigang" kumuha ng ilan sa mga iniresetang gamot para sa kanyang nakababatang kapatid at pagkatapos ay ipagbili ang mga ito sa halagang $5 kada tira. O isang mag-aaral na sabik para sa isang mabilisang tira ay sasabihin sa nars ng paaralan na mayroon siyang "diperensiya sa pag-aaral" at "hindi siya makapagtuon ng pansin sa pag-aaral." Kukuha siya ng reseta at iniipon niya ang mga pildoras para sa panghinaharap na paggamit, ibinibigay ang mga sobra sa kanyang mga kaibigan.

Habang ipinagbabawal ng batas ang walang paghihigpit na pamumudmod ng malalakas na pampasiglang ito,* nananatili ang malungkot na katotohanang ang mga bagay na ito ay malayang nakukuha sa halos kahit saan. Ang Kiddie Cocaine, ang naging tawag dito, ay ipinamimigay na tulad ng kendi.

* pampasigla: isang drogang agarang nagpapataas ng enerhiya at kalistuhan ngunit sinasamahan ng mga pagtaas ng presyon ng dugo, pagbilis ng tibok ng puso at paghinga.

Sumisipa ang sintomas ng para bang overdose. Nagiging napakalikot ng tao, napakasensitibo, napakalisto, na may sobrang mga pag-iiba ng ugali. Nakakabaliw."
— Jake

Paano nagsisimula ang pag-abuso sa Ritalin

Parang napakasimple nito sa simula. Nahuhuli nang bahagya ang isang mag-aaral sa kanyang mga pag-aaral. Magkakaroon ng pagsusulit at kailangan niyang maghanda. Kailangan niyang magpuyat para magkaroon ng pagkakataong makapasa. Ginagawa siyang nerbiyoso ng kape, ngunit karamihan sa kanyang mga kaibigan ang gumagamit ng mga pildoras na ito para mabigyan sila ng karagdagang enerhiyang kailangan nila." Bakit hindi? Ilang salapi; isang pildoras; isang buong gabi ng pag-aaral; isang pakiramdam ng "konsentrasyon."

Maaaring doon ito nagsisimula, ngunit kalimitang hindi ito doon nagtatapos.

Ang ilang mga mag-aaral ay dinudurog ang Ritalin at sinisinghot itong katulad ng cocaine para sa mas mabilis na pagtalab nito. "Pinananatili nitong gising ka nang matagalan," ang sabi ng isa.

At katulad ng cocaine o kahit anong ibang pampasigla, ang magandang "masiglang pakiramdam" na iyon ay walang

mintis na sinusundan ng isang "pagbagsak," isang pakiramdam ng kapaguran, depresyon at pagbaba ng kaliksihan. Isang mag-aaral na gumagamit ng Adderall, isa pang pampasiglang malawakang inaabuso sa mga kolehiyo, ang nagsalaysay na ang pakiramdam ng "sukdulang kalinawan" ay nagiging isang kalagayan ng "dinurog at sobrang wasak" sa sumunod na araw. Katulad ng sabi ng isang gumagamit, "Kadalasang nauuwi ako sa isang crash coma pagkatapos."

At, siyempre, kalaunan ay matutuklasan ng gumagamit na ang "crashed out" na pakiramdam na ito ay maaaring maibsan sa "tulong" ng isa pang pildoras na makakaahon ulit sa kanya. At nagpapatuloy pa ito.

Ang susunod ay maaaring mas matataas na dosis, o pagsinghot dito para sa mas matinding bugso. Tumitindi ang hindi pagtalab ng droga, kaya kailangang gumamit nang mas marami. Sa mas matataas na dosis, ang Ritalin ay maaaring humantong sa mga kombulsyon, mga sakit ng ulo at mga guni-guni. Ang makapangyarihang parang amphetamine na sangkap na ito ay maaari ring humantong sa kamatayan, katulad ng maraming matrahedyang kaso ng mga batang namatay sa mga atake sa puso na sanhi ng pinsala na konektado sa droga.

Una akong sumubok ng Ritalin noong nasa ika-pitong baitang ako. Inireseta ito sa akin—akala nila mayroon akong bahagyang ADD [attention deficit disorder], dahil nagkunwari ako para magkaroon ako ng dahilan para sa hindi mahuhusay na marka sa paaralan (Tamad lamang ako). Hindi ko kailanman napagtanto na nagiging sugapa na pala ako, at hindi naglaon ay wala na akong ipinagkaiba sa sinumang karaniwang gumagamit ng droga.

"Mga 40 mg ang ginagamit ko sa isang araw at pakiramdam kong inilagay ako nito sa pinakamahusay kong kondisyon. Ilang magkakasunod na araw akong gising, hanggang sa puntong dumanas ako ng matinding pagkabaliw. Nakakatakot! Para bang natutunaw at nag-iibang-anyo ang lahat at takut na takot ako." — Andrea

Ano ang hitsura ng Ritalin?

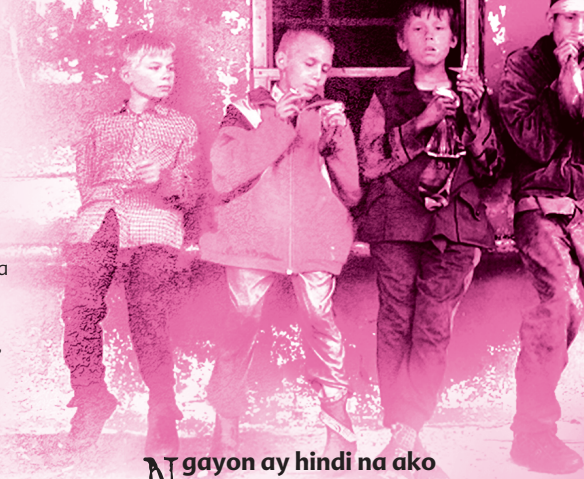
at ang ibang mga katotohanan

Ang Ritalin ay lumalabas sa maliliit na pildoras, parang kasukat at kahugis ng mga tableta ng aspirin, na may salitang "Ciba" (ang pangalan ng gumagawa) na nakatatak dito. Ang 5 mg tabletas ay mapusyaw na dilaw, 10 mg na tabletas ay mapusyaw na berde, at ang 20 mg na tabletas ay parehong puti at mapusyaw na dilaw.

Inilalarawan ito bilang pampasigla ng pangunahing sistema ng nerbiyos. Gayunpaman, kahit ang gumagawa nito, inaamin ng manggagawa nito sa literaturang nakasingit sa pakete ng droga na wala talagang nakaaalam kung paano nito naaapektuhan ang katawan ng tao: "Ang kilos nito sa katawan ng tao ay hindi lubusang naiintindihan."

Dinudurog ng mga sugapa ang mga tableta para maging pulbos at sinisinghot ito. Ang droga ay natutunaw sa tubig, pinapadali ang pagiging likido nito na maaaring maiturok.

Gaya ng napansin ng Drug Enforcement Administration, "ang mga produktong pambotikang inililihis mula sa mga nararapat na mga pinagmumulan ay ang tanging mga pinanggagalingan ng methylphenidate na nakukuha para abusuhin." Sa ibang salita, bawat tableta ng droga na inaabuso, sa orihinal na anyo o dinurog para maging pulbos o tinunaw sa tubig, ay nagmula sa gumagawa nito. Wala sa mga ito ang ginagawa sa mga lansangan.



Ngayon ay hindi na ako tinatalaban ng droga at kailangan kong uminom ng 20 mg pildoras para ma-high. Inaamin ko ang aking pagiging sugapa.... Ako ay naging 'cracked-out' o parang zombie." — Alex

Mga Sikat na Tawag

Maraming iba-ibang tawag sa Ritalin sa kalsada, kabilang na ang:

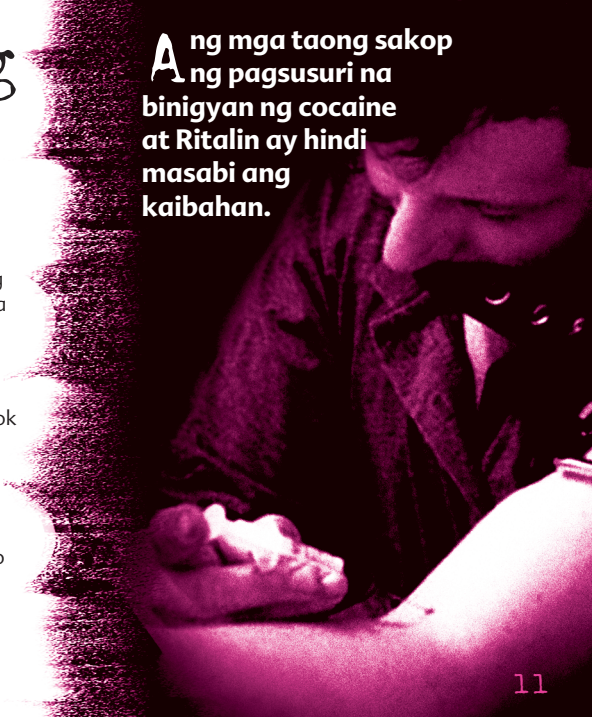
- Diet Coke
- Kiddie Cocaine
- Kiddie Coke
- Vitamin R
- R-ball
- Poor man's cocaine
- Rids
- Skittles
- Smarties

Cocaine ng mahirap

Ang Ritalin ay madaling makuha at abot-kaya. Kinuha mula sa inireseta para sa ibang tao, ninakaw mula sa isang kapatid o nakuha mula sa isang pekeng reseta, ang mga tabletang ito ay malawakang ipinagbibili. Ang presyo ay nasa isang dolyar o dalawa hanggang sa $20 bawat tableta sa ilegal na pamilihan.

Ang paghahambing ng Ritalin sa cocaine ay hindi isang salawikain lamang. Ang Ritalin ay hawig sa kemikal na komposisyon ng cocaine. Kapag naiturok bilang isang likido, ito ay nagbibigay ng "alog" na sobrang pinananabikan ng mga sugapa.

Noong 2000, isiniwalat ng Drug Enforcement Administration (DEA) ang mga resulta ng mga pag-aaral sa parehong mga hayop at mga tao na binigyan ng cocaine at Ritalin. Hindi matukoy ng mga kabilang sa pagsusuri ang kaibahan. Napagpasiyahan ng DEA na "Pareho silang nagdudulot ng mga epektong halos magkatulad."



Ang mga taong sakop ng pagsusuri na binigyan ng cocaine at Ritalin ay hindi masabi ang kaibahan.

Sakop ng pag-abuso sa Ritalin

Ang pag-abuso sa mga de-resetang droga tulad ng Ritalin ay tumataas.

Noong 2006, halos 7 milyong Amerikano ang umaabuso ng de-resetang mga droga, higit pa sa bilang ng mga umaabuso sa cocaine, heroin, mga hallucinogen (pampaguni-guni), Ecstasy at mga de-langhap, na pinagsama-sama. Ang 7 milyon na iyon ay 3.8 milyon lamang noong 2000—80% na pagtaas sa loob lamang ng anim na taon.

Noong 2007, 3.8% ng mga nasa ika-12 na baitang ang naiulat na nakagamit ng Ritalin nang walang reseta isang beses man lamang sa nakaraang taon.

Isang mahalagang bagay na nagiging dahilan ng pag-abuso ay ang napakalaking pagtaas sa bilang ng mga resetang isinulat para sa Ritalin at iba pang mga pampasigla.

Sa Estados Unidos, ang bilang ng mga reseta para sa mga pampasiglang ay bumulusok paitaas mula sa halos 5 milyon noong 1991 hanggang sa halos 35 milyon noong 2007.

Noong 2004, ang methylphenidate (Ritalin) ay napabilang sa isang tinatantiyang 3,601 mga pagbisita sa emergency department ng mga ospital, kung ikukumpara sa 271 noong 1990.

Mula 1990 hanggang 2000, 186 na kamatayan sa Estados Unidos ay naugnay sa Ritalin. Ang panganib ay pinakamataas para sa mga taong sumisinghot ng ng droga nang maramihan.

Simula noong 1995, ito ay humanay sa listahan ng Drug Enforcement Administration ng "pinaka-ninanakaw" na gamot.

13 beses na mas maraming mga sugapa sa Ritalin ang pumasok sa mga emergency room noong 2004 kaysa sa noong 1990.

1990
Mga pagpasok sa emergency room na may kinalaman sa Ritalin

2004
Mga pagpasok sa emergency room na may kinalaman sa Ritalin

Nauwi ako sa paggamit ng mas maraming malalakas na amphetamine na nagpabagsak sa akin nang sobrang bilis, at hindi ko alam kung magkaka-interes ako sa mga ito kung hindi ako nagsimulang gumamit ng Ritalin."
— Andy

Ang napakasasamang epekto ng mga inireresetang pampasigla

Ang mala-amphetamine na substansiyang ito ay nagdudulot ng parehong uri ng epekto sa katawan tulad ng ibang anyo ng speed—kawalan ng gana sa pagkain, hindi makatulog, napabilis na tibok ng puso. Ang pag-abuso ng drogang ito sa mas malalaking dosis, lalo na sa pamamagitan ng inheksiyon o pagsinghot, ay higit pang nagpapahirap sa katawan. Ang pagpapahirap nito sa puso ay maaaring nakamamatay.

Halimbawa, isang kaso ng isang kabataan—isang matagalang gumagamit ng Ritalin—na bigla na lamang bumigay habang nag-iiskateboard. Namatay sa atake sa puso.

Ang inheksiyon ng Ritalin ay mayroon pang karagdagang nakatatakot na epekto sa katawan. Habang ganap na natutunaw sa tubig ang kemikal na substansiyang methylphenidate, ang mga tableta ay nagtataglay rin ng maliliit na hindi natutunaw na pampadagdag. Ang solidong mga materyal na ito ay bumabara sa mga daluyan ng dugo kapag itinurok, na nagdudulot ng seryosong pinsala sa mga baga at sa mga mata.

Karagdagan pa sa pisikal na epekto, mayroon ding seryosong pang-emosyong mga kondisyong idinudulot ng maging hindi matagalang paggamit ng drogang ito. Ang mga guni-guni at baliw na pag-uugali ay karaniwan.

Natuklasan ng isang mananaliksik sa Texas na ang paggamit ng Ritalin ay maaaring makapagpalaki sa panganib ng cancer. Natuklasan ng pag-aaral na ito na isa sa bawat isang dosenang kabataang ginagamot gamit ang methylphenidate ay nakararanas ng namamanang abnormalidad na may kinalaman sa mas mataas na panganib na magkaroon ng cancer.

PANANDALIANG MGA EPEKTO

- Kawalan ng gana sa pagkain
- Napabilis na tibok ng puso, napataas na presyon ng dugo, napataas na temperatura ng katawan
- Paglaki ng mga balintataw
- Putul-putol at magulong pagtulog
- Pagkaduwal
- Kakaiba, pabugsu-bugso at minsan ay marahas na pag-uugali
- Mga guni-guni, sobrang hindi mapakali at pagka-iritable
- Hindi mapakali at psychosis
- Mga kombulsyon, mga seizure at biglaang kamatayan mula sa matataas na dosis

PANGMATAGALANG MGA EPEKTO

- Permanenteng pinsala sa mga daluyan ng dugo ng puso at utak, mataas na presyon ng dugo na humahantong sa mga atake ng puso, mga stroke at kamatayan
- Pinsala sa atay, bato at baga
- Pagkasira ng mga himaymay sa loob ng ilong kapag sininghot
- Problema sa paghinga kapag hinithit
- Nakahahawang mga sakit at mga nana kapag itinuturok
- Malnutrisyon, pagbawas ng timbang
- Kawalan ng oryentasyon, apatiya, litong kapaguran
- Matinding na sikolohikal na pag-asa sa droga
- Kabaliwan
- Matinding kalungkutan
- Pagkasira sa utak kasama ang mga atake sa utak at posibleng epilepsy

Ang Ritalin ay humahantong sa paggamit ng iba pang droga

Natuklasan ng isang pag-aaral na sinusuportahan ng National Institute on Drug Abuse (Pambansang Instituto sa Pag-abuso sa Droga) na ang mga gumagamit ng Ritalin at iba pang katulad na droga ay "nagpakita na pinakamataas na porsiyento ng pag-abuso sa cocaine."

Dahil paglaon, sa tagal ng paggamit ay hindi na ito tumatalab, maaaring hatakin ng Ritalin ang mga gumagamit nito tungo sa mas malalakas na droga para makamit ang parehong "high". Kapag nagsisimula nang mawala ang mga epekto, maaaring bumaling sa mas malalakas na droga ang isang tao para mawala ang mga hindi kanais-nais na kondisyong

ANG KUWENTO NI KURT: Ang sikat na rakistang si Kurt Cobain ay nagsimula sa Ritalin sa edad na 7. Ang biyuda ni Cobain, si Courtney Love, ay naniwalang ang drogang ito ang nagtulak sa kanyang kalaunang pag-abuso sa mas matatapang na droga. Nagpakamatay siya gamit ang isang shotgun noong 1994. Si Love ay niresetahan din ng Ritalin bilang isang bata. Inilarawan niya ang karanasan sa ganitong paraan: "Kapag bata ka at nakainom ka ng drogang ito na nagpaparamdam sa iyo nang ganoon [masayang-masaya], saan ka pa babaling kapag nasa edad ka na?"

nagtulak sa kanyang gumamit ng droga sa una.

Ang Ritalin mismo ay hindi humahatak sa tao patungo sa ibang droga: gumagamit ng mga droga ang mga tao para mawalan sila ng hindi kanais-nais na mga sitwasyon o pakiramdam. Tinatabunan ng droga ang problema nang ilang panahon (habang "high" ang gumagamit). Kapag lumipas ang "pagka-high", ang problema, ang hindi kanais-nais na kondisyon o sitwasyon ay bumabalik nang mas matindi kaysa nauna. Sa ganoong pagkakataon, maaaring bumaling ang gumagamit sa mas malalakas na droga dahil hindi na "gumagana" ang Ritalin.

Isang pag-aaral ng 500 mag-aaral sa loob ng 25 taon ang nakatuklas na iyong mga gumagamit ng Ritalin at mga kaugnay na droga ay may mas malaking posibilidad sa paggamit ng cocaine at ibang mga pampasigla sa hinaharap na buhay.

Ayon sa isang pag-aaral noong 2005, ang mga kabataang umaabuso sa mga de-resetang droga ay 12 beses na mas malamang na gumamit ng heroin, 15 beses na mas malamang na gumamit ng Ecstasy at 21 beses na mas malamang na gumamit ng cocaine, kumpara sa mga kabataang hindi umaabuso ng ganoong mga droga.

Karaniwang mga Katwiran (Huwag magpapaloko):

Maraming mga katwiran sa paggamit sa matapang na drogang ito. Kilalanin ang mga ito para sa kung ano sila—

Mga Kasinungalingan!

- **Ginagamit ito ng lahat.**
- **Para lang ito sa pag-aaral.**
- **Ginagamit ito ng kapatid ko para sa isang diperensiya sa pag-aaral, hindi naman siguro ito ganoon kasama.**
- **Hindi ito nakaka-adik.**
- **Makokontrol mo ito. Hindi mo ito kailangang gamitin uli kung ayaw mo.**

Huwag mong hayaan ang iba—kabilang na ang mga kaibigan mo—na akayin ka sa bitag na ito.

KAMATAYAN dahil sa Ritalin

Ang matataas na dosis ng Ritalin ay humahantong sa katulad na mga sintomas tulad ng pag-abuso sa iba pang mga pampasigla, kabilang ang mga panginginig at pagkislot ng kalamnan, paranoia,* at pakiramdam ng mga insekto o mga uod na gumagapang sa ilalim ng balat.

Isang 17 taong gulang, pagkatapos na suminghot ng durog na mga pildoras ng Ritalin at nananatiling gising nang ilang araw, ay nabaliw, pinatay ang kanyang mga magulang at sinugatan

ANG KUWENTO NI MATTHEW:

Si Matthew ay isang binatilyo na gumagamit ng Ritalin nang 7 taon. Siya ay biglang namatay noong Marso 2000. Kahit na wala siyang kasaysayan ng mga sakit sa puso, isiniwalat ng awtopsiya ang malinaw na mga palatandaan ng pagkasira ng maliliit na daluyan ng dugo. Sinabihan ang kanyang mga magulang ng isa sa mga medikal na tagasuri na ang puso ng isang malusog at nasa edad na lalaki ay tumitimbang nang halos 350 gramo. Ang puso ni Matthew ay tumimbang ng 402 gramo. Ang sertipiko ng kanyang kamatayan ay nagsasaad na: "Kamatayan sanhi ng mahabang-panahong paggamit ng methylphenidate (Ritalin)."

* paranoia: pagdududa, kawalan ng tiwala o takot sa ibang tao.

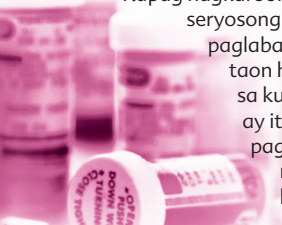
nang malubha ang kanyang mga kapatid na lalaki at babae gamit ang isang palakol. Isang 14 taong gulang, na gumamit ng Ritalin simula noong siya ay 7 taong gulang, ay nambugbog ng isa pang batang lalaki hanggang sa mamatay ito gamit ang isang baseball.

Ang Ritalin ay maaaring magdulot ng pananalakay, kabaliwan at iregular na tibok ng puso na maaaring humantong sa kamatayan.

ISANG KRIMEN ANG PAG-ABUSO RITO

Sa Estados Unidos, ang pag-abuso sa Ritalin ay isinasailalim sa napakahigpit na parusang kriminal sa pag-abuso rito. Ang mga parusa sa unang paglabag sa pangangalakal (kung saan ikaw ay may-sala kahit na nakibahagi ka lamang ng isa o dalawang pildoras sa isang kaibigan) ay kinabibilangan ng 20 taon sa bilibid at multa na hanggang sa $1 milyon.

Kapag nagkaroon ng kamatayan o seryosong pinsala mula sa unang paglabag, ang kaparusahan ay 20 taon hanggang habambuhay sa kulungan. Kapag ang droga ay itinurok, ito ay nagiging paglabag sa batas na may mas mabibigat na kaparusahan.



Napagtanto ko na ang interes ko sa speed at ang pagkasugapa ko rito ay nagsimula noong ako ay niresetahan ng Ritalin. Sa una ito ay tuwing Sabado at Linggo, pagkatapos ay naging araw-araw ito.

"Nagsimula akong magkaroon ng mga guni-guni ng mga ibong lumilipad sa himpapawid, mga pakiramdam ng mga tao na nasa sa parehong kuwartong kinalalagyan ko kahit na mag-isa ako, at ang mga simula ng paranoia. Inubos ko ang buong reseta ng Dexedrine [ng kaibigan ko] sa loob ng isang linggo. Pagkatapos ay bumalik ako sa aking Ritalin at nagpatuloy mula roon.

"Wala akong masyadong matandaan sa ika-12 na baitang. Ngunit naaalala ko ang napakatinding kalungkutan at ang kawalan ng kakayahang maintindihan kung ano ang totoong dahilan kung bakit naging mas malala ako sa paaralan. Halos hindi ako nakapagtatapos, at wala talaga akong plano para sa kolehiyo.

"Sa huling sandali ay nagpatala ako sa lokal na kolehiyo. Nagawa kong mamalaging hindi gumagamit ng halos 17 araw bago nasapawan ng pangangailangan sa speed ang lahat. Pumasok ako sa klase sa loob ng isang linggo, at miserable akong bumagsak." — Sam

Ang Katotohanan Tungkol sa Mga Droga

Ang mga droga ay mga lason. Ang dami na ginamit ang makatitiyak sa resulta.

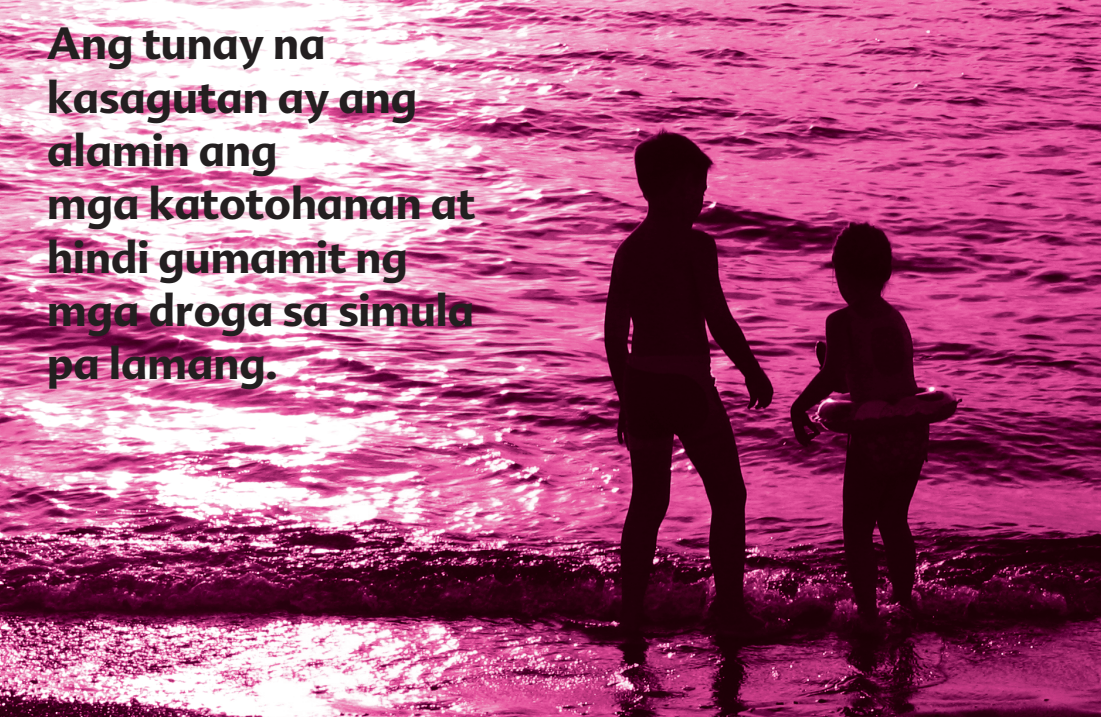
Ang kaunti ay nagsisilbing pampasigla (nagpapabilis sa iyo). Ang mas marami ay nagsisilbing sedatibo (pinababagal ka). Ang mas marami pa ay nakalalason at maaaring makamatay.

Ito ay totoo sa kahit anumang droga. Tanging ang daming kinakailangan para makamit ang epekto ang naiiba.

Ngunit maraming droga ang may ibang panganib: ang mga ito ay direktang nakaaapekto sa isipan. Maaaring pasamain ng mga ito ang pag-unawa ng gumagamit sa nangyayari sa kanyang paligid. Bilang resulta, ang mga kilos ng taong iyon ay maaaring maging kakaiba, hindi makatwiran, hindi naaangkop at maaari pang mapanira.

Hinaharangan ng mga droga ang lahat ng mga pandama, ang mga kanais-nais ay pinapalitan ng mga hindi kanais-nais. Kaya, habang nagdudulot ng panandaliang tulong sa pagpapaginhawa ng sakit, tinatanggal din ng mga ito ang kakayahan at kalistuhan at pinalalabo ang pag-iisip.

Ang mga medisina ay mga drogang inilayon para mapabilis o mapabagal o mabago ang isang bagay tungkol sa paano gumagana ang iyong katawan, para subukang mapahusay ang paggana nito. Minsan ay kinakailangan ang mga ito. Ngunit ang mga ito ay mga droga pa rin: kumikilos ang mga ito bilang mga pampasigla o mga sedatibo, at ang sobra ay makamamatay sa iyo. Kaya't kapag hindi mo gagamitin ang mga medisina tulad ng kung papaano dapat gamitin ang mga ito, maaaring maging kasing-panganib ng ilegal na mga droga ang mga ito.


Ang tunay na
kasagutan ay ang
alamin ang
mga katotohanan at
hindi gumamit ng
mga droga sa simula
pa lamang.

BAKIT GUMAGAMIT NG DROGA ANG MGA TAO?

Gumagamit ng droga ang mga tao dahil may gusto silang baguhin sa buhay nila.

Heto ang ilan sa mga dahilan sa paggamit ng mga droga na ibinigay ng mga kabataan:

- Para makibagay
- Para "makatakas" o makapag-relaks
- Para mapawi ang pagkabagot
- Para maging parang matanda
- Para magrebelde
- Para mag-eksperimento

Akala nila na ang mga droga ay solusyon. Ngunit kalaunan, ang mga droga ang nagiging problema.

Mahirap mang harapin ang mga problema, ang mga kalalabasan ng paggamit ng droga ay palaging mas malala kaysa sa problemang sinusubukang lutasin sa paggamit ng mga ito. Ang tunay na kasagutan ay ang alamin ang mga katotohanan at hindi gumamit ng mga droga sa simula pa lamang.

MGA SANGGUNIAN

Drug Enforcement Administration Fact Sheet on Prescription Drug Abuse

Monitoring the Future—National Results on Adolescent Drug Use, Overview of Findings 2007, National Institute on Drug Abuse

U.S. Dept of Health & Human Services, Testimony by Nora D. Volkow, MD, before the Senate Judiciary Subcommittee on Crime and Drugs, 12 Mar 2008

Emergency Department Visits Involving ADHD Stimulant Medications, Substance Abuse and Mental Health Administration, 2006
United Nations Office on Drugs and Crime

"Millions Have Misused ADHD Stimulant Drugs, Study Says," Shankar Vedantam, *Washington Post*, 25 Feb 2006

"NIDA InfoFacts: Stimulant ADHD Medications—Methylphenidate and Amphetamines," National Institute on Drug Abuse

Vanderbilt University Psychology Dept.

The Harvard Crimson Center for Substance Abuse Research

Novartis (Ritalin description)

University of Texas Medical Branch, Galveston

University of Indiana Prevention Resource Center

Royal Canadian Mounted Police

New York University Health Center

The Family Council on Drug Awareness

PHOTO CREDITS: Pages 4 and 5: istockphoto.com/Matty Symons; Page 11: Itar-Tass

Milyong mga kopya ng mga booklet na tulad nito na mababasa sa 22 wika ay ipinamahagi sa mga tao sa buong mundo. Sa pagsulpot ng bagong mga droga sa mga kalsada at mas maraming impormasyon tungkol sa kanilang mga epekto ang nalalaman, dinaragdagan ng impormasyon ang mga booklet na nagawa na at lumilikha rin ng mga bagong booklet.

Ang mga booklet na ito ay inilalathala ng Foundation for a Drug-Free World, isang hindi kumikitang organisasyon na nakalaan para sa pampublikong benepisyo na nakasentro sa Los Angeles, California.

Ang Foundation ay nagbibigay ng pang-edukasyong materyales, payo at koordinasyon para sa pandaigdigang network nito para sa pag-agap sa paggamit ng droga. Nakikipagtulungan ito sa mga kabataan, mga magulang, mga tagapagturo, mga organisasyon ng mga boluntaryong manggagawa at mga ahenteng pang-gobyerno—sinumang may interes sa pagtulong sa mga taong mabuhay nang malaya mula sa pang-aabuso sa droga.

MGA KATOTOHANANG KAILANGAN MONG MALAMAN

Ang booklet na ito ay isa sa mga serye ng publikasyong tumatalakay sa mga katotohanan tungkol sa marijuana, alcohol, Ecstasy, cocaine, crack cocaine, crystal meth at methamphetamine, mga de-langhap, heroin, LSD at pang-aabuso sa mga inireresetang droga. Taglay ang impormasyong ito, maaaring makagawa ang mambabasa ng desisyong mabuhay nang malaya sa droga.

Para sa karagdagang impormasyon o para makakuha ng mas marami pang mga kopya nito o iba pang mga booklet sa seryeng ito, kontakin ang:

Foundation for a Drug-Free World
6331 Hollywood Boulevard
Los Angeles, CA 90028 USA

drugfreeworld.ph • e-mail: info@drugfreeworld.ph
Telepono: 1-888 NO TO DRUGS (1-888-668-6378)

© 2018 Foundation for a Drug-Free World. Sarili Ang Lahat ng Karapatan. Ang logo ng Foundation ay isang tatak-pangkalakal na pagmamay-ari ng Foundation for a Drug-Free World. Item #20841-8-FIL