

## **Dopalacze - środki aktywizujące człowieka czy legalne narkotyki?**

Doping jest to podwyższenie wydolności psychofizycznej za pomocą różnych metod i środków farmakologicznych. Doping stosują osoby, które chcą żyć na zwiększonych obrotach. Jest to wielkie marzenie- przekształcić mózg w zasilany prochami superkomputer. Ale czy rzeczywiście można żyć na dopingu bezkarnie? Jak długo? Dotychczasowe badania wykazały, że ciało nie daje się łatwo oszukać, a za złe użytkowanie po jakimś czasie wystawi słony rachunek. Do "dopalaczy" zalicza się m.in. napoje energetyczne, które powodują poprawę nastroju i poczucie większej wydolności fizycznej i psychicznej. Są one popularne wśród bywalców klubów i dyskotek. Według specjalistów, niektóre z tych substancji działają podobnie do narkotyków i mogą być bardzo niebezpieczne dla zdrowia.

W dzisiejszych czasach po tak zwane dopalacze sięgamy coraz częściej, zaczynając od tych niewinnych jak np. najczęściej kupowany w Polsce napój energetyczny- Red Bull, dodaje skrzydeł dzięki kofeinie, nikt natomiast nie wie, że uzależnia on tak jak innego tego typu rzekomo niewinne napoje, Burn albo R 20+. Zaczynając od takich napojów kończymy najczęściej na kupowanych pokątnie lekach na narkolepsję, chorobę Alzheimera lub ADHD, które stymulują mózg niejako przy okazji. Ponad połowa Polaków przyznaje się do mniej lub bardziej regularnego stosowania legalnych, sprzedawanych bez recepty preparatów pobudzających. Kupujemy ich ponad 6 mln. opakowań rocznie. Ponad połowa pijących Red Bulla to osoby poniżej 25 roku życia. Ludzie zmuszeni do długotrwałej pracy, także sięgają po dopalacze. Sportowcy, aby uzyskać lepsze wyniki w danej dyscyplinie sportowej używają napojów energetycznych, ponieważ silniejsze środki wspomagające są zakazane. A co robić, jeśli napój to za mało? Niektórzy nielegalnie sięgają po leki sprzedawane na receptę. Efektem działania tych medykamentów jest pobudzenie mózgu. Ludzie stosują te paraleki mimo wielu ostrzeżeń, iż owe wywołują efekty uboczne: depresja, agresywne zachowanie, feminizacja, zwiększenie ryzyka chorób serca, ginekomastia (częsty skutek stosowania sterydów), wysokie ciśnienie krwi, zniszczenie wątroby, nieprawidłowa praca nerek i wiele innych.

Badania nad preparatami pobudzającymi sięgają połowy lat 80, w tym właśnie czasie naukowcy opracowali mechanizm stymulowania receptorów Ampa. Glutaminian jest neuroprzebieźnikiem mózgowym odgrywającym szczególnie ważną rolę w procesach uczenia się i podczas wyęężonej pracy intelektualnej.

Dopalacze były stosowane już wieki temu. Historia literatury to dzieje dopingu. Ze środków wspomagających pracę mózgu korzystali wielcy twórcy, niestety często wysoką cenę płacili za ich stosowanie. Pewne jest to, że liczba ludzi zażywających dopalacze z roku na rok rośnie, tym samym rośnie liczba uzależnionych. Naukowcy i badacze przekonują nas, że układ nerwowy jest organem zbyt skomplikowanym byśmy mogli traktować go wyłącznie jako system przetwarzania informacji i sterować nim podobnie jak komputerem. Nikt do końca nie wie jak naprawdę działają dopalacze i do jakich skutków może doprowadzić ich zażywanie. Miejmy nadzieje, że te wszystkie wątpliwości powstrzymają chętnych do przekształcania swojego mózgu w superkomputer. Powinniśmy być bardzo ostrożni w stosowaniu wszelkich środków pobudzających. Bardzo często szczególnie młodzież wyraźnie nadużywa wszelkiego rodzaju napojów energetycznych. Pamiętajmy, że my jako rodzice musimy kontrolować, a w szczególności rozmawiać z naszymi dziećmi o ich szkodliwości, nie pozwólmy aby wszelkie środki pobudzające miały wpływ na zachowanie naszego dziecka. Kiedy zauważymy, że kupowanie tych substancji jest nadmierne i częste postarajmy się o zapewnienie pomocy, i dostarczenie rzeczowej wiedzy na temat ich szkodliwości, tak aby dziecko miało szansę konfrontacji swoich przekonań o dobroczynnym działaniu tych substancji.

Edyta Poznaniak – Helak  
Pedagog PPP w Krzyżu Wlkp.