

# Föräldraskolan

Vad du som förälder behöver ha koll på när det gäller droger





# 5 FRÅGOR OM NARKOTIKA

I sitt arbete möter Matias Hasselström nästan dagligen unga som testat narkotika eller som har fastnat i ett missbruk.

I polisens sociala medier startade han "Föräldraskolan" för att informera om narkotika och effekterna av användningen. Inläggen har nått hundratusentals läsare.

## **Varför startade du Föräldraskolan?**

– Den behövs för att kunskapen hos föräldrarna är för låg när det handlar om narkotika bland unga – hur det ser ut, vilka preparat som används och hur det fungerar. Föräldrar har inte koll på hur omfattande handeln är. Den finns i princip i alla stadsdelar. Att det är lättillgängligt är oroväckande, det är inte svårt för ungdomar att få tag på narkotika. Det finns en syn på att det skulle vara ofarligt att använda narkotika som dessvärre har fått fäste. Det finns stora vinster i att upp-

täcka narkotikaanvändningen i tid, både för den som missbrukar och för samhället.

## **Vad är det du möter i din vardag när det gäller unga och narkotika?**

– "Oj, ni tog mig första gången som jag skulle testa" är en vanlig kommentar vi möter, men det är ofta inte sant. I många fall har personen hållit på ett tag, men föräldrarna väljer att tro på sitt barn. Ungdomarna träffar vi på olika hotspots. De är där på fel tid och fel plats, med individer



som vi känner till sedan tidigare i narkotikasammanhang. Narkotikaanvändningen sker också på skoltid och då kan det vara svårt för att uppfatta vad som pågår. Vi brukar stanna till och prata och fråga om de röker. Då kan vi se tecken på om de är påverkade. De blir nervösa. De blir torra i munnen och har glansiga ögon. I 90 procent av fallen har de ocb-papper och tobakspapper i fickorna. De som går under radarn är oftast de yngsta. När vi tar fast säljare och tömmer deras telefoner får vi mängder av telefonnummer till köpare. Vi åker hem och kroppsvisiterar dem.

### Vad bör föräldrar vara uppmärksamma på?

– Var nyfikna och håll er vakna tills era barn kommer hem. Sitt gärna uppe och prata en stund. Lagg märke till om de luktar parfym, tuggar tuggummi eller om de har ögondroppar. Kolla fickorna när de sover. Och vad gör de i sociala medier – följer de drogliberala sidor kan det vara en varningssignal. Sociala medier ger utrymme för många kontaktvägar mellan köpare och säljare och är inte ofarligt. Kolla vart veckopengen går, även unga betalar med swish. Och stäm av uppgifter med andra föräldrar – unga som använder narkotika blir experter på att ljuga.

### Vad händer när polisen upptäcker narkotika bland unga?

– Först pratar vi och tittar efter tecken på påverkan, till exempel muntorrhet. Om personen är inne i ett rus kan det vara svårt att föra ett samtal, men ögonen avslöjar mycket – pupillerna kan vara stora eller små. Om vi har en skälig misstanke beslutar vi om kroppsbesiktning. Då tar vi med ungdomen, oftast i bilen. Vi visiterar dem och om vi anträffar narkotika och rizzla-papper tar vi med dem till polisstationen. Om de är under 18 år kontakter vi föräldrarna, så att de kan medverka vid förhör. Har de narkotika på sig kan det hända att vi gör en husrannsakan, det beror på hur mycket det handlar om. Sedan kopplar vi in socialtjänsten. Ungdomar som misstänks för bruk kallas till ett möte med socialtjänsten så snart som möjligt. Vi tar också urinprov, men det kan bli aktuellt med blodprov på vårdcentralen också. Efter

förhör och provtagning får ungdomen åka hem till föräldrarna och invänta besked, det brukar komma inom två-tre veckor. Vi får ett yttrande från socialtjänsten och därefter redovisas ärendet till åklagare. Ringa narkotikabrott ger böter men inte fängelse.

### Hur brukar det gå för ungdomarna?

– Familjesituationen är avgörande för hur det kommer att gå. Mycket hänger på hur föräldrarna reagerar och fortsätter hålla koll på ungdomen. Det spelar också roll vilken umgängeskrets den unga har, och vilka personer man umgås med efteråt.

På följande sidor kan du ta del av en nedkortad version av "Föräldraskolan".

### Inläggen bygger på polisens information och källorna:

- *Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning och drugsmart.com (drivs av CAN).*
- *Läkemedelsverket – narkotika*
- *beroendecentrum.se*
- *Wikipedia*
- *1177*
- *umo.se*



Matias Hasselström

# Upptäcka missbruk – rullpapper

## Föräldraskolan del 1

Hittar ni exempelvis ocb-papper eller rizzla-papper i fickorna hos era barn så är det stor sannolikhet att de har börjat röka cannabis. Under de snart 15 år som jag har jobbat som polis och anträffat detta hos ungdomar så har de vid provtagning alltid varit positiva på THC (det verksamma ämnet i cannabis). Dessa tillbehör för att kunna röka cannabis säljs i de flesta affärerna där tobak säljs. Det finns ingen åldersgräns för att köpa dem, men en önskan hade varit att de slutade sälja dessa till våra ungdomar.

I våra kommuner, liksom i många andra kommuner i Sverige, är tillgången för dem som vill köpa cannabis i form av hasch/marijuana god. Från polisens sida jobbas det på bred front med att lagföra dem som säljer och upptäcka dem som har börjat röka.



## Drogslang i SMS

### Föräldraskolan del 2

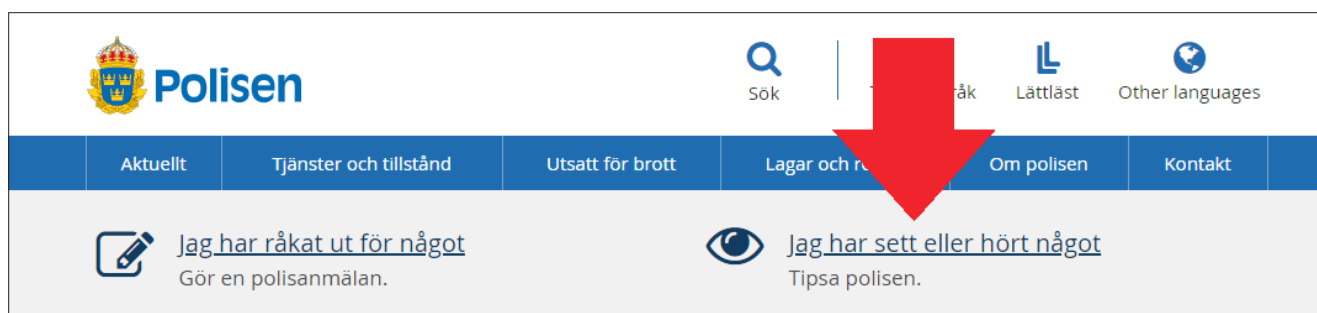
Ett vanligt sätt att komma i kontakt med tänkbara köpare av narkotika är att skicka en mängd sms. Dessa sms skickar narkotikasäljaren (becknaren, kranen) oftast till en större mängd personer och berättar vad som finns till salu.



I dessa sms används gärna diverse slanguttryck för olika preparat. Dessa meddelanden skickas så klart även genom olika sociala medier. Ett vanligt sätt att betala är via swish, även om säljarna oftast föredrar kontanter (cash, rödingar). Föräldrar, har ni koll på era barn får dessa meddelanden och vart deras pengar går?

Drogslang innehåller ord och uttryck som används av dem som vistas i drogmiljöer, dess brukare och distributörer. Här är några av dessa. Listan är inte komplett och kan säkert innehålla vissa ”stavfel”, inget att haka upp sig på.

- **Marijuana** - Grönt, W, Weed, Gräs, Skunk, dunder, Mary Jane, Marie och Anna, Indian, Blue cheese, pollen
- **Hasch** - Brunt, Afghan, Zutt, Töjj, blaze, Fett, Gås, B
- **Amfetamin** - Speed, tjack, Sho, Tjosan, ful, klet, vaket, affe, Skor, billigt, ice
- **Kokain** - Ladd, Jayo, Kola, Pulver, Snö, Schnejjf, Stenar
- **LSD** - Syra, Lucy, sås, lappar, trippar
- **Ecstasy** - MDMA - XTC, Eva, E, Erik
- **MDMA** - Ecstasy - Molly, Knappar, Glad
- **Subutex** - Båt, Fjärdis, Sub, Åtta
- **Tramadol** - Lena, Tram
- **Xanor** - Stavar, blåbär, blå, pix
- **Benzo** (Bensodiazepiner) - Habbar, bitches, flödder
- **Heroin** - häst, horse, jonk, dop, frukt, dope, h, black tar(rökheroin), smack(vitt heroin)
- **Spliff** – joint blandning cannabis och tobak
- **Femna, 5a, näve, hand, en hel, Beshlik** – fem gram marijuana/hasch
- **Kasse** – Ett kilo
- **Hegge** – Ett hekto



## Narkotika i skolan – tipsa polisen

### Föräldraskolan del 3

På platser där många ungdomar och unga vuxna befinner sig dyker också individer som säljer narkotika upp. Skolorna är sådana platser, vilket oroar mig. De som vill sälja narkotika är inte dumma och rekryterar gärna personer som själva går på skolorna för att sälja. Detta gör att försäljning kan pågå utan att någon vuxen reagerar.

I många fall är skolpersonalen helt ovetande, eftersom de inte vet vad de ska titta efter. De som har bäst kunskap om vilka som säljer på skolorna är eleverna själva. Tyvärr är det inte ofta någon elev som lämnar denna information till oss inom polisen. En anledning kan vara att man inte vill riskera att de som säljer får reda på att man har berättat (golat) för polisen.

Det är många som inte vet att man kan tipsa polisen och vara helt anonym. Ni föräldrar som har barn som går på högstadiet eller gymnasium – fråga era barn, och får ni fram information, tipsa oss gärna. Med deras ögon kan vi göra stor skillnad, tror jag. På våra skolor får det inte finnas narkotika!

#### Springpojkar – unga individer som är med och hanterar narkotika

De individer som lockas till att börja sälja är oftast unga män. Individerna högre upp i narkotikahierarkin lockar dem med snabba pengar.



Och helst ska dessa unga säljare åka fast, eller på något annat sätt bli av med ett parti de skulle sälja, så att de hamnar i skuld hos de äldre. När de väl har gjort det och fått ett avsnitt i brottsregistret gällande narkotikabrott blir det inte lika lätt att komma ur detta. Många arbetsplatser som rekryterar vill gärna se ett utdrag från brottsregistret.

Alla dessa konsekvenser med att börja sälja tänker unga inte på, eftersom allt är spännande och roligt i början. Och när situationen har blivit sådan att man mer eller mindre tvingas sälja så är det för sent att ångra sig. Det är inte frågan om ifall du kommer att åka fast utan när du gör det... På fredagar är det i regel mest försäljning på våra skolor.

**På polisen.se kan du tipsa anonymt. Se den röda pilen här ovan.**





## Med livet som insats – Tramadol Föräldraskolan del 4

Tramadol är ett narkotikaklassat, smärtlindrande läkemedel. Under den senaste tiden har vi gjort beslag av den röda varianten Tramadol, med texten HAB 200 mg, som tillverkas Indien. I några av dessa röda varianter som smugglas till Sverige har man även hittat spår av fentanyl. Fentanyl är en syntetisk opioid och kan vara hundra gånger starkare än morfin, vilket gör att det lätt kan bli dödliga doser vid användning.

Tramadol missbrukas oftast ihop med andra droger, inte minst cannabis. Missbruket av Tramadol har ökat bland våra ungdomar, vilket oroar oss mycket.

### **Tecken på användning**

Långvarig användning av Tramadol kan ge heroinliknande abstinenssymtom som diarré, illamående, svettningar och darrningar och som sedan övergår i depression och ångest.

En påverkad person får små pupiller, hängande ögonlock, blir medvetandesänkt och sludrig. Vid överdos kan Tramadol slå ut andningen och leda till döden. Det kan också orsaka kramper som gör att man förlorar medvetandet.

Missbruk av Tramadol och andra opioider leder bland annat till sämre inlärningsförmåga, uppfattningsförmåga och initiativförmåga.

I ett av många forum på nätet så hittade jag denna passande text som handlar om Tramadolmissbruk:

”F... opiater, morfin, fentanyl, Oxy all sådan skit är SKIT. Ni dör ju för i helvete. eller blir förstoppade tills ni måste föda ut eran skit svettiga och jävliga på toaletten och ni undrar svettiga, darriga och panikslagna varför ni gjorde det här mot er själva.”

## De lömska små blå – Xanor (Alprazolam)

### Föräldraskolan del 5

Ett annat narkotikaklassat preparat som vi ser allt mer av är Xanor (Alprazolam) och då snackar vi om den insmugglade varianten som är rund och ljusblå. Dessa tillverkas i Belgrad och kallas för KSASOL eller Xanax. Tillgången är god i våra kommuner och vi har många som säljer – och än fler som brukar dem. Kostnaden för en tablett ligger runt 10 kr/st.

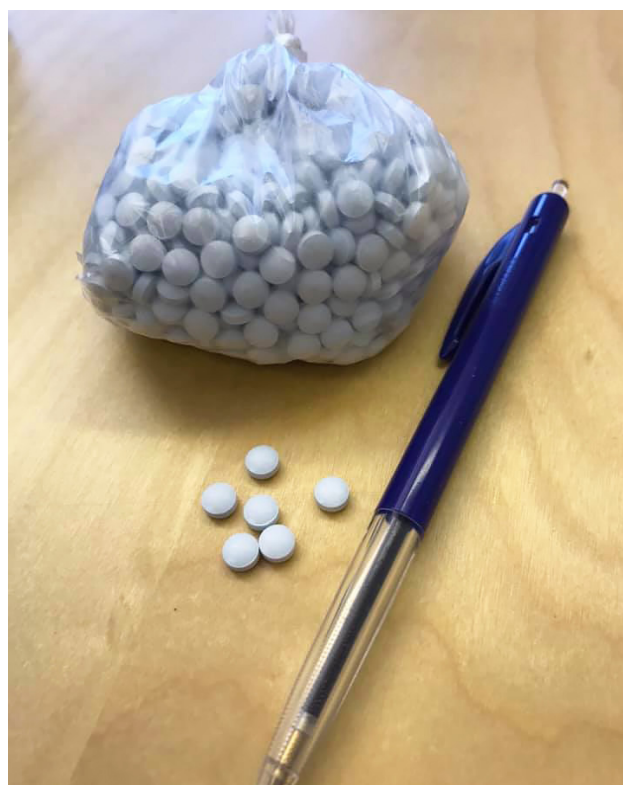
Xanor är ett narkotikaklassat läkemedel och används för att behandla ångestsymtom som oro, rastlöshet och spänningar. Xanor tillhör gruppen bensodiazepiner och verkar dämpande på det centrala nervsystemet.

Xanor är en av de starkare sorterna av bensodiazepiner. Huvudregeln är att snabba och starka preparat ger en snabbare beroendutveckling än svaga. Detta gör att många snabbt blir beroende av detta preparat. Först utvecklar man en tolerans. Kroppen har vant sig vid att man tillför preparatet och vill så småningom ha mer för att man ska uppnå samma effekt som tidigare.

När man blivit beroende och får abstinens drabbas man ofta av en ”reboundeffekt”, det vill säga att det besvär man en gång tog tablett för återkommer, ofta i högre styrka. Då är det lätt att tro att det är grundproblemet som återkommit när det i själva verket är abstinens.

En mindre lyckad blandning är när man tar Xanor tillsammans med alkohol. Vid flera grövre våldsbrott som vi hanterat så har gärningspersonen varit påverkad av alkohol samt Xanor. Det är även vanligt att man missbrukar Xanor ihop med andra droger.

Användning av Xanor kan orsaka dåsighet, huvudvärk, trötthet, yrsel, irritabilitet, koncentrationssvårigheter, ökad salivering, muntorrhet,



**Delar av ett Xanor-beslag.** Påsen på bilden innehåller 1000 tabletter och väger bara 100 gram. Inte konstigt att dessa är lätta att smugla till Sverige, med tanke på att de tar så lite plats.

förändrad sexlust eller förändrad sexuell förmåga, förstoppning, illamående, förändrad aptit, viktförändring, ledvärk och svårigheter att urinera. Xanor kan även ge biverkningar av mer allvarlig art som kan kräva medicinsk vård, till exempel andnöd, kramper, svåra hudutslag, gulnad av ögon eller hud, depression, minnessvårigheter, talsvårigheter, förvirring, humörsvängningar, beteendeförändringar, självskadetankar eller -beteende, försämrad balans samt hallucinationer.

När man ska sluta med Xanor är det för de allra flesta bäst att trappa ner i långsam takt för att lindra abstinensbesvären. En nedtrappningstid på minst ett halvår är inte ovanligt, men ofta krävs det längre än så.

Kallas även för: benso, blåbär, fludder, habbar, små blå, pix.



# Tillbehören – så används de



**Cigarettpaket** är ett vanligt ställe att gömma halvuppräktade joints och andra preparat. Tuggummipaket är ett annat gömställe - många tuggar tuggummi eller använder parfym för att dölja för föräldrarna att de rökt cannabis. Jag har själv inte träffat på någon som brukar cannabis som inte först rökt cigaretter - så att få dem att inte börja röka ökar chanserna för att de inte heller ska börja med cannabis.



En **digitalvåg** för att väga upp narkotika brukar indikera att man säljer droger. Det finns ofta spår av narkotika på vågen. Personerna brukar även ha en hel del kontanter på sig. Även om stora delar av försäljningen sker via swish, så vill säljaren gärna ha kontanter.



**Rullpapper** är det vanligaste tillbehöret hos unga som röker cannabis. Har de rullpapper i fickorna innebär det nästan alltid att de brukar.



**Tramadol** hittar vi mer och mer av. Tomma förpackningar hittar vi titt som tätt och är ett tecken på att ungdomar brukar sitta och bruka tramadol.

En så kallad **grinder** används för att finfördela cannabis innan man rullar en joint. Om man öppnar den innehåller den ofta spår marijuana, den gröna varianten av cannabis.



En **halvuppräkt joint** – sparas ofta gömd i cigarettpaket.



Enkla telefoner används av langare och kan tyda på att man börjat sälja.

Små **redline-påsar** i fickorna innehåller ofta rester av narkotika.





# Snabbspåret till stora problem – amfetamin

## Föräldraskolan del 7

Många av personerna som begår så kallade mängdbrott har ett amfetaminmissbruk. De brukar vara aktiva mer eller mindre dygnet runt med att begå olika stölder, just för att kunna finansiera sitt missbruk.

Amfetaminet har en starkt uppiggande effekt och många får ökat självförtroende. Vissa beskriver det som att nackhåret reser sig. Hämningar minskar och kan ge ett ökat begär efter sex. Andra vanliga effekter/biverkningar är ökad puls, minskad hungerkänsla, snabbare andning, ökad blodtryck, retlighet, misstänksamhet, rastlöshet, ångest, sömnlöshet, delirium, vanföreställningar och psykos.

De som har använt amfetamin länge kan få ryckiga kroppsrörelser och en påverkan på balanssinnet. Det är inte ovanligt med blodsmitta om man har använt sprutor. Efter en period av amfetaminanvändning brukar de positiva effekterna försvinna och övergå till abstinensproblem.

Många av dem som jag mött som har kört hårt med amfetamin under en längre period önskar själva att de ska bli häktade för att de känner att de inte orkar längre. Efter att ha varit vakna i flera dygn an de sova flera dygn i sträck.

Amfetamin är ett vitt pulver som brukar ha nyanser av gult, rosa eller grått. Amfetaminet som vi brukar hitta är oftast lite kletigt och luktar ganska starkt. Det finns även i tablett/kapsylform. Amfetamin går att sniffa, dricka eller injicera, och ruset kan vara i flera timmar. Amfetamin tillverkas i laboratorium och smugglas till Sverige från olika länder i Europa. Priset för ett gram ligger på 150-400 kronor.

Brukar kallas för speed, tjack, billigt, skor, uppåttjack, vaket, vitt.



Många amfetaminmissbrukare lever ett liv kantat med riskfyllda situationer.

Tecken på påverkan stora stela pupiller, ofrivilliga rörelser i ansiktet, svettig blank hy, manisk, torr mun vilket gör att man smacker oftast med munnen samt slickar sig om läpparna.

Andra tecken: små ziplockpåsar, avklippta sugrör, spegel med pulver rester, hoprullade sedlar, injektionsverktyg, skedar med pulverrester, kreditkort som har blivit naggade i kanterna. Korta telefonsamtal liknande: ”Kan du hjälpa mig?”.

Ifall man har större mängder så förvarar man oftast detta i frysen för bättre hållbarhet. Det är inte ovanligt att de som säljer amfetamin betalar någon annan för att förvara större mängder amfetamin hos dem. Allt för att försvåra för oss poliser att hitta det. De som förvarar narkotikan riskerar att åka fast för grovt narkotikabrott om det är större mängder.

Många av dem som fastnar i ett amfetaminmissbruk far illa. De lever ett liv kantat med riskfyllda situationer och har svårt att få rätt hjälp med att komma ur sitt missbruk. Ibland blir det några månaders paus då de sitter i fängelse, men när de släpps ut så hamnar de ofta i ett missbruk igen. Inte nog med att deras tillvaro i perioder är ett rent helvete, så blir de dessutom kallade för ”jävla knarkare” eller pundare och behandlas allt för ofta som om de inte var värda något.

# Cannabis – starkare än förr

## Föräldraskolan del 8

Den absolut vanligaste drogen vi gör beslag av är cannabis i form av hasch och marijuana. Många beslag gör vi på ungdomar och unga vuxna.

Hos ungdomar kan användningen märkas genom mindre intresse för skolan. Morgontrött. Konstiga meddelanden till sin telefon/dator. Nya och okända kompisar. Kan inte redovisa vart pengarna tar vägen, konstiga swishbetalningar. Drar sig undan och har hemligheter. Kläder luktar rök/cannabis. Har märken eller affischer med marijuanalöv. Argumenterar för att cannabis ska legaliseras. Har attribut för att röka cannabis i fickorna, så som rullpapper. Många unga är morgontrötta och skoltrötta, och enbart dessa två faktorer behöver ju inte betyda att de har börjat med droger.



Jag har flera gånger kommit i kontakt med unga vuxna som började röka cannabis under tonåren. Många av dem har fastnat i rökande. Vissa bor fortfarande hemma hos sina föräldrar och har svårt att ta tag i sin tillvaro; att söka jobb eller läsa upp betygen.

Haschet tillverkas genom att gnida blomman/växtdelar mellan handflatorna. Kådan fastnar på händerna och rullas till bollar eller kakor. Eller genom att skaka plantan över ett finmaskigt nät. Kristaller faller av bladen och blommorna, hamnar under nätet och pressas till kakor. Färgen och konsistensen kan variera från ljusbrun och hård till mörkbrun och mjukare. Kvalitén och styrkan kan variera, då det ibland blandas ut.

När det gäller marijuana så brukar vi göra beslag av torkade delar från blomknoppen från plantan (kallas ibland för skunk). Men det kan även vara torkade blad eller andra delar av plantan. Varje år hittar vi odlingar hemma hos personer i våra kommuner. Priset kan variera från 50-150 kronor grammet, beroende på mängd och sort.

Grönt brukar generellt vara dyrare än brunt.

Både hasch och marijuana röks för det mesta i pipa, bong eller som handrullade cigaretter och haschet blandas gärna ut med tobak. Man blir påverkad väldigt snabbt. Ruset varar i cirka fyra timmar och är intensivast under 15-30 minuter.

All cannabis luktar starkt och lukten är svår att dölja. Vi som har hanterat cannabis många gånger känner igen lukten omgående och brukar kunna hitta det genom lukten när det ligger dolt.

I dag är cannabisprodukterna mycket starkare än förr. Det verksamma ämnet tetrahydrocannabinol (THC) ger upphov till ruset och genom förädlingar får man fram plantor med mer THC i. THC tar längre tid för kroppen att bryta ned än till exempel alkohol. Det finns fall då personer efter två månader haft spår av THC kvar vid provtagning.

Cannabis kan ge ett mer psykiskt beroende – drogen blir en central del i en persons tankar, känslor, aktiviteter och umgänge på ett sätt som gör det svårt att sluta. Beroendet visar sig ofta genom att man längtar efter att röka eller helt enkelt har svårt att bryta sina vanor.

Vissa känner positiva effekter av att röka cannabis: de känner sig lugnare, somnar lättare, det ger smärtlindring och ångest försvinner. Men cannabisbruk är inte riskfritt. Studier pekar på att det påverkar hjärnan, och särskilt hos ungdomar eftersom deras hjärnor inte är färdigutvecklade. Ju mer omogen hjärnan är, desto större blir skadorna på hjärnans så kallade kognitiva funktioner, till exempel sämre förmåga att hantera komplex information och sämre korttidsminne. Dessa skador har även upptäckts hos barn till mödrar som rökt under graviditeten.

Symptom på cannabispåverkan: höjd puls, muntorrhet, rödsprängda ögonvitor, glansiga ögon, vidgade pupiller, hängande ögonlock, hunger/sötsug, pratig, fumlig, sluddrigt tal, sömning, inbundenhet, fnittrig. Och mindre vanliga: vanföreställningar, hallucinationer, ångestattacker och paranoidea tankar.



# Alkohol – skapar offer och förövare

## Föräldraskolan del 9

Efter helgens festande är det många som vaknar upp bakfulla, vissa med ångest. De som brukar ha mest ångest är de som vaknar upp i en cell i en polisstation.

När ungdomar dricker händer det att de hamnar i riskfyllda situationer eller råkar illa ut. De kanske själva blir förövare eller brottsoffer - eller så testar de saker som de kanske inte skulle ha gjort annars.

De som inte vill dricka alkohol uppfattas fortfarande av vissa som konstiga och kan lätt hamna lite utanför. För unga kan det vara svårt att stå emot grupptricket.

Generellt möter vi unga som druckit alkohol i 15-årsåldern och uppåt, men ibland också yngre. Det är särskilt vanligt vid skolavslutningar, festivaler och under helger - till skillnad från exempelvis cannabisrökande som sker även under andra tidpunkter. Om man vet att ens tonåring ska ut en helgkväll är det bra att själv hålla sig nykter och vara beredd att åka och hämta.

Som förälder är det sannolikt att ens barn någon gång testar alkohol. Då kan det vara bra att fråga var de fått tag på alkoholen. Vi tar gärna emot tips gällande misstänkt langning via [polisen.se](http://polisen.se). Det finns rätt många som tjänar pengar på att åka utomlands för att köpa stora mängder alkohol för att sedan sälja detta privat i Sverige. Vissa har riktat in sig på att sälja till ungdomar. En flaska starksprit som säljs på detta sätt brukar ligga runt 100 kronor.

Alkoholen förstärker ofta det känslomässiga grundtillstånd personen befinner sig i för tillfäl-

let, därför är det svårt att förutse hur en person ska reagera under ett rus. Exempel på symptom: sluddrigt tal, luktar alkohol, högljudd, pratsam, tyst, arg, glad, trött, vinglig gång, visar långfinger till polisen, gör sina behov på olämpliga platser, har kebabsås i hela ansiktet, okontaktbar och övermodig. Minnesluckor i samband med alkoholförtäring kan vara ett tidigt symptom på hjärnskada. Ungdomar löper större risker, eftersom deras hjärnor är inte färdigutvecklade.

Det sägs att barn gör som föräldrar gör. Det gäller även alkoholkonsumtion. Som förälder kan det vara nyttigt att fundera på vilka signaler den egna alkoholkonsumtionen sänder ut.



Vi poliser kommer ofta i kontakt med personer som inte kan hantera alkoholdrickande. Vissa dricker alldeles för mycket, andra får personlighetsförändringar och blir aggressiva. Många våldsbrott och olyckor som sker har kopplingar till alkoholdrickande. Det är väldigt vanligt att både förövare och offer har druckit alkohol. Det ökar också risken för våld i hemmet.

Ju oftare man dricker, desto större är risken att utveckla ett beroende. Det finns siffror som pekar på att drygt en miljon personer i Sverige beräknas ha någon form av överkonsumtion. Av dem har cirka 300 000 ett direkt skadligt bruk. Cirka en miljon svenskar påverkas av att någon i deras närhet dricker för mycket. Det finns hjälp att få för den som är på väg att utveckla ett beroende. Ring 1177 eller [besök1177.se](http://besök1177.se) för att få hjälp med var du kan söka vård.

Alkohol är lagligt i Sverige och kan köpas på Systembolaget av den som är 20 år. Det är olagligt att sälja, köpa ut eller ge bort starköl, vin och sprit till personer under 20 år. Langning kan ge böter eller fängelse i upp till fyra år.

# MDMA/Ecstasy

## – risk för psykos

### Föräldraskolan del 10

Det kemiska namnet är 3,4-metylendioximetamfetamin alternativt (1-(3,4-metylendioxifenyl)-2-metyletylamin. Men det finns också helt andra uttryck: Adam, E, MDMA, XTC, puckar, bokstäver, rolls, beans, knappar, Erik, Eva Molly eller Glad.

Vi gör titt som tätt beslag av drogen MDMA som oftast går under namnet ecstasy. Det finns även ecstasytabletter som inte innehåller MDMA, och det finns en stor mängd nätdroger med liknande egenskaper.

MDMA hittar vi i tablettform, pulver och som kristaller. Tabletterna brukar vara färgglada och ha olika symboler och former, exempelvis med symbolen S för Superman.

Priset varierar. Tabletter är i regel billigast och kristaller dyrast. En tablett kostar cirka 150

kronor. Kristaller kostar cirka 1 000 kronor per gram. MDMA är en centralstimulerande drog som främst påverkar sinnestillståndet. Styrkan i olika MDMA-preparat kan variera stort. Kroppens inbyggda förmåga att reglera kroppstemperatur kan störas vid större doser, vilket kan leda till överhettning. I ett rus kan man känna eufori, ökad empati, ökad mental och fysisk energi. Man känner ökad tillit till andra människor och det kan exempelvis bli lättare att berätta om svåra upplevelser för andra. Vissa känner sig känslomässigt sammankopplade under ruset. Ruset håller i sig cirka 3-5 timmar.

**Tecken:** Stora pupiller, ökad puls, torr mun, konstiga rörelser med tungan, svettningar.

En tids MDMA-bruk kan göra att de naturliga serotonindepåerna töms och brukarna utvecklar negativa mentala symtom, som nedstämdhet, depressioner och ibland psykos. Det finns även en stor mängd andra negativa effekter.





# Brunt heroin – rökheroin

## Föräldraskolan del 11

H, brunt, Häst, Horse, harry, draken, smack, chiva, dope, brown sugar, jonk, frukt, dop, blacktar.

Heroinet utvinns från opiumvallmon och tillhör gruppen droger som kallas opiater. Vi gör främst beslag av den bruna varianten av heroin och ytterst sällan av den ”vita” varianten.

Det bruna heroinet ser ut som små gråvita eller bruna stenar/kritor men det finns även som pulver.

Oftast använder man foliepapper då man ska värma heroinet för att få i sig ångorna. Ett uttryck som finns sen lång tid tillbaka är att man ”jagar draken”. Om man hittar foliepapper med svart klet så kan det vara rester från heroinrökning. Lukten som uppstår vid rökning av heroin är stark och inte angenäm.

De flesta som ska köpa brunt heroin i våra kommuner åker till Göteborg för att köpa. Priset ligger runt 800 kronor grammet. Vissa som har fastnat i ett missbruk börjar även sälja för att ha råd med sitt missbruk. Det är inte ovanligt att heroinet göms i olika kroppshåligheter under transporten. Redan vid innehav av några enstaka gram kan påföljden bli fängelse enligt praxis.

Tecken: små pupiller (nålshuvuden), hängande ögonlock, sluddrigt tal, svårt att få kontakt, ihopsjunknen, låg puls och långsam andning.

Ruset är starkast under cirka 10 min men håller i

sig upp till sex timmar. Ruset ger en stark känsla av välbefinnande och upprymdhet. Ett heroinrus kan även ta bort ångest, tristess och smärtor. Detta gör att människor lätt utvecklar ett beroende – ibland så snabbt som efter ett par gånger. Många får en kraftig abstinens om de blir utan sin dagliga dos.

Individer som jag har träffat och som fastnat i ett heroinmissbruk har snabbt gått ner sig. De blir magra och ljusskygga. Allt kretsar kring att få tag i sin dagliga dos för att slippa bli sjuk. Efter en tids missbruk så minskar de positiva känslorna och missbrukaren måste ta större doser heroin för att uppnå samma effekt som innan.

Vanliga abstinensbesvär är att man känner sig sjuk, får problem med synen, näsan rinner, ökad puls, högt blodtryck, svettningar, diarré, smärtor i muskler och leder och sömnsvårigheter. Abstinensbesvären kan börja avta efter några dagar men kan hålla i sig flera veckor.

Dessa besvär får vi oftast se när personerna hamnar i vår arrest anhöllna för brott.

De flesta klarar inte att sluta med sitt missbruk utan professionell hjälp. Många börjar eller måste använda narkotikaklassade läkemedel som buprenorfin för att kunna sluta med heroin. Andra har berättat att cannabiserökandet har hjälpt dem att sluta med heroin.

De som missbrukar opioider som heroin riskerar att ta en överdos, vilket kan leda till andningsförlamning och dödsfall. Det finns även fall då fentanyl funnits blandad i heroin.

