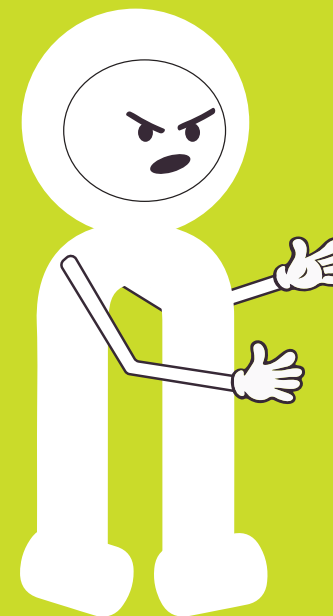




LETT OM
SENTRALSTIMULERENDE
RUSMIDLER



Nå skal vi lære om
sentralstimulerende
rusmidler.



Brosjyra er laget av URO med god hjelp fra ansatte ved GREP i Grenland, medlemmer i NFU Vestfold og Telemark og Rådgivningsgruppa i Kristiansand kommune. Vi har fått inspirasjon fra brosjyrer utviklet av Metodecenteret i Danmark og ULF, Utviklingshæmmedes Landsforbund.



FAKTA

Sentralstimuleredne rusmidler er:

- Kokain
- Amfetamin
- Ectasy



VIRKNING

Kokain, ectasy og amfetamin er rusmidler som gjør at:

Du kan bli oppkvikket.

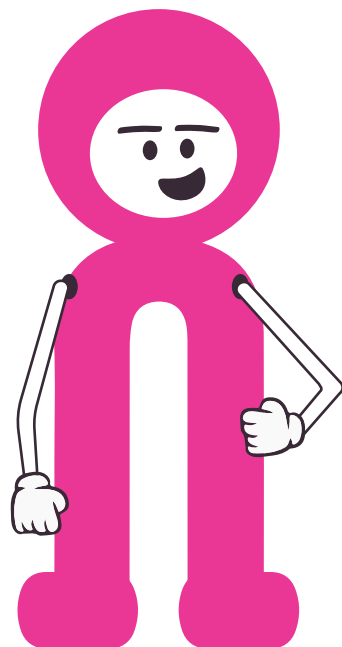


Du kan bli rastløs.

VIRKNING

Kokain, ecstasy og amfetamin er rusmidler som gjør at:

BLABLABLA
BLABLABL
BLABLABLA



Du snakker mye.

Du kjenner ikke
sult og tørst.

Du får mye energi.

Du blir veldig selvsikker.

Du kjenner ikke trøtthet.

Du opplever at lyd og lys blir sterkere.

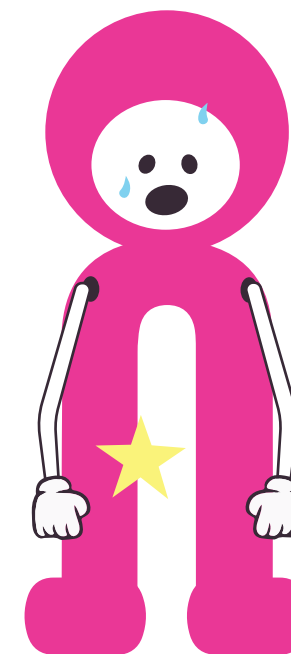
FARER

Når rusen gjør deg veldig aktiv er det fare for:

For lite væske i kroppen, fordi du glemmer å drikke vann.

Du får hetslag.

Du kan få feber.



Du kjenner
uro i kroppen.

Du kan få angst.

Du kan få overbelastning i muskler og kramper.

FARER

**Du kan høre stemmer som ikke er der i virkeligheten.
Du kan se ting som ikke er der i virkeligheten.
Det kalles hallusinasjoner.**



**Rusmidlene kan gjøre at du ikke sover på flere døgn og glemmer å spise.
Du kan bli psykotisk.**

Det betyr at du kan se eller høre ting som ikke er der.
Det betyr at du kan bli veldig redd.

Du tror du blir forfulgt.

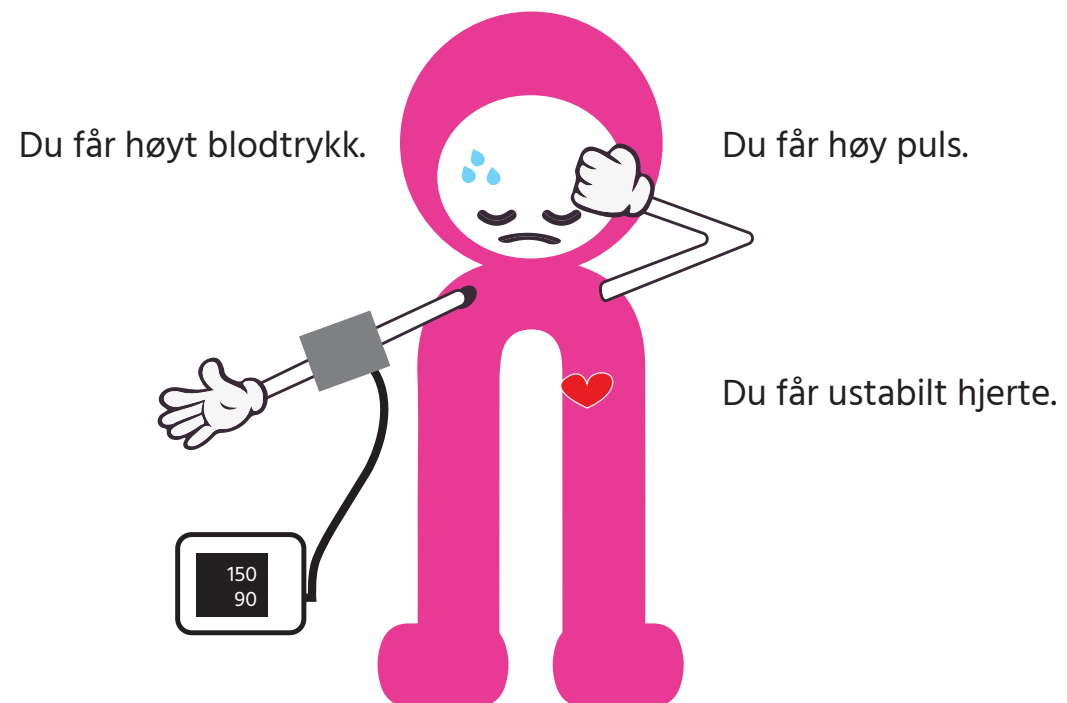
Tankene dine er rare.

Du opplever virkeligheten som rar.



SKADER

Hvis du tar mye stoff, kan du bli forgiftet.
Tegn på forgiftning:



Andre tegn på forgiftning:

Du blir varm
og får feber.

Du blir kvalm.



Du får hodepine.

Du blir svimmel.

AVHENGIGHET

Når du slutter å bruke kokain, ecstasy eller amfetamin kan du oppleve:

Du mister lysten til å gjøre ting.

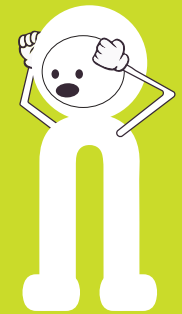
Du kan oppleve søvnløshet.

Du kan bli trist.



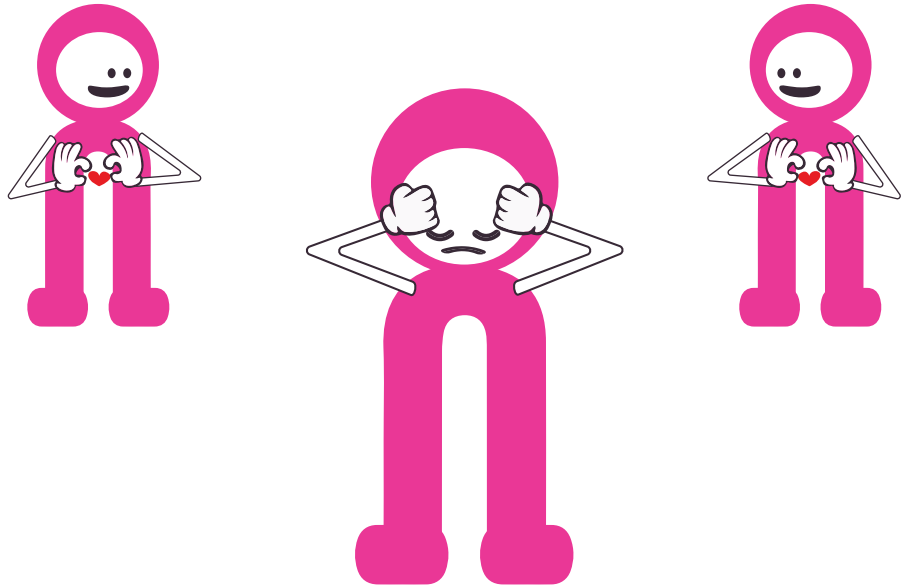
Du kjenner uro.

Du kan få angst.



HJELP

Bruker du narkotika og vil slutte.
Det kan være lurt å be om hjelp.
Snakk med en du stoler på.
Du kan snakke med fastlegen.
Du kan snakke med rusteam i kommunen.



LES MER:

Om Uro:

lettomrus.no

Om rus:

rusinfo.no

rusfeltet.no

Om utviklingshemming:

naku.no