Ungas frågor och svar på Drugsmart

Förebygg.nu 2021

Lisa Lennartsdotter Ermann

Samordnare

Lisa.lennartsdotter.ermann@can.se

Vilka är CAN?

- Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning
- Nationellt kompetenscentrum inom ANDTS-området
- 50 medlemsorganisationer
- Överenskommelse med Socialdepartementet

Varför finns CAN?

- Alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel orsakar stora skador för individer och samhälle.
- För att förebygga skadorna behövs samhällsåtgärder som utgår från kunskap och fakta.

C·A·N

C·A·N

Drugsmart

- Målgrupp 13-19 år
- 70 000 besökare/ månad
- Faktasidor
- Råd och stöd
- Personliga berättelser
- Vanliga frågor och svar (FAQ)

Drugsmart

- Målgrupp 13-19 år
- 70 000 besökare/ månad
- Faktasidor
- Råd och stöd
- Personliga berättelser
- **Vanliga frågor och svar (FAQ)**

drugsmart

På Drugsmart hittar du information om alkohol och andra droger. Om du inte hittar den information du söker kan du ställa en anonym fråga till våra experter.

FAKTA

Här kan du hitta information och vanliga frågor och svar om droger och samhället. Du kan också hitta information om olika preparat som alkohol, tobak och cannabis.

FÅ HJÄLP

Här finns det information för dig som har missbruk i familjen. Du kan till exempel läsa mer om stödgrupper och hitta en stödgrupp där du bor. Här kan du också ställa en

ENGAGERA DIG

Här kan du engagera dig i drogfrågor. Local Hero hjälper ungdomar att själva planera och genomföra roliga drogfria aktiviteter och projekt. Du som är lärare kan hitta material

C·A·N

Fakta

ALKOHOL OCH ANDRA DROGER

ALKOHOL

AMFETAMIN

CANNABIS

DOPNING

ECSTASY

GHB

HEROIN

KAT

KOKAIN

LÄKEMEDEL

LSD OCH ANDRA HALLUCINOGENER

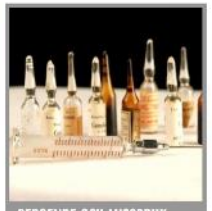
NÄTDROGER

SNIFFNING

TOBAK

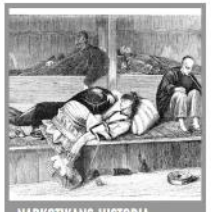
DROGER OCH SAMHÄLLET

ALKOHOLENS HISTORIA

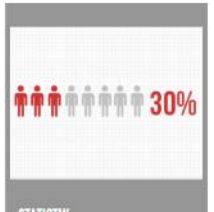

BEROENDE OCH MISSBRUK

HJÄLP OCH STÖD

LAG OCH RÄTT


NARKOTIKANS HISTORIA

PROBLEM I FAMILJEN



STATISTIK

VAD ÄR EN DROG?

Personliga berättelser

När Ida var liten valde hennes mamma drogerna före sin familj. Mamman hade ett missbruk av alkohol och heroin och kunde försvinna i perioder vilket skapade mycket oro för övriga i familjen. Ida och hennes pappa har alltid varit öppna och pratat om sin situation, de har berättat för lärare och andra som har undrat. I filmen berättar Ida om sin uppväxt men även om vad hon gör idag för att må bra och om framtidsdrömmar.

Problem i familjen under uppväxten

- Filmer med intervjuer
- Bloggar

drugsmart

På Drugsmart hittar du information om alkohol och andra droger. Om du inte hittar den information du söker kan du ställa en anonym fråga till våra experter.

FAKTA

Här kan du hitta information och vanliga frågor och svar om droger och samhället. Du kan också hitta information om olika preparat som alkohol, tobak och cannabis.

FÅ HJÄLP

Här finns det information för dig som har missbruk i familjen. Du kan till exempel läsa mer om stödgrupper och hitta en stödgrupp där du bor. Här kan du också ställa en

ENGAGERA DIG

Här kan du engagera dig i drogfrågor. Local Hero hjälper ungdomar att själva planera och genomföra roliga drogfria aktiviteter och projekt. Du som är lärare kan hitta material

C·A·N

Få hjälp

VAD ÄR DET FÖR ÄMNEN SOM GÖR ATT MAN BLIR BEROENDE AV KNARK?

Publicerad 14 maj 2014 (uppdaterad 13 januari 2020)

Abstinens Beroende

KRISTOFER ODÖ

De substanser som skapar beroende i narkotika är olika från preparat till preparat. På samma sätt är det mycket olika hur narkotikasorterna påverkar olika delar av hjärnan och dess signalsystem. Bildspelet "droger och hjärnan" ger detaljerad information kring några typer av narkotika och andra beroendeframkallande droger.

Ett exempel på något som är gemensamt för många narkotikasorter är deras förmåga att öka mängden tillgängligt dopamin i hjärnans belöningssystem vilket gör att vi känner stark tillfredsställelse. Detta förklarar inte beroendetillståndet i sig. Däremot förklarar det till stor del benägenheten att använda narkotika så ofta och under så lång tid det krävs för att hjärnan ska anpassa sig till drogens effekter. Hjärnans anpassning är en central faktor i beroendeutveckling och här finns det individuella biologiska förutsättningar som spelar en viss roll.

Man kan säga att tillförseln av beroendeframkallande droger förändrar en fysiologisk jämvikt som hjärnan alltid strävar efter för att fungera normalt. Så länge drogerna tillförs så märks inte detta så mycket men om droganvändandet avbryts så uppträder ofta det som kallas abstinenssymptom som en följd av detta. I vissa fall kan besvärliga abstinenssymptom i sig förklara fortsatt droganvändning. För att ta heroin som exempel (en starkt beroendeframkallande drog) så ger drogruset upphov till stark eufori, snabb toleransutveckling och ofta mycket svår abstinens kort inpå rusets avklingande.

Källa:
Beroendemedicin av J. Franck & I. Nylander studentlitteratur (2015)

FLER VANLIGA FRÅGOR

Vad har missbruk för påverkan på samhället?

Vad är benzo och vilka effekter har den?

Varför är det svårt att sluta med droger?

- Stödgrupper karta
- FAQ
- Ställ själv en fråga

Frågor på Drugsmart

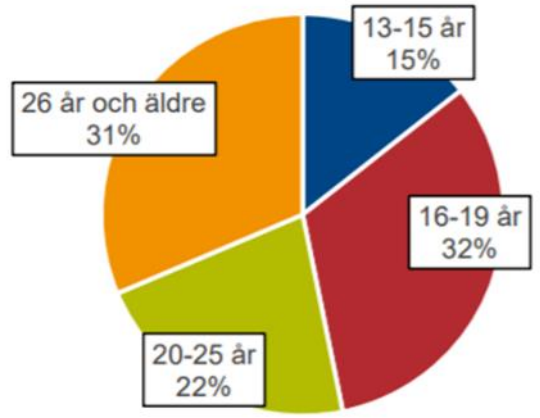
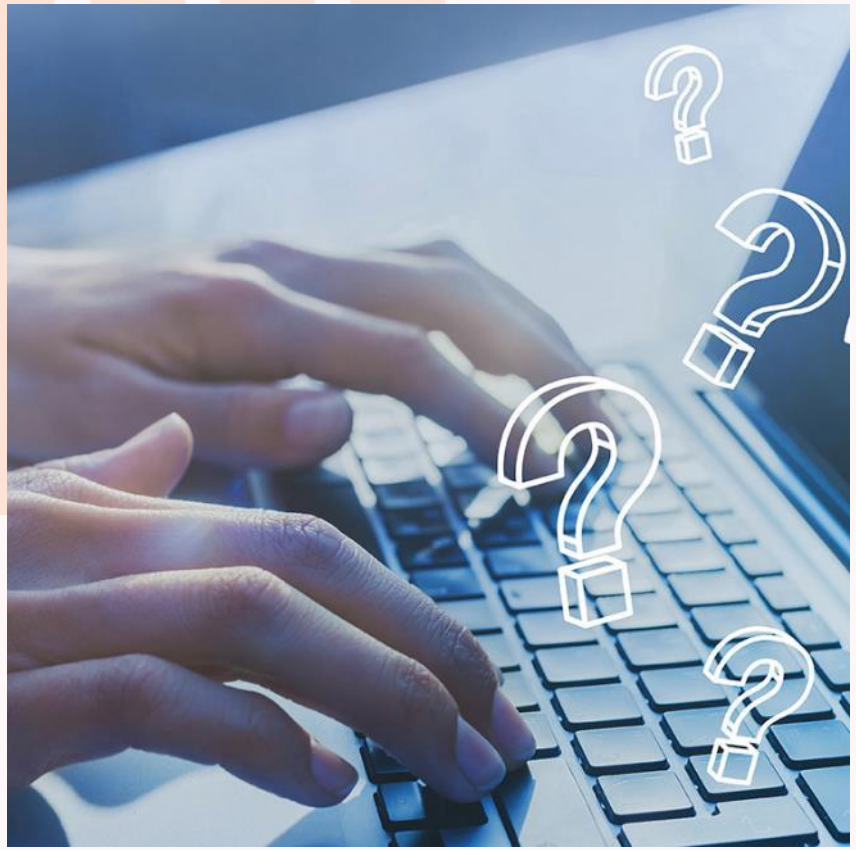


Diagram 5. Åldersfördelning på frågeställare som uppgivit sin ålder, 2018–2019.

- Drugsmarts målgrupp (tonåringar) 47 %

- Anonym
- Ålder
- En del frågor publiceras som FAQ (avidentifieras)

Ungas frågor och svar



- Översikt av drogsituationen i Sverige
- Risk- och skyddsfaktorer för tidig debut
- Debut innan 14 år, hur har de det?
- Vad frågar unga om på Drugsmart?

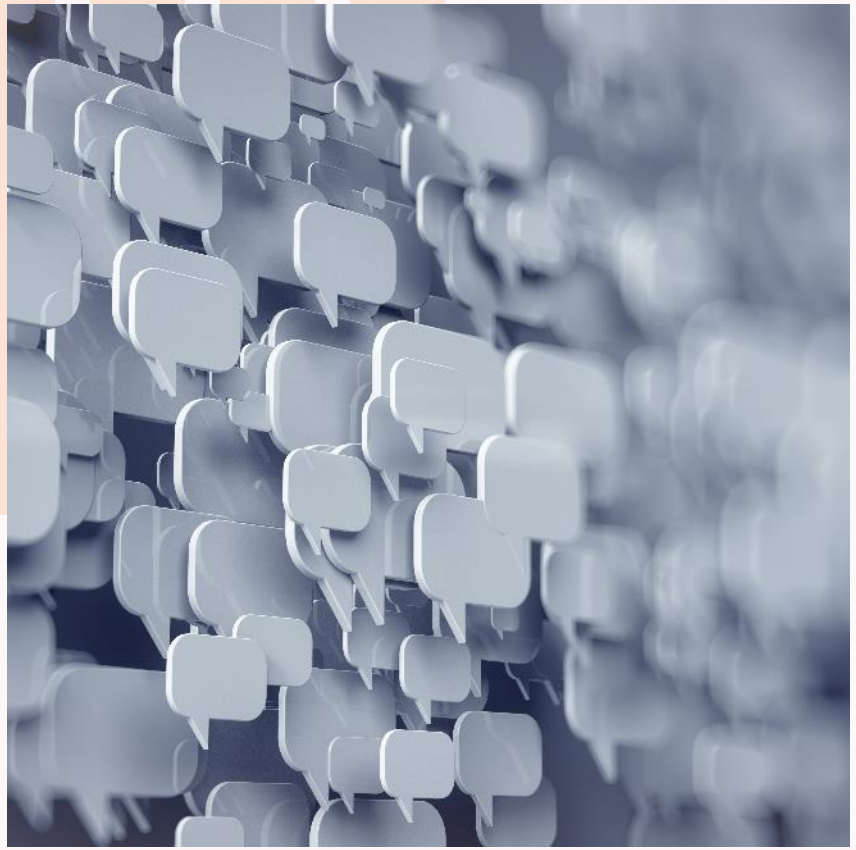
Frågor om drogsituationen i rapporten

- Finns det mer narkotika i Sverige idag än förut?
- Är det många ungdomar som använder droger i Sverige?
- Är ungdomar liberala till narkotika?
- Är det vuxna eller ungdomar som använder mest droger?

Ungas frågor och svar, CAN rapport 192

C·A·N

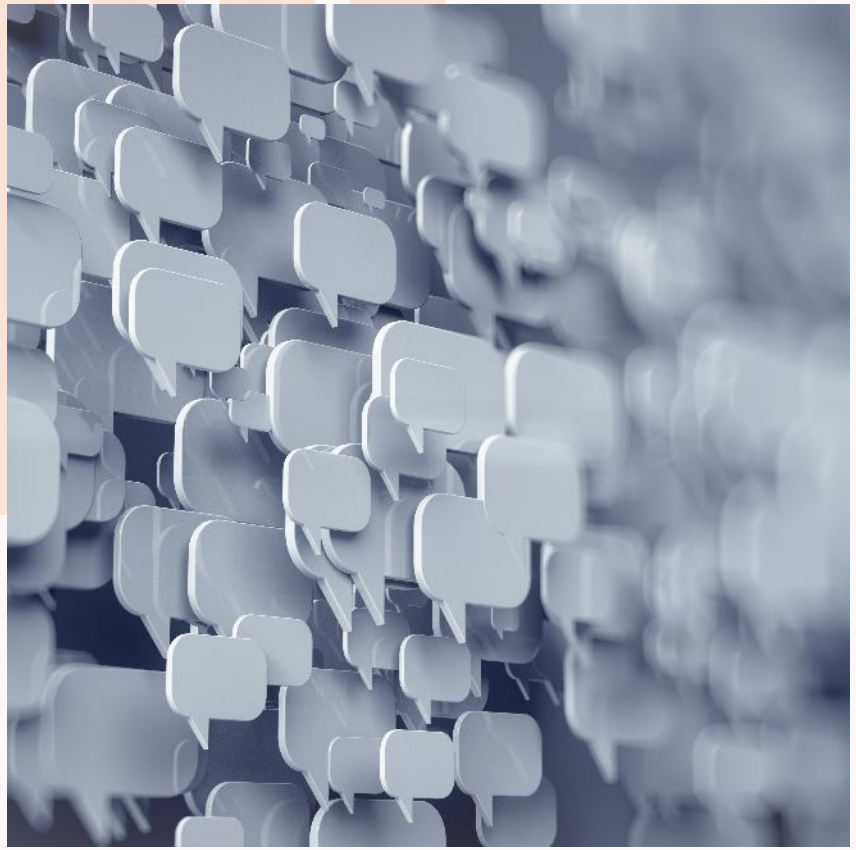
Mest lästa FAQ:erna på Drugsmart 2021



1. Vad är tramadol och varför använder ungdomar det?
2. Hur mycket måste man ha druckit för att uppnå vissa promillehalter?
3. Vad är benzo och vilka effekter har den?
4. Hur tar kroppen stryk av kokain?
5. Vad är lustgas och är den farlig?
6. Hur många promille får man ha i blodet för att köra ett fordon?
7. Är det farligt att dra in lustgas?
8. Vilken är den farligaste drogen?
9. Vilka organ i kroppen skadas när du använder narkotika?
10. Vad gäller om en 18-åring serveras alkohol i privata sammanhang?

C·A·N

Mest lästa FAQ:erna på Drugsmart 2021



1. Vad är tramadol och varför använder ungdomar det?
2. Hur mycket måste man ha druckit för att uppnå vissa promillehalter?
3. Vad är benzo och vilka effekter har den?
4. Hur tar kroppen stryk av kokain?
5. **Vad är lustgas och är den farlig?**
6. Hur många promille får man ha i blodet för att köra ett fordon?
7. **Är det farligt att dra in lustgas?**
8. Vilken är den farligaste drogen?
9. Vilka organ i kroppen skadas när du använder narkotika?
10. Vad gäller om en 18-åring serveras alkohol i privata sammanhang?

C·A·N

VAD ÄR LUSTGAS OCH ÄR DEN FARLIG?

Publicerad 24 mars 2014 **(uppdaterad 28 mars 2018)**

Boffning Dikväveoxid Euforl

KRISTOFER ODÖ

Den främsta risken med lustgas är syrebrist vid inandning vilket kan leda till medvetslöshet, tillfällig försvagning av hjärtmuskeln och att kroppens skyddsreflexer försvagas (exempelvis kräkreflexen). Riskerna med lustgas ökar vid samtidig användning av andra droger. Lustgas är inte narkotikaklassad då den inte uppfyller de villkor som ställs för att en drog ska narkotikaklassas. Det går inte att säga hur mycket man kan få i sig utan att det är farligt, det varierar från person till person samt i vilken koncentration man får i sig gasen.

Lustgas, dikväveoxid (N2O), är en färglös gas som är svagt sötaktig i smak och lukt. Gasen används som narkosmedel och lätt bedövningsmedel/smärtlindring. Namnet lustgas syftar på gasens effekt att framkalla behagliga känslor. Den första dokumenterade användningen av lustgas i medicinskt syfte (sövning) ägde rum år 1844. Det var den amerikanske tandläkaren Horace Wells (1815-48) som använde lustgas i samband med utdragning av en tand.

Idag används lustgas för att ge smärtlindring vid bland annat förlossning, tandvård och som en lättillgänglig smärtlindring i ambulanser. Det är den vanligaste formen av smärtlindring. Som enda narkosmedel (vid sövning) är lustgas otillräcklig, varför den används i kombination med andra narkosmedel. Lustgasen lindrar smärta genom att bland annat få hjärnan att minska smärtimpulserna.

Källor:
FASS
Läkemedelsverket

FLER VANLIGA FRÅGOR

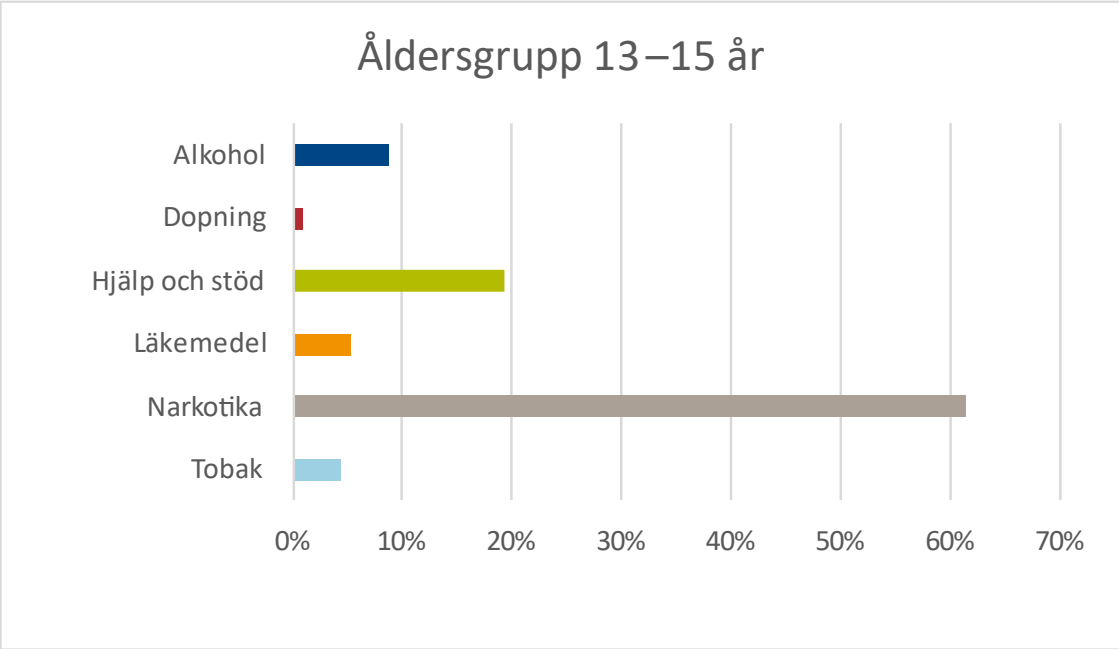
Varför börjar man att sniffa?

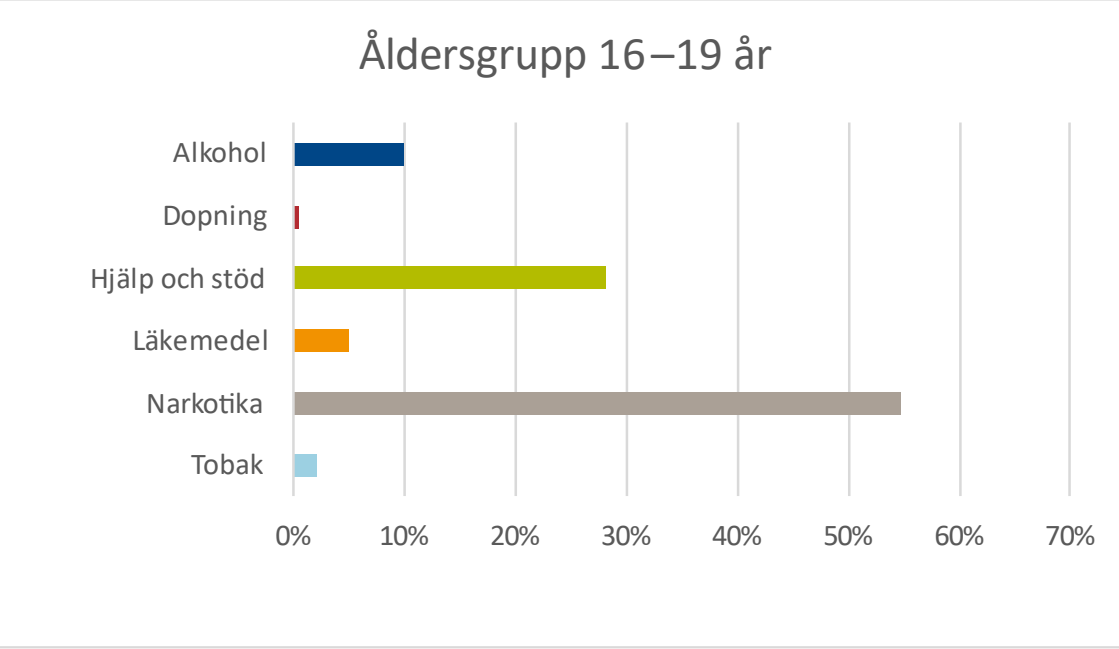
Grupptryck Sniffning

Är det farligt att dra in lustgas?

Lustgas

Frågor fördelade på ämnen fördelat åldersgrupper (2018-2019)





Frågor med svar i rapporten

- Hur många promille är det i vin och öl?
- Min bästis på 16 år röker weed hyfsat ofta även fast jag bett henne att sluta. Hon kommer hög till skolan ibland också. Vad händer om läraren men framförallt polisen skulle märka att hon är hög?
- Det är många fler som dör av alkohol än av cannabis, därför borde cannabis också vara lagligt i Sverige.

Ungas frågor och svar, CAN rapport 192

C·A·N

Frågor med svar i rapporten

- Vad ska man göra om man vet att man dricker för mycket men inte vill sluta men vet att man måste och samtidigt vill men ändå inte?
- Finns det någonstans man kan vända sig för hjälp att skära ner på/sluta dricka utan att föräldrarna kopplas in?

Ungas frågor och svar, CAN rapport 192

Frågor från ungdomar på Drugsmart 2021

- Kan man bli full av handsprit?
- Jag skriver ett pm på svenskan och har valt om att skriva om metamfetamin. Därför skulle jag vilja veta varför det är olagligt i Sverige, även varför metamfetamin har inkluderats i dessa lagar.
- Jag undrar vilka effekter drogen Ecstasy/MDMA ger på kort och lång sikt för samhället och för individen?

C·A·N

Frågor från ungdomar på Drugsmart 2021

- Jag har slutat med droger för ca 3 månader sen och får göra drogtester …. Min kille röker på varje dag. Jag undrar om det kan synas på mitt drogtest om jag tex hånglar eller har sex med han. Förstår att det kan visas ibland vid passiv rökning men är inte med han när han röker.
- Blir man beroende av kokain efter att ha sniffat det en gång?

C·A·N

Lätt att svara? Eller svårt?

Förhållningssätt

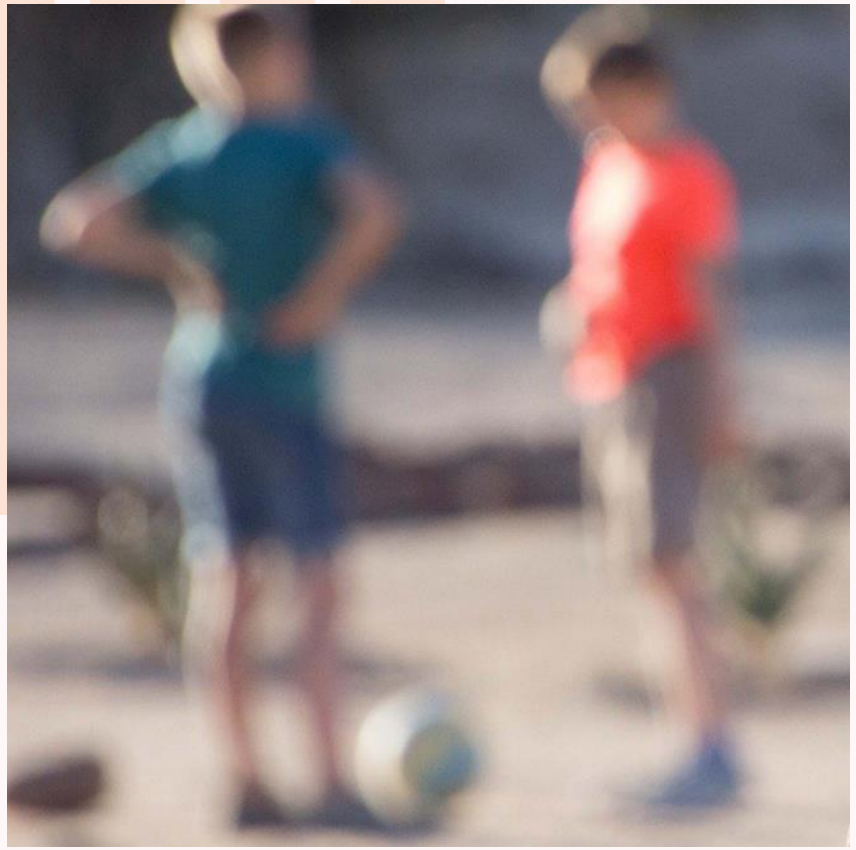
- Respektfull reflektion
- Bekräftelse
- Ett erkännande av problem kan leda vidare
- Unga har rätt att få hjälp från vuxenvärlden

- Vi ger inte medicinska råd
- Erbjuder inte behandling
- Hänvisar vidare
- Ger flera alternativ

Frågor från ungdomar

- Jag har rökt lite grääs kommer jag att dööööö nu?
- Hur mycket harsh innan min mage gör aj
- Säljer du?
- När ska ni sluta ljuga?

Drugsmart svarar på allt



- Bakom bus kan finnas en riktig fråga
- Nästa gång kanske det är på riktigt
- Svårt att avgöra om det är bus eller inte

Frågor från ungdomar

- HEj vill du bli min vän?
- Vad ska man göra om man dricker för mycket men inte vill sluta men vet att man måste och samtidigt vill men ändå inte?

Frågor från ungdomar

Hej! Min kompis är drogberoende, de är weed, tram, benzo o massa mer. Jag och några vänner har vetat det här ett tag och stöttat på alla sätt som går. Funnits där, Anmält ringt ambulansen osv. Men personen har fått oss att må extremt dåligt, manipulerat oss, varit en kass vän, ljugit och försökt få folk att börja droga. Vi har tagit beslutet att inte vara personens vän längre. Men jag är fortfarande väldigt orolig. Vi har gjort allt vi kan. Vi ska dock göra en ytterligare orosanmälan. Men vad kan vi göra mer? Kan tillägga att personens föräldrar vet om missbruket och inte bryr sig mer än att de säger ”så länge du inte tar livet av dig”-

Ålder 17

Frågor och reflektioner via chatten

Lisa Lennartsdotter Ermann
Samordnare
lisa.lennartsdotter.ermann@can.se