

Hiába kínárod, nekem nem kell!

Káros szenvedélyek az életünkben



D1 A NIKOTIN

(Szövegrészlet Dr. Rácz József – Dr. Szabó Zsolt: *Ne legyen több áldozat* című könyv 36. oldala alapján, Fővárosi Közlekedésbiztonsági Társaság, 2001.)

Hogyan hat a testre?

1928-ban sikerült szintetizálni a dohány (*Nicotiana Tabacum*) alkaloidját, a nikotint. A nikotin szintelen, lúgos kémhatású, olaj sűrűségű, jellegzetes szagú folyadék, amely fény hatására megbarnul. Az emberi szervezetbe jutva kb. tízzel megemeli a pulzusszámot. A vérnyomás először süllyed, majd emelkedik, ebből adódóan hatása előbb izgató, majd bénító. A nikotin erős mérég, halálos adagja 20-60 mg. Néhány csepp a bőrön át felszívódva már halálos mérgezést okozhat. Gyorsan öl, eszméletvesztéses állapotban rángógörccsök keletkezhetnek, és sokkos állapotban beálló légzésbénulás idézi elő a halált. Ellenszere gyakorlatilag nincs.

Hogyan hat a lélekre?

A dohányosok szerint a hatás a helyzettől függ. Stresszben feszültségoldó nyugtatóként, koncentrációt igénylő szituációkban pedig izgatószerként viselkedik. Ez arra utal, hogy a ténylegesen észlelt hatások erősen függenek a dohányos várakozásaitól, a fogyasztó aktuális állapotától, helyzetétől. Egyesek szerint a cigarettázás okozta nyugalom hamis, mindössze a nikotinhány okozta feszültség oldódásáról van szó.

Milyen veszélyekkel jár a használata?

A dohányban lévő nikotin hosszú távon szív- és érrendszeri, illetve idegrendszeri károsodásokat okozhat.

A dohányzás során a tüdőbe kerülő égéstermékek nagyban hozzájárulnak a tüdőrák, a szívelégtelenség, szívinfarktus, általános elmeszesedés, például a szívkoszorúér elmeszesedése, a bronchitis és más légúti megbetegedések kialakulásához. A cigarettázás azért veszélyesebb, mint a pipázás vagy a szivarozás, mert itt a legnagyobb a tüdőbe jutó füst mennyisége. A dohányzás nemcsak a fogyasztóra, de környezetére is veszélyes, a mások által kifújott füst mérgeanyag-tartalma miatt. A születendő gyermeket veszélyezteti, ha az anya dohányzik a terhesség ideje alatt.

D2 A KEDÉLYÁLLAPOT ELEMZÉSÉRE SZOLGÁLÓ ÁBRA

(Kurdics Mihály: *A kábítószer itt van testközelben* című könyv 132. oldala, 2zsiráf Kiadó, 1996.)



D3_DALSZÖVEG, LÁSD P4

D4 KESZEI LÁSZLÓ ANDRÁS: FEKETE VIRÁG

(Kurdics Mihály: *A kábítószert itt van testközelben* című könyv 217. oldala, Zsiráf Kiadó, 1996.)

A repülést hagyd a madarakra,
ha a magasba jutsz, az még nem mennyország,
a fű, a tű s a cigaretták
nem fejtik meg a titkok titkát.

Hamar tűnik a könnyen jött álom,
nyakadra ül majd a félelem,
ketrecét rázza a hamis szabadság
és fáj majd és üvölt a csend.

Nincs barát a bajban, ne reméld
szobád ajtaját senki sem nyitja rád,
eltűnsz, elhervadsz idő előtt,
mint a többi százezer fekete virág.

Fekete madár a rózsaszínű álom,

halál mosolyog a tűk hegyén,
a rossz füvek mérge hűtlen szerető,
ne akard, hogy fekete virág legyél.

D5

(A D.A.D.A. *Drog nélkül 1999.* programfüzet 4. oldala, Bács-Kiskun megyei Bűnmegelőzési, Kábítószerellenes- és Ifjúságvédelmi Alapítvány, 1999.)

