



**ИНФОРМИРАНИ
и ЗДРАВИ**



Европейски съюз



Европейски социален фонд

Проект BG051P0001-5.3.01-0001-C0001

„Информирани и здрави“

Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на
Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“,
съфинансирана от Европейския социален фонд на Европейския съюз

Инвестира във вашето бъдеще!



ЖИВОТЪТ Е БЕЗЦЕНЕН! НЕ ГО ЗАМЕНЯЙ ЗА ДРОГА!

**МИНИСТЕРСТВО НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО
НАЦИОНАЛНА ЗДРАВНА КАМПАНИЯ,
НАСОЧЕНА КЪМ НАМАЛЯВАНЕ УПОТРЕБАТА
НА ПСИХОТРОПНИ ВЕЩЕСТВА СРЕД МЛАДИТЕ ХОРА**



Съдържание:

1. Психотропни вещества и рискове от употребата им	1
Марихуана	2
Хероин	3
Кокаин	5
Амфетамини	7
Екстази	9
2. Как да се предпазим?	11
3. Как да помогнем?.....	12
4. Къде да потърсим помощ?	12

ЖИВОТЪТ Е БЕЗЦЕНЕН! НЕ ГО ЗАМЕНЯЙ ЗА ДРОГА!

През последните години в България се запазва тенденцията за нарастване на употребата на психотропни вещества. Увеличава се използването на стимуланти – амфетамини и вещества от типа на екстази, особено в местата за развлечение. Често срещано е схващането, че употребата на тези вещества е безвредна и към тях не се формира зависимост – това обаче не е вярно. Сред хората, употребяващи инжекционно наркотици, се откриват все повече ХИВ позитивни. Увеличават се и смъртните случаи, свързани с употребата на наркотици. Повече за причините, поради които се случва всичко това, можете да научите от тази брошура.

Опасността, която сами създаваме

Психотропните вещества оказват въздействие върху централната нервна система. Те могат да възбуджат и успокояват, да променят настроението, възприятията и мисленето. Най-често употребяваните психотропни вещества, освен алкохол и никотин, са марихуаната, амфетамините, екстази, кокаинът и хероинът.

Хората често вярват, че проблемите засягат само тези, които редовно употребяват вещества и са зависими. Истината обаче е, че **гори еднократна употреба на психотропно вещество крие много рискове:**

- **свръхдоза** – несъобразеното количество или отровните примеси във веществото могат да доведат до фатални последици;
- **инциденти** – загубата на представа за време и пространство, забавянето на реакциите, загубата на съзнание и неосъзнаването на реалността са предпоставки за наранявания, катастрофи, инциденти;
- **СПИН, хепатит В и С, сифилис** – рискът от заразяване е реален дори при еднократна инжекционна употреба;
- **заболявания** – дори малко количество психотропно вещество може да влоши състоянието на човек с хронични болести.

Редовната употреба на повечето наркотици води до трайни последици за здравето. Сред тях са рискът от **увреждания** на жизненоважни органи и системи, **свръхдоза** или **инцидент**, заразяване и развитие на **инфекции** и силна **физическа зависимост**.

Законът наказва производството, преработването, придобиването, притежанието и разпространението на наркотични вещества, освен в предвидените с разрешително случаи. Дори да имате у себе си минимално количество от забранено вещество, рискувате да получите присъда лишаване от свобода **от 1 до 6 години и глоба от 2 000 до 10 000 лева** (чл. 354а, ал.(3) от НК). В случаите на разпространение присъдите са по-високи.



Статистиката сочи,

че 8,6% от българите на възраст между 15 и 64 г. са употребили психотропни вещества поне веднъж в живота си. При младите хора, между 15 и 34 години, процентите нарастват на 16. Именно в млада възраст употребата на психотропни вещества може да има най-сериозни и дълготрайни последици.

Още по-тежки могат да бъдат пораженията върху психиката!

Психотропните вещества въздействат директно върху мозъка и могат да доведат до:

- **психическа зависимост;**
- **гепресия, параноя, агресивно поведение;**
- **затруднения с концентрацията, паметта,** способността за преценка и взимане на решения;
- **отключване на психични заболявания.**

Хората, зависими към наркотиците, имат трудности в осъществяването на нормално общуване, поведението им е насочено преди всичко към набавяне на веществото, нараняват близките си, губят приятелите и работата си.

МАРИХУАНА

Може би точно защото е най-масово употребяваното наркотично вещество в България и в световен мащаб, марихуаната традиционно е описвана като безвредна. Истината обаче е, че **марихуаната може да доведе до сериозни психически нарушения,** особено ако се употребява прекомерно или в млада възраст, преди организмът на човек да е съзрял.

Въздействие на марихуаната

Употребата на марихуана води до редица **физически прояви:** понижаване на нивото на кръвната захар, **нарушаване на координацията и забавяне на реакциите,** засилване на апетита. При проблеми със сърдечносъдовата система може да се появят **аритмия и промяна в кръвното налягане.** При мъжете се наблюдава временно понижаване на нивото на полови хормони и броя на сперматозоидите.

Марихуаната води и до **психични промени.** Обикновено хората я употребяват, защото се чувстват отпуснати, приобщени към групата, способни да общуват без задръжки. Наред с тези преживявания обаче, марихуаната може да предизвика някои нарушения:



- **когнитивни** – нарушение на краткосрочната памет и чувството за ориентация, намалена способност за концентрация;
- **емоционални** – от отпуснатост и отнесеност до безпокойство, подозрителност, обръканост, страх.

Последици при продължителна употреба на марихуана

За физическото здраве: Наблюдават се увреждания на дихателните пътища – **хроничен бронхит** и **белогробен рак**, отслабена имунна система и **намаляване на репродуктивните способности**.

За психическото здраве: При предразположени хора са възможни **депресивни състояния** и отключване на генетично заложен **психоза**. Съществува и т. нар. **амотивационен синдром** – пасивност, загуба на обичайните интереси, непродуктивност и пълна липса на амбиции.

Как животът ни се изплъзва?

Като **зависим** от марихуаната се определя човек, който отгледя толкова много от времето си за търсене и употреба на марихуана, че това се отразява на социалния и/или семейния му живот. Може да се прояви **абстиненция**, която се изразява в **безпокойство, проблеми със съня, загуба на тегло и треперене на ръцете**.

С марихуана може да се прегозира, особено в комбинация с алкохол, и да се стигне до **смушения в сърдечната дейност** и дори колабиране.

Не заменяйте живота си за марихуана!

Марихуаната няма да Ви направи нито по-щастливи, нито по-общителни. Временните приятни усещания всъщност могат сериозно да застрашат **Вашето психическо здраве**, а също и **бъдещото Ви развитие**, защото намаленото внимание при учене и работа може да доведе до **по-лоша реализация** и по-ниска позиция в обществото. Зависимостта между пушенето на марихуана и преминаването към по-тежки наркотици е мит, но все пак е най-добре да се научите да се радвате на живота без вещества. **От Вас зависи да направите своя избор навреме!**

ХЕРОИНИ

Хероинът е опиат, който действа като депресант на централната нервна система. Често неговата употреба носи **разрушителни последици за индивида и близките му**. Хероинът се извлича от опиевия мак и представлява бял или кафеникав прах. Той създава бързо силна физическа и психическа зависимост и има най-тежките абстинентни симптоми от всички наркотици.

4,1% от Всички изследвани лица в България са употребявали марихуана поне един път в живота си. 1,2% са пушили марихуана повече от 5 пъти през последната една година. Според проучване през 2011 г., учениците, на възраст 15-16 г., които са употребили канабис минимум един път през живота си, са 24,3%. 11,1% от учениците са употребявали канабис през последния месец.



Абстинентни симптоми при героин:

- повишен пулс;
- интензивно усещане за стуг;
- изпотяване;
- течащ нос;
- сълзене от очите;
- мускулни и ставни болки;
- гагене;
- разширени зеници;
- безсъние, разгрозителност и тревожност;
- свръхчувствителност към болка.

Въздействие на героина

Обикновено първият опит води до замаяност, прилошаване, гагене и повръщане. В по-малки дози героинът създава усещане за затопляне и емоционален комфорт, а по-високите дози правят употребителя сънлив и отпуснат – дишането се забавя, притъпява се усещането за болка.

Последици при продължителна употреба на героин

За физическото здраве: Героинът нанася поражения на мозъка и черния дроб, намаляват защитните сили на организма, както и сексуалното желание и възможности, при жените спира менструалният цикъл. Употребяващите рязко губят **тегло**, занемаряват външния си вид и хигиена, загубват зъбите си. Едни от най-тежките проблеми са свързани с инжектирането, което може да доведе до **заразяване с опасни инфекции** като **хепатит** и **ХИВ** или да предизвика **възпаления и абсцеси** на крайниците и увреждания на кръвоносните съдове. Особено опасни за здравето са примесите в нелегалния героин, които могат да бъдат всякакви и да предизвикат тежки отравяния и дори по-сериозни поражения от самия героин.

За психическото здраве: Повлиява се цялостният живот на човека, тъй като неговата основна цел е набавяне на следващата доза, а контактите му се ограничават в кръга на употребяващите. Наблюдават се **абсолютно безразличие, нарушения на паметта, на способността за концентрация и на интелектуалните възможности**.

Как животът ни се изплъзва?

Героинът, най-бързо от всички наркотици, води до силна **физическа и психическа зависимост**. Бързо се **развива толеранс** – зависимият има нужда от по-голяма доза, за да усети ефекта на веществото. Употребяващият е изцяло подвластен на употребата на героин и на страданието, което **абстинентните симптоми** причиняват. Те възникват



от 4 до 12 часа след приема и са изключително мъчителни: гагене, безсъние, болки.

Приемането на **свръхдоза** хероин води до неконтролируемо заспиване, загуба на съзнание, кома или **смърт**.

Не заменяйте живота си за хероин!

Хероинът разрушава личността и съдбата на човека. Често се стига до закононарушения и задържане от полицията. Преживяването на абстиненцията може да бъде много трудно, а преодоляването на психическата зависимост може да отнеме години. **През каквито и проблеми да преминава човек, хероинът няма да ги реши, а може само да съсипе живота му докрай!**

КОКАИН

Кокаинът е високорисков стимулант, който предизвиква лесно и трайно пристрастяване.

Той се извлича от листата на храста кока и преминава интензивна обработка до получаването на бяло прахообразно вещество. Възприеман е като наркотика на богатите и като средство за постигане на богрост и самоувереност. **В същото време употребата му крие сериозни рискове за физическото и психическото здраве.**

Въздействие на кокаина

Наблюдават се множество **физиологични последици**: ускоряване на пулса, повишаване на кръвното налягане и на телесната температура. Организмът работи при повишени обороти, но това води до изтощение и опасност от **хипертонична криза, мозъчен кръвоизлив и остра бъбречна недостатъчност**. Апетитът намалява, но при повишената физическа активност след приема на кокаин тялото има нужда от енергия, затова то я набавя от клетките, което **уврежда черния гроб**.



Ефекти при употребата на кокаин:

- повишени сърдечна честота, кръвно налягане, телесна температура;
- стеснени кръвоносни съдове;
- повишена честота на гишане;
- разширени зеници;
- нарушен сън;
- гагене;
- свръхвъзбуда, разгразнителност;
- потискане на апетита;
- интензивна еуфория.



Кокаинът има две химически форми – хидрохлоридна сол, или бял прах, който обикновено се смърка, и „свободна база“, или крек, който се пуши. И двете форми на кокаина, както и различните начини за употреба, крият сериозни рискове за здравето като фатални **сърдечни заболявания, безпокойство, депресивност, параноя** и безсъние. Пушенето уврежда дихателните пътища, а смъркането – носната лигавица.

Кокаинът създава усещане за енергичност и увереност. Повишава се чувствителността, временно се намалява нуждата от храна и сън. След това настъпва **пълно физическо и психическо изтощение**, тъй като изгубената енергия не може да се възстанови толкова лесно. Това кара употребителя да иска да вземе нови дози, за да се почувства отново добре. Така се стига до **омагьосан кръг, който бързо съсипе човека физически и психически!**

Последици при продължителна употреба на кокаин

За физическото здраве: Много често се наблюдават **инфаркти, болки в гръдната област и затруднения в дишането, инсулти, припадъци и главоболие, чернодробни увреждания**. Редовната употреба чрез смъркане може да доведе до загуба на обоняние, затруднения в гълтането, **възпаление и перфорация на носната преграда**. Употребата на нестерилни тръбички за смъркане и особено на банкноти води до **инфектиране с бактерии и вируси**.

За психическото здраве: Кокаинът предизвиква **ескалиращи подозрителност, безпокойство и параноя**. Може да се развие **параноична психоза** (кокаинова психоза), при която индивидът губи връзка с действителността и получава слухови халюцинации. Наблюдава се склонност към насилие и агресия. Периодите на спиране водят до **непреодолима умора, тежка депресия** и дори до **опити за самоубийство**.

Как животът ни се изплъзва?

Кокаинът безспорно предизвиква **една от най-силните психически зависимости**. Употребяващите бързо губят възможността да контролират приемането му и не могат да се справят в ежедневието без кокаин. **Абстиненцията** се проявява с **нарушения в съня, раздразнителност, депресия, безразличие** и неспособност човек да се чувства активен и щастлив без приема на кокаин. Приемането на **свръхдоза** може да доведе до **мозъчен инсулт, сърдечносъдова и белодробна недостатъчност**.



Не заменяйте живота си за кокаин!

Употребата на кокаин може да доведе до загуба на средства, конфликти и закононарушения. **Внезапна смърт от инфаркт или инсулт може да настъпи дори при първия опит с веществото** – особено ако е налице непознато наследствено прегразположение. **Кокаинът дава илюзорни сили, а реално отнема живота Ви!**

АМФЕТАМИНИ

Алфа-Метил-Фенил-Етил-АМИН, или съкратено амфетамин, е синтетично психотропно вещество, което стимулира централната нервна система.

Въздействие на амфетамините

При употреба на амфетамини се потиска чувството за умора, апетитът намалява, **повишава се кръвното налягане и се увеличава сърдечната честота**. Може да се наблюдават **главоболие, замаяност, както и стиснати зъби и скърцане с челюст**. Толерансът към веществото бързо се повишава.

Психологическият ефект е временна **свръхактивност**, чувство за щастие и самоувереност. Липсата на усещанията за умора, глад и жажда прави човек издръжлив на продължителни натоварвания. Поради това често амфетамините се употребяват в местата за забавление, където се танцува с часове. Само че, когато на организма му е отнета способността да се погрижи сам за себе си – като не му позволяваме да изпита умора или жажда – го поставяме пред огромния риск **да прегрее, да се обезводни и буквално да се сруне неусетно**. Особено опасен е съвместният прием на амфетамини и алкохол.

Изключително **опасни са комбинациите на амфетамини с групи вещества**: с кокаин и героин – създава голямо напрежение за сърцето и високо кръвно налягане; с алкохол – води до повишена агресивност, склонност към насилие и поемане на рискове; с ЛСД – увеличава ефекта на „пътуването“; с халюциногенни гъби – води до неадекватно поведение, има силно халюциногенен и силно изразен параноичен ефект.



Приемането на амфетамини и екстази повишава физическата активност за период от няколко часа, което може да доведе до прекомерно повишаване на телесната температура до 42 градуса и повече. Това състояние се нарича **хипертермия** и създава опасност от конвулсии и развиване на остра бъбречна недостатъчност. Неприемането на достатъчно течности може да доведе до остра **дехидратация**.

Последици при продължителна употреба на амфетамини

За физическото здраве: Достига се до **физическо и психическо изтощение**, сериозно **натоварване на сърцето**, потенциални рискове за сърдечностъдовата система, **голяма загуба на тегло**, замаяност и **кожни проблеми** – появяват се обриви и рани от постоянното им разчесване. При големи дози или при предразположени хора може да се стигне до **сърдечна аритмия, сърдечен удар или инфаркт**.

За психическото здраве: Подобно на кокаина, амфетаминът е стимулант, който бързо формира **силна психическа зависимост**. Редовната употреба на амфетамини води до появата на **агресия, халюцинации, параноя**. При предразположени хора могат да се отключат **остри психически разстройства** като амфетаминовата психоза, която е близка по симптоми до шизофренията.

Как животът ни се изплъзва?

Употребата на амфетамини води до **силна психическа и физическа зависимост**. Особено тежки са епизодите след употреба или **когато човек се опитва да се откаже** при вече формирана зависимост – изпитва се **изтощение, умора и депресия**.

Не заменяйте живота си за амфетамини!

Не се подлъгвайте от временния ефект на амфетамините! Дори когато първоначално наистина повишават настроението и способностите, не след дълго **страничните ефекти стават толкова тежки, че трудно се понасят**. Развлечението е по-истинско без изкуствени стимуланти! Работата и учението са много по-ефективни без лъжливото прогонване на умората, за което рано или късно плащате висока цена. Амфетамините предизвикват **хаос и объркване, което влошава резултатите Ви във всяка една област!**



ЕКСТАЗИ

Екстази са таблетки, които действат едновременно като стимулант и халюциноген и могат да доведат до трайно увреждане на мозъка и мисловните способности. Основната активна съставка е синтетичният наркотик MDMA (3,4-methylenedioxyamphetamine). Често таблетките съдържат и други съставки, които засилват действието им.

Въздействие на екстази

Екстази се възприема като хапче, което сваля задръжките в общуването, създава чувство за еуфория и усещане, че сте влюбени. То засилва чувствителността, възприемчивата и енергията. Наред с това, екстази предизвиква **повишаване на кръвното налягане, сърдечната дейност и телесната температура**. Най-честите странични ефекти включват: **гадене, втрисане, изпотяване, спонтанно стискане на зъбите, мускулни съкращения и замъглено зрение**. Може да предизвика проблеми със **съня, силна тревожност, объркване, промени в настроението и параноя**.

При употреба на екстази има **първоначален период на дезориентация** за около 30 минути, последван от **повишена физическа активност**, еуфория, липса на нужда от сън за 3 до 6 часа. След това употребителят започва да изпитва **умора и депресия или страх, паника и агресия**.

Последици при продължителна употреба на екстази

За физическото здраве: Достига се до **чернодробни възпаления, бъбречна недостатъчност и заболявания на костния мозък**.

Според проучване през 2010 г. делът на студентите с минимум една употреба на наркотик през живота си е 38,4 – 39,4%.

Делът на студентите с минимум една употреба на наркотик през последните 30 дни е 13,7 – 14,5%, а делът на тези с минимум една употреба на амфетамини през последните 30 дни е 3%. Делът на учениците на 15-16 г. с минимум една употреба на екстази през последните 30 дни е 2,2%.



Изследване в САЩ сред млади хора, употребяващи екстази, показва, че 43% от тях покриват критериите за зависимост. Това опровергава разпространеното схващане за „безвредното любовно хапче“.

За психическото здраве: Наблюдавам се прояви на **тревожност, безпокойство, раздразнителност и депресия**, нарушения в съня, загуба на апетит, липса на удоволствие от секса. Някои от тези проблеми може да са следствие на неясните допълнителни вещества, които се намират в таблетките екстази.

Как животът ни се изплъзва?

Измамните усещания за щастие, самочувствие и свобода при общуване привързват човека към многократна употреба на екстази, докато той напълно загуби способността да изпитва удоволствие без хапчето. Тогава се формира **психическа зависимост**, която променя живота. Настъпват **абстинентни симптоми** като **изтощение, загуба на апетит, депресивно настроение и проблеми с концентрацията**. Прегозирването може да предизвика **високо кръвно налягане, панически атаки** или **припадък**.

Нерядко под въздействието на стимуланти човек може да извърши неща, за които да съжалява. Стимулантите засилват сексуалната активност, което в състояние на безкритичност може да доведе до секс без предпазни средства или с партньори, които в нормално състояние не бихме допуснали до себе си. **Особено уязвими в такова състояние са жените, които често стават жертва на сексуални злоупотреби.**

Не заменяйте живота си за екстази!

Употребата на екстази води до **непреодолима умора**, настъпваща след повишената физическа активност и безсънието. Това ще затрудни нормалните Ви ежедневни дейности и дори шофирането на кола на следващия ден след приема. **Осигурете си повече време за развлечения, като запазете ума и тялото си здрави!**

Забавлявайте се така, че да можете да го направите и утре!



КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ?

Хората приемат психотропни вещества най-често, за да се забавляват, да се справят с тежък психологически стрес или за да се почувстват част от определена група. Помислете – **колко по-истинско е забавлението**, когато влагаме в него своята истинска, а не фалшиво напомпана енергия, и когато не се налага да плащаме тежката цена на разстроеното съзнание на следващия ден! **Кой проблем от реалността ще се реши от само себе си**, ако избягаме за няколко часа от него под въздействието на наркотик? **Колко ценна е за нас групата**, която вместо приятелство и съпричастност ни предлага наркотик? Всички ние сме социални същества и да сме част от група е наша естествена склонност, която ни помага да оцелеем и да се адаптираме. Но едно от най-важните неща, на които трябва да се научим, е как да разграничаваме добрата група, която е полезна за нашето развитие, от тази, чийто натиск поставя под въпрос нашето личностно съхраняване. Тази преценка е най-сигурният ни щит за устояване на груповия натиск.

Един от най-добрите начини да се предпазим е **ДА СЕ ИНФОРМИРАМЕ**. Прочетете или попитайте за въздействието и последиците от употребата на психотропни вещества. Наркотиците отгавна не са тема табу, затова разговаряйте за тях с Вашите родители, учители и хората, които Ви подкрепят. Това ще Ви направи по-самоуверени и по-малко склонни да експериментирате с неща, които могат да накарат живота да Ви се изплъзне.

Симптоми на свръхдоза с опиати:

- бавно, нерегулярно дишане;
- посиняване на устните или кожата под ноктите;
- повръщане;
- болки в гърдите, стягане, задух;
- студена или бледа кожа;
- бавен или неоловим пулс;
- загуба на съзнание;
- невъзможност пострадалият да бъде събуден.



Симптоми на свръхдоза със стимуланти:

- ускорен пулс;
- мускулни спазми, гърчовете;
- параноя, психоза, дезориентираност;
- повръщане;
- прегряване;
- загуба на съзнание;
- спиране на сърдечната дейност.

КАК ДА ПОМОГНЕМ?

Ако сте свидетели на свръхдоза:

- Обагете се веднага на телефон 112!
- Опитайте се да осъществите контакт с пострадалия и го заведете на по-спокойно място!
- Ако е в безсъзнание, проверете дали диша!

Поставете дланта си или огледалце пред носа и устата му, опитайте се да видите дали гърдите му се движат! Не прилагайте първа помощ, ако не сте обучени за това! **Обърнете пострадалия човек да лежи на една страна!**

- Проверете дали нещо не пречи на дишането му!
- Уверете се, че не е повърнал и не си е глътнал езика!

КЪДЕ ДА ПОТЪРСИМЕ ПОМОЩ?

Ако вие сте употребили наркотици или алкохол и:

- Почувствате се зле или мислите, че може да сте **прегозирали**, обагете се веднага на телефон **112!**
- Усещате, че ставате **зависими** и търсите професионална помощ, или се страхувате, че може **да посегнете на живота си** – обагете се на **0800 133 22**, Национална телефонна линия за консултации на Националния център по наркомании!

За помощ за Вас или Ваш близък **обърнете се към Национален център по наркомании**

http://www.ncn-bg.org/consult_center/

Ще **получите консултации** за рисковете от употребата на психотропни вещества, **помощ и подкрепа** в предприетите стъпки към промяна, **кризисни интервенции** и **насочване към програми за лечение** и психосоциална рехабилитация.

Консултация и съвет по всички въпроси, свързани с наркотиците и алкохола, можете да **получите на анонимната и безплатна национална телефонна линия на Националния център по наркомании: 0800 133 22** – от понеделник до петък, от 14.00 до 20.00 ч.

Животът е безценен!
Не го заменяй за дрога!



Използвани полезни източници на информация:

1. „Анализ на потребностите на целевите групи“ – Министерство на здравеопазването, проект „Информирани и здрави“, финансиран от Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“ BG051PO001-5.3.01-0001-C0001: <http://www.mh.government.bg/Articles.aspx?lang=bg-BG&pageid=468&home=true&categoryid=2566>

2. Количествено социологическо изследване „Познания и нагласи за промяна на поведението и уменията за здравословен начин на живот“, изготвено от НОЕМА за Министерство на здравеопазването, по проекта „Информирани и здрави“, финансиран от Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“ BG051PO001-5.3.01-0001-C0001: <http://www.mh.government.bg/Articles.aspx?lang=bg-BG&pageid=468&home=true&categoryid=2566>

3. „Годишен информационен бюлетин на национален фокусен център 2011. Основни данни относно употребата, трафика и разпространението на наркотични вещества, както и обществения отговор в България.“, Национален фокусен център за наркотици и наркомани.: http://anketi.info/images/folder/info_buletin_2011_mv4.pdf

Национален център по наркомани

www.ncn-bg.org

Национален фокусен център по наркотици и наркомани

www.nfp-drugs.bg

Информационен сайт на Асоциация „Солидарност“

www.drugsinfo-bg.org

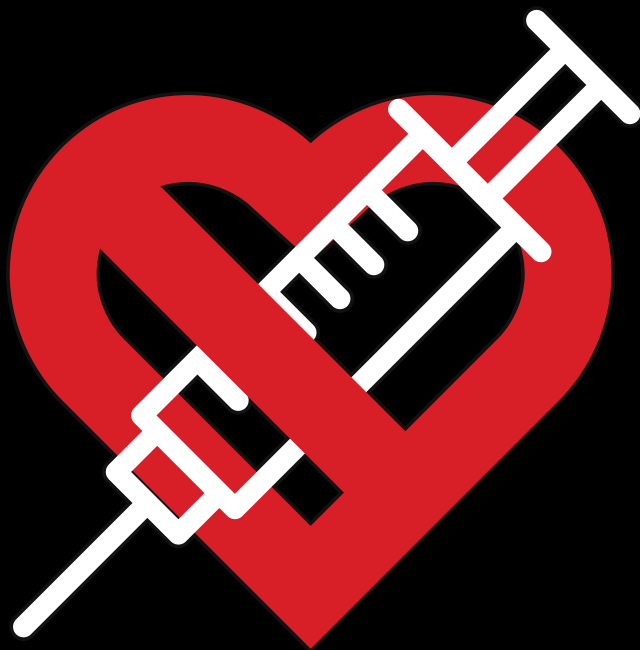
Превантивно-информационен център по проблемите на наркотиците към Столична община

www.sofiamca.org

Национален съвет по наркотични вещества

www.ndc.government.bg





ИНФОРМИРАНИ
и ЗДРАВИ