

מציגה :רינת ציציבה

מגמת : תקשורת מעשית

כיתה : יב5

תאריך: 29.11.2018

מורה : מעיין נלסון

מבוא

בעבודה זו תוצג ההשפעות של הסמים על בני אדם ונער בפרט במסגרת נושא זה העבודה תשאף לחקור את התנהגויותיהם של בני אדם לאחר לקיחת הסמים (גם קלים וגם קשים) איך המוח קולט ומגיב לסם ואת הדרכים להתמודד עם התמכרויות נושא זה מעסיק את חוקרים רופאים ובעלי עמותות רבות מהי הדרך המועילה ביותר להשתקם מהסם והאם המוח שלנו יכול להתמודד עם הפסקת הסם לאחר התמכרות.

בנוסף לקח העבודה תעמיק בנושא בני הנוער איך הנוער מגיע לסם והאם ההשפעה של הסם משפיע על הנוער כמו על המבוגרים ומה הם דרכי ההתמודדות של אותם נערים המכורים לסם

הסם הוא חומר טבעי או מלאכותי (כימי) אשר מסוגל לשנות את מצבנו הפיזי, הנפשי, ההתנהגות ומצב הרוח הסם מסוגל לחדור מחסום ביוכימי בגוף הנקרא "מחסום דם המוח" וליצור שינוי בפעילות המוחית כאשר אנו נחשפים לחוויה טובה כגון ריח טוב, טעם טוב נשיקה או חיבוק אוהבים, הנעימים לנו אנו מרגישים טוב. חוויה זו נשמרת במוחנו והמוח מתפעל אותנו לרצות ולהשיגה שוב. נוירורנסמיטורים חשובים במערכת זו- הנקראת מערכת התגמול- הם הדופמין והסרוטונין, הפעילים ומפעילים במוח תחושות של הנאה.

שהסמים גורמים לשינויים רבים בגוף ובנפש, גם בזמן השימוש וגם לטווח רחוק יותר. הנה הכמה כמה דוגמאות:

פיזי – איבוד זיכרון, תשישות ועייפות, הפרעות בשינה, חוסר קורדינאציה, קושי בריכוז. חברתי – הזנחה של תחביבים, התנתקות ממשפחה וחברים שלא קשורים לסמים, שינוי קיצוני במצב הרוח ועוד.

החלוקה המקובלת של סוגי הסמים והחומרים הפסיכואקטיביים בקרב העוסקים בתחום מדעי ההתנהגות מתבססת בעיקרה על פי השפעותיהם על המשתמש. לפי שיטת מיון זו נהוג לחלק את החומרים הפסיכו-אקטיביים לארבע קבוצות עיקריות:

1. **סמים המדכאים** את פעילות מערכת העצבים המרכזית ובהם אלכוהול, תרופות שינה ותרופות מרגיעות.
2. **סמי הזיה** (הלוצינוגניים) ובהם אל-אס-די, מסקאלין (קקטוסים), פסילוסביין (פטירות הזיה), דטורה ודומיהם ואף סמי קנבוס (חשיש ומריחואנה). בשל השימוש הנפוץ בחשיש ובמריחואנה מתוארים סמים אלה בנפרד מסמי ההזיה האחרים.
3. **סמים המעוררים וממריצים** את פעילותה של מערכת העצבים המרכזית, בהם אמפטמינים, ספידים, פופרס (סוג של חומרים נדיפים), קוקאין וקראק, אקסטזי וכן קפאין וניקוטין.
4. **חומרים משככי כאבים**, הקרויים גם נרקוטיים, בהם אופיום, הרואין, קוק פרסי וחומרים נרקוטיים סינטטיים, כגון מתדון (אדולן).

תמונת מצב הסמים בישראל

לפי משרד לביטחון הפנים הרשות למאבק באלימות סמים ואלכוהול תופעת השימוש בישראל הפכה במהלך שנות השמונים מתופעה שולית לבעיה מרכזית המשפיעה על החברה הישראלית. חברה דינאמית, מודרנית, מערבית ביסודה. אך טבעי שחברה כזו תעתיק אורחות חיים הנהוגות בעולם ובכללם השימוש בסמים אשר אינו פוסח על שום רובד חברתי ואשר השלכותיו נושאות אופי הרסני מהיבט חברתי, הכלכלי והתרבותי ומאיימות על חוסנה של החברה כולה. תופעת השימוש בסמים מוכרת כיום לכל בני הנוער. כבר מגיל בית הספר היסודי בני הנוער חשופים לסמים. לא רק בתוכניות הטלוויזיה והסרטים בבתי הקולנוע אשר רבים מהם מציגים את השימוש בסמים על כל מראותיו השונים לרבות מסיבות סמים בארץ ובעולם הנראות כדבר יפה, מענג, וחברתי. אלא גם במציאות של חיי היום-יום. זמינות הסמים בישראל כיום היא כמעט מוחלטת. אין בעיה של ממש בלהשיג סמים. ילדים ובני נוער המעוניינים בסמים יכולים בקלות יחסית וכמעט ללא חשש להשיג סמים אפילו בקרבת בתי הספר ושכונות המגורים. אין צורך להרחיק לכת או לנוע במחשכים כדי להשיג סם. הפיתוי עצום ורבים מקרב בני הנוער צריכים להתמודד מול ועם הניסיונות של חובבי ואוהדי הסמים בודאי של סוחרי הסמים הפושרים המנסים להדיחם לשימוש בהתחלה בחינם ובהמשך בממון רב אותו הם צריכים להשיג בלקיחה מההורים ובהמשך בגניבה ובפשיעה.

כ- 300 אלף בני אדם בישראל באים במגע עם סמים. חלק בשימוש מזדמן וחלקם משתמשים באופן קבוע. 70 אלף מתוכם הם בני נוער. צעירים בגילאי 18-12 המהווים כ-11% מקרב אוכלוסיית בני גילם. כ-25 אלף נרקומנים חיים בישראל. אנשים שכל חייהם תלויים בהשגת הסם. הם זקוקים בכל יום למנה עד שלוש מנות של סם בדרך כלל סם ההוראין. הם אינם עובדים. לא מסוגלים לקיים חי משפחה תקינים. הם נטל על החברה. כשליש מהם בטיפול במסגרות השונות הקיימות. שיעור המצליחים להיגמל, לחזור ולהיקלט בחברה אינו גבוהה והוא עומד בישראל ובעולם על סדר גודל של כשליש.

בעוד שבמידה רבה של סיפוק ניתן לציין כי חלה עצירה או בלימה בהיקף עליית השימוש בקרב בני הנוער הנורמטיביים, הלומדים והוא כאמור עומד על כ-11% הרי שבקרב בני ה-18-30 חלה עלייה מדאיגה בעיקר בשימוש בסמים הנפוצים חשיש מריחואנה ואקסטזי. עם אוכלוסייה זו נמנים הסטודנטים, החיילים, וצעירים עובדים.

שוק הסמים האסורים לשימוש על פי פקודת הסמים מגלגל כמויות אדירות של סמים והוא נאמד בלפחות 6 מיליארד שקלים בשנה. מדובר בכ-100 טון מריחואנה וחשיש המוחדרים לארץ בעיקר דרך גבול מצרים, מחיר השלום. 3-4 טון הרואין המגיעים אלינו דרך לבנון וירדן. 3 טון קוקאין. סם אשר בעבר נחשב לסם של עשירים בעלי מקצועות חופשיים, כיום הוא מצוי בכל שכבות החברה. דרך נמלי הים והאוויר מגיעים אלינו הכימיכלים סמי המסיבות למיניהם. האקסטזי, ה-ל.ס.די. וסמים הזיוניים נוספים למעלה מ-20 מיליון טבליות ומנות בשנה.

לצידם קיימים בארץ עשרות ויותר של תחליפי סמים חלקם מן הטבע ואחרים ממעבדות ייצור שונות. רובם חומרים נדיפים או ממיסים. המוכרים יותר הם דבק המגע, הטיפקס ולאחרונה גז מזוגנים או גז צחוק.

הרשות למלחמה בסמים ובשמה החדש הרשות הלאומית למלחמה בסמים הוקמה בשנת 1988 ע"י ראש הממשלה אז מר יצחק שמיר. בהחלטת ממשלה חוקק את חוק הרשות למלחמה בסמים ובו נקבע כי השר הממונה יהיה ראש הממשלה מתוך ראייה כי המלחמה בנגע הסמים היא מערכתית ורב תחומית.

הרשות הלאומית למלחמה בסמים מובילה ומתאמת את משרדי הממשלה, כל אחד בתחומו, הרשות מהווה גורם מקצועי המנחה את הגופים העוסקים בתחומים השונים של המלחמה בנגע הסמים. בתחומי ההסברה, המחקר, והכשרת כוח אדם הרשות הינה הגוף היחיד בארץ העוסק בכך. בקהילה הרשות מובילה פרויקט מיוחד אשר ביחד עם הרשויות המקומיות פועלת בתוך הקהילה בעיקר בתחום המניעה.

הנושא המרכזי אותו מובילה הרשות כעת הוא הניסיון להביא לשינוי באווירה הציבורית הכללית המקלה ראש עם המשתמשים בסמים. אווירה המושפעת מעת לעת גם מקולם של מובילי דעת קהל ומקבלי החלטות לרבות קולותיהם של מספר חברי כנסת המנסים, כל אחד מטעמו, להביא להקלה, ללגליזציה של סמי החשיש והמריחואנה. לתוצאות המאבק הזה תהיינה השלכות רבות על היכולת הממשית להביא לצמצום השימוש בסמים בישראל. להביא לחברה נקייה מסמים. חברה טובה יותר עם עתיד מבטיח.

**המשרד לביטחון הפנים
הרשות למאבק באלימות סמים ואלכוהול**

השפעת הסמים על בני האדם

ההשפעה העיקרית של הסם הוא ההתכרות ההתמכרות היא תשוקה עזה או דחף כפייתי לשימוש בחומר או ביצוע הפעילות אליה האדם מכור ההתמכרות מלווה בשליטה עצמית בקושי של הגבלת זמן העיסוק בפעולה הממכרת

לפי אתר המרכז לגמילה מהתמכרויות בחזרה לחיים צלולים התמכרות היא מצב בו קיימת תלות בסם או בתרופה. במצבים אלה, הגוף חייב להשתמש בסם על מנת לתפקד באופן תקין, ומתפתחת תלות גופנית ונפשית. ההתמכרות לסמים פוגעת מאוד בחייהם של המכורים, והם מתחילים לפתח אורח חיים ששם במרכז את הסם. כאשר אדם מכור לסמים, הוא לא מצליח לשלוט בשימוש בסמים ולעשות זאת בצורה מבוקרת.

הגורמים להתמכרות : ישנם המון סיבות להתמכרויות אחת הכוללות מבינהם היא הסביבה והשפעתה על האדם מקומות בהם הסמים הם זמינים ורוב האנשים שאיתם אתה מבלה בזמנך הפנוי או בעבודה צורכים הסיכוי שתצרוך סמים במוקדם או במאוחר גודל הלחץ החברתי עולה והרצון להשתוות ולהיות כמו כולם גדל

- עוד סיבה היא הגנטיקה בדומה לדברים נוספים בחיים, גם כאן קיים המרכיב הגנטי המשפיע על אנשים מסויימים להתמכר יותר מאחרים. כמו כן, היסטוריה משפחתית של התמכרות לסמים מגבירה את הסיכון לכך, בין אם על רקע סביבתי או גנטי.
- בניס מתמכרים יותר – מחקרים שונים הראו שבנים מתמכרים לסמים יותר מאשר בנות. ככל הנראה קיים קשר לאומץ והרצון להרשים הקיימים אצל בנים בשכוחות גבוהה יותר.

ההשפעה של הסם או במילים אחרות התופעות לווי של הסם הוא בעצם הרצון שלנו לצרף עוד ועוד מ"ההרגשה " שחווינו בזמן שהסם נמצא ומשפיע על גופנו

לפי עמותת מעל הסם רנסאנס ויקטוריה ישנם מספר קריטריונים לקביעת התמכרות

על פי ארגון הבריאות העולמי, התמכרות קיימת כאשר מתמלאים שלושה מתוך ששת הקריטריונים הבאים :

1. תשוקה עזה או דחף כפייתי ליטול את החומר או לבצע את הפעילות שאליה האדם המכור (למשל יחסי מין או הימורים).
2. קושי בשליטה על כמות וזמן צריכת החומר או קושי בהגבלת זמן הפעילות הממכרת.
3. הופעת תופעות גופניות כאשר לא משתמשים בחומר או כאשר לא מבצעים את אותה פעילות (תופעות גמילה).
4. התפתחות סבילות לחומר, במובן זה שדרושה כמות הולכת וגדלה של החומר כדי להשיג את אותו האפקט או לחילופין צורך בפעילות ממכרת מוגברת.
5. הזנחה של הנאות ושל תחומי עניין אחרים בשל השימוש בחומר או הפעילות הממכרת.
6. התמדה בשימוש או בפעילות למרות מודעות המשתמש שהדבר גורם לנזק.

הסמים גורמים לתופעות של "היי" – הרגשה טובה ושחרור עכבות, ומאפשרים לשכוח את כל הצרות. מסיבה זאת בדיוק חלק מהאנשים ממשיכים לצרוך סמים, דבר הגורם לגופם לפתח עמידות לסם. כל אלה מובילים למצב של התמכרות לסמים – תלות של הגוף בסם לטובת הגעה לאותו מצב של "היי", והזדקקות לכמות גדולה יותר של סמים או לסמים חזקים יותר ("סמים קשים") על מנת להגיע לאותה הרגשה שסיפקו בעבר הסמים הקלים

ההבדל בין הסמים הקלים לסמים הקשים

על פי מאמרו של ד"ר טל תמיכה רגשית ונפשית המונח "סמים קלים" תמיד היה בעל מסר כפול. מחד- סיווג חומר כסם בלתי חוקי מעיד על סיכוניו, אך סיווגו בו זמנית כקל גם מעיד על השפעות גופניות מינוריות ביחס לקבוצות סמים אחרות.

והחשיש כאשר מדברים על סמים קלים, מתייחסים בדרך כלל לצמח הקנאביס ממנו מופקים [הגראס](#)

בשנים האחרונות מתפרסמים מחקרים על יעילות הצמח בטיפול במחלות קשות דוגמת סרטן וטרשת נפוצה

אכן סגולות המרפא של הצמח נבדקות, אך כמו תרופות מרשם רבות אחרות אין זה מעיד על סכנת כאשר השימוש אינו מבוקר [ההתמכרות](#)

כאשר מדברים על סמים קלים חשוב להפריד בין השפעות הסם, בין אם הן חיוביות או שליליות לאפקט הממכר שלו

בדומה לאלכוהול, גם בשימוש בסמים קלים לא כל משתמש הוא מכור, אך חשוב מאד להיות מודעים להשלכות של שימוש תכוף

אנשים שמעשנים סמים קלים מעידים על יכולתם לתפקד בהשפעת הסם בתחומים רבים- עבודה, משפחה, זוגיות. אכן העישון לא הופך את המשתמשים "לנרקומנים", אך עם הזמן מקשה על תפקוד מיטבי

והיעדר מוטיבציה. נוצר קושי להתמיד לאורך זמן בפעילות שימוש ממושך בסמים קלים גורמים לעייפות ולהשתלב באופן מיטבי במסגרות

ואף חרדה, עישון גם עלול לגרום לחוסר ביטחון. ישנו קשר גבוה בין שימוש ממושך בסמים קלים ודיכאון מחשבות בעלות גוון פרנואידי

את הסמים הקשים מאפיינים בעיקר סמי המרץ וההזיה שעשוי מחומרים רעילים ומזיקים שלעיתים גם מוגדרים כחומרים מסרטנים

- **סמי מרץ (אמפטמינים)** – בקבוצה זו אפשר למצוא קריסטלים, קוקאין, קראק וספידים – סמים ממריצים הנצרכים בדרך כלל בגלולות וממריצים את הגוף.
- **סמי הזיה** – סמים הגורמים להזיות שונות ולניתוק גמור מהמציאות. הסם המוכר ביותר מבין סמי ההזיה הוא האקסטזי, אשר יכול לגרום להתמכרות קשה.

נלקח מאתר רטורנו ארגן למאבק בסמים

הסמים וההתמכרות אליהם הוא נושא המעסיק רבות רופאים וחוקרים בתחום ההשפעות של הסמים הם רבות וכל אדם מקבל את השפעת הסם בצורה שונה, לפי הרשות למאבק בסמים ובאלכוהול תגובות האדם לסם אינה תלויה רק בעוצמתו של הסם ובכמויות הסם שהחדיר האדם לגופו, אלא במידת רגישות המערכות הגופניות והנפשיות שלו לסם הנידון.

לפי דעתי נושא ההתמכרות בקרב בני נוער ומבוגרים הוא נושא רגיש המדאיג רבים אני בתור נערה מתבגרת שאינה צורכת סמים אינה יכולה להבין את ההרגשה של ההתמכרות או את הצורך בכלל לצרוך סמים אך לפי מקורבים ומחקרים שקראתי ההתמכרות מגיעה מהרצון להגיע למצב שהיית בו באת ההשפעה של הסם על הגוף.

דעתי בנושא הסמים היא מורכבת לטענתי כל אדם רשאי לבחור לנהל את חיו כרצונו אך רובם אינם מבינים את ההשפעות הכרוכות שמגיעות יחד עם השימוש בסם. לפי דעתי שימוש ממושך בקאנביס וסמים בכללי יכול דווקא להשפיע לרעה, מכיוון שהגוף מתרגל ושימוש הופך משימוש לצורך הבראה לשימוש מהצורך לספק את הגוף (ההתמכרות) בנוסף ככל שהאדם מרבה להשתמש בסמים כך ההשפעה על גופו יורדת מכיוון שהגוף מתרגל

אניחושבת שישנם פתרונות נספים ותחליפים שונים להבריא את הגוף ולווא דווקא לצרוך סמים או להתמכר אליהם לפי מחקרים שונים ורופאים מומחים מגיע מסקנה שפעילות גופנית כגון יוגה או ריצה הם תחליפים מעולים לקאנביס או לסמים קלים, אני בתור נערה המרבה להתאמן מרגישה שהפעילות הגפנית ממלא אותי וגורמת לי להרגיש הרבה יותר טוב.

לסיכום אני חושבת שצריכת סמים וההתמכרות אליהם מיותרת ואינה שווה את הנזקים הנגרמים לגוף לאחר זמן ממושך אלה הם נזקים שגם לאחר גמילה וחזרה לחיים בריאים לרוב הגוף אינו משתקם באופן מוחלט ישנם נגמים שגם לאחר 20 שנה ללא סמים מרגישים את ההשפעות והנזקים על גופם אני כן מעודדת את כל מרכזי הגמילה אשר תומכים ונותנים מענה לאנשים שאכן רוצים להגמל ונותנים להם תקווה לחיים טובים יותר