

Naamaartarneq

**pillugu suna
nalunngiliuk?**



Hvad ved du om

SNIFNING?

SNIFNING

Denne brochure giver dig oplysninger om fysiske, psykiske og sociale konsekvenser ved snifning.

Det er vigtigt, at du kender risikoen ved snifning og de skader snifning fører med sig. Nogle af disse skader er så alvorlige, at man ikke kan komme af med dem senere i livet.

Snifning er en meget farlig måde at beruse sig på. Hvis du sniffer meget over længere tid kan du få hukommelse-, koncentration- og indlæringsbesvær. Det kan gå ud over dit engagement i din skole eller dit arbejde. Det kan føre til, at du dropper ud af skolen eller mister dit job. I værste fald kan du få permanente hjerneskader og dø af snifning.

Du vælger selv din livsstil og kan påvirke den i en negativ eller positiv retning. Du skal selv tage ansvar for dine valg – også senere i livet.



Hvad er snifning?

Snifning er betegnelsen for at indånde giftige dampe fra kemiske væsker og organiske opløsningsmidler, for at opnå en rus.

Hvis du indånder gasser eller opløsningsmidler, kan det give en rus, som minder meget om en alkoholrus. Snifning er dog langt farligere. Rusen varer mellem 5-45 minutter og du kan føle dig opstemt, vrøvlende, svimmel og usikker i dine bevægelser. Men du kan også blive aggressiv og voldsom. Når rusen har lagt sig bliver du sløv, træt og får tømmermænd lignende symptomer i form af hovedpine, kvalme og evt. opkastning.



SKADERNE

Snifning er farligt, fordi forskellen på, hvornår du kan styre dig og hvornår du har fået for meget og derimod mister kontrollen, er meget lille. Der er altså stor risiko for at få for meget og derved sætte dig selv i risiko for ulykker og i værste fald dødsfald.

De første skader du påtager dig når du sniffer er forkølelsessymptomer, irriterede slimhinder, blæner, rødme omkring næse og mund, nedsat appetit, mareridt, og urolig søvn.

Snifning indebærer, at du håndterer brandfarlige væsker i en tilstand, hvor dine bevægelser er usikre, og din hjerne er påvirket. Det giver fare for ulykker i trafikken. Derudover kan det give fare for forbrændinger og eksplosioner, hvis du bruger ild og sniffer samtidig. Opløsningsmidlerne er stærkt brandbare.

Snifning bedøver dit åndedræt og hvis du får for meget, kan du blive kvalt. Snifning kan også give forstyrrelser i din hjerterytme og forårsage pludseligt hjertestop.

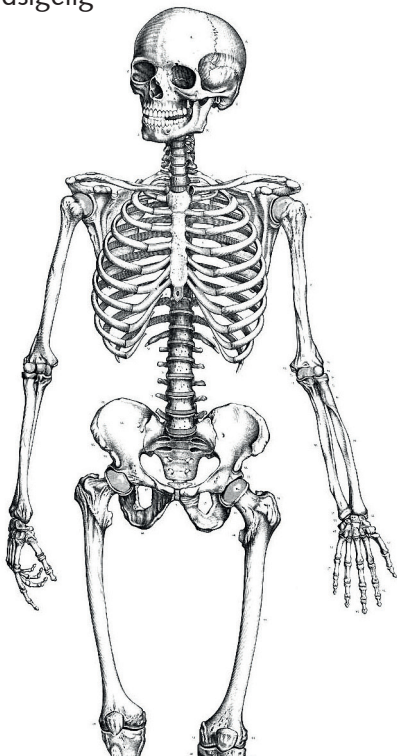
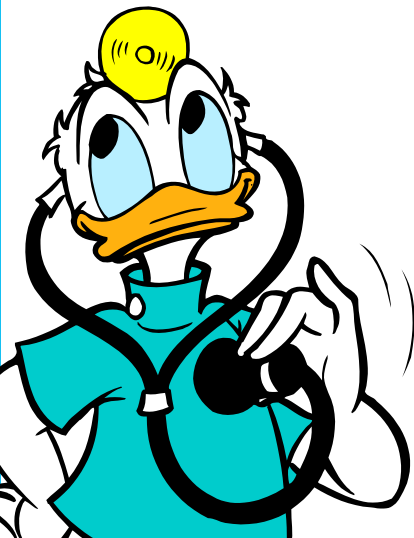
Gasserne du indånder, kan gå ind og bedøve det center i hjernen, som styrer din vejrtrækning. Det kan føre til, at du stopper med at trække vejret. Efter 4-6 min. uden ilt til hjernen er der risiko for permanente hjerneskader og du kan i værste fald dø, hvis ikke du bliver hjulpet i tide.

Derudover kan lang tids misbrug give koncentrations- og hukommelsesbesvær. De stoffer, der sniffes skader hjernevævet og kan forårsage permanent skade. Det er derfor specielt farligt for dig, som et ungt menneske, da din hjerne ikke

er færdigudviklet. Den udvikler sig indtil 20-30 års alderen. Ved at sniffe risikerer du, at din hjerne og personlighedsudvikling forsinkes, at din krop ældes hurtigere og at blive senil i en tidligere alder.

Du er også i risiko for skader på din lever, nyrer og knoglemarv. Nogle stoffer der indåndes ved snifning er kræftfremkaldende, herunder motorbenzin.

Hvis du blander snifning med alkohol, nervemedicin eller hash er virkningen helt uforudsigelig og kan føre til meget alvorlige skader.



AFHÆNGIGHED

Hvis du sniffer meget over længere tid kan du blive afhængig af snifning. Hvis du har brug for hjælp til at stoppe dit misbrug, kan du fortælle det til en voksen du stoler på. Det kan være en lærer, forældre m.m. Så kan I sammen finde en løsning på problemet.



LOVGIVNING

De gasser og opløsningsmidler der sniffes er bestemt ikke fremstillet til at opnå beruselse. De kan dog bruges til mange nyttige formål, og sælges derfor mange steder, men ikke med den mening at de skal sniffes. Gasserne og opløsningsmidlerne er mærkede som brandfarlige og sundhedsskadelige efter Miljøstyrelsens regler.



ALLE HAR ET ANSVAR

Unge, som har et misbrug trives ofte dårligt og har det psykisk dårligt. Hvis du har kendskab til nogen i din omgangskreds, der sniffer, har du et ansvar for at få det stoppet. Det kan du gøre ved at fortælle det til en voksen du stoler på.

Pissarsiffiit / Kilder:

www.sundhedsstyrelsen.dk

www.peqqik.gl

www.stofinfo.sst.dk

www.sundhed.dk



© Peqqissutsimut Attaveqarnermullu Naalakkersuisoqarfik
Departementet for Sundhed og Infrastruktur 2014, www.peqqik.gl
Layout: www.tita.gl · Naqinneqarfia/Tryk: www.monicabrix.com