

CYNTHIA KUHN,
SCOTT SWARTZWELDER
WILKIE WILSON

TRIPAT



CE TREBUIE SĂ ȘTII
DESPRE DROGURÎ:
DE LA ALCOOL
LA ECSTASY

TRADUCERE DIN ENGLEZĂ DE
Teodora Nicolau

PSIHOLOGIA
PENTRU
TOȚI



3
TREI

CUPRINS

Mulțumiri	11
Introducere	15
De ce-aș spune NU drogurilor? (din perspectiva studentului, de Leigh Heather Wilson și Jeremy Foster)	25
Testați-vă cunoștințele despre droguri	31

Partea I

1. Alcoolul	39
băuturi spirtoase, whisky, țârie, pileală, vin, bere blondă, bere neagră	
2. Cafeina	93
cafea, ceai, băuturi răcoritoare, energizante, stimulente și sedative vândute în farmacii, unele medicamente pe bază de rețetă	
3. Ecstasy	123
MDMA (X, XTC, Adam), MDE (Eva), MDA (<i>Love</i>)	
4. Drogurile halucinogene	141
dietilamida acidului lisergic (LSD — acid, „sugativă“, <i>California sunshine</i>), <i>trip</i> , <i>yellow sunshine</i> , „timbru“); mescalina (peyote, „usturoi“, mescal); ciuperci cu psilocibină (ciuperci halucinogene sau „magice“); dimetiltriptamina (DMT — <i>businessman's special</i>); ayahuasca (<i>caapi</i> , <i>yage</i> , „liana spiritelor“); alcaloizi din beladonă (atropină, scopolamină, beladonă, mătrăgună, ciumăfaie, iarba-codrului, mandragoră); fenciclidină (PCP, „pulberea îngerilor“, T, pilula păcii); ketamină (Special K, <i>K Key</i>); dextrometorfan (DXM, „drogul săracului“, <i>red devils</i>); <i>Salvia divinorum</i> („iarba Fecioarei“)	

5. Suplimentele pe bază de plante192
X-tacy din plante, pastile inteligente, ginseng, melatonină etc.
6. Drogurile inhalatorii 215
nitriți (butilnitrit sau amilnitrit, *rush* — frenezie, *poppers* — capsule sau esențe volatile pe bază de butilnitrat); anestezice (protoxid de azot; anestezice în stare gazoasă folosite în chirurgie — halotan, eter); solvenți, vopsele [„aurolac“], sprayuri și combustibili (toluen, gazolină, adezivi [„zed“ — prenadez], sprayuri de vopsea etc.)
7. Marijuana236
marijuana (iarbă, *ganja*, buruiană, verde, *sinsemilla*, *bang*, *joint*); hașiș (*haș*, maro); ulei de hașiș (hașiș lichid, *charas*)
8. Nicotina 290
tutun, gumă de mestecat cu nicotină, plasture cu nicotină, tutun de mestecat, tutun de prizat, țigări, trabucuri, tutun de pipă
9. Opiaceele313
opiu (afion, suc de mac, tiriac, meconiu); heroină (pudră, praf, lapte praf, *smack*, *skag*, „H“, cal alb, doamnă albă, gunoi, bilă); heroină și cocaină (*speedballs* — amestec injectabil de cocaină și heroină); morfină, codeină, hidromorfon (Dilaudid), oxycodonă (Percodan, Oxycontin), meperidină (Demerol), difenoxilat (Lomotil), hidrocodonă (Vicodin), fentanil (Sublimaze), propoxifen (Darvon)
10. Sedativele347
barbiturice (fenobarbital, pentobarbital [Nembutal], secobarbital [Seconal], amobarbital [Amital]); cloralhidrat (Notec, Somnos, Felsules); glutetimidă (Doriden); Equanil, Meprobat, Noludar, Placidyl, Valmid, metaqualonă (*Quaaludes*); benzodiazepinel (cum ar fi Rohypnol, Valium, Librium, Ativan, Xanax, Halcion și multe altele); medicamente create special pentru inducerea somnului

(zolpidem [Ambien], eszopiclonă [Lunesta] și ramelteon [Rozerem]); gamma-hidroxibutirat (GHB)

11. Steroizii367
steroizi, vitamina S
12. Stimulentele381
cocaină (zăpadă, praf alb, *crack*, praf de stele, fulgi, pudră de mătase), amfetamină (amine tonifiante, „fete“), metamfetamina (*meth, crystal, crystal, speed, ice*), efedrina, metilfenidat (Ritalin), metcatinonă (*khatrank*)

Partea a II-a

13. Bazele funcționării creierului423
14. Fundamentele drogurilor452
15. Dependența472
16. Probleme legale492
- Bibliografie suplimentară 511

MULȚUMIRI

Această carte a luat naștere din faptul că autorii au realizat că cei mai mulți adolescenți, părinți, legiuitori și chiar consilieri medicali știu foarte puține lucruri despre drogurile de care facem uz și abuz în mod regulat. Discuțiile informale cu Leigh Heather Wilson și Jeremy Foster (care au colaborat la acest volum) despre experiențele lor din colegiu și interacțiunea noastră cu un mare număr de studenți la cursurile noastre au dus la conștientizarea necesității cărții de față. Acești studenți au pus întrebări grele, și-au împărtășit experiențele în mod onest și ne-au oferit date din propriile cercetări. Pentru aceasta le mulțumim.

Steve Hoge, reprezentantul editurii W.W. Norton, merită mulțumirile noastre pentru faptul de a fi prezentat volumul nostru editorilor de la Norton. Agentul nostru, Reid Boates, a fost minunat. El a fost recomandat de dr. Redford Williams, alt autor de la Universitatea Duke. Mulțumim, echipei editoriale care ne-a însoțit în suișurile și coborâșurile publicării acestei cărți și apreciem sfaturile bune și munca de editare a lui Alane Mason și Ashley Barnes. De asemenea, îi

mulțumim lui Alexander Cuadros pentru minunata lui asistență editorială în timpul pregătirii celei de-a treia ediții a acestei cărți, precum și dr. Barbara Markwiese pentru corectarea textului primei ediții.

Două persoane au fost de un ajutor excepțional cu privire la principiile de bază discutate în capitolul dedicat problemelor legislative. Rick Glaser, fost avocat-asistent al procurorului federal în districtul de nord al Floridei (în prezent partener la Parker Poe Adams & Bernstein, în Charlotte, Carolina de Nord), ne-a explicat clar și cu atenție anumite părți importante ale legilor federale referitoare la drogurile ilegale, pe lângă faptul că a discutat cu noi natura generală a infracțiunilor ce privesc drogurile la nivel federal. Observațiile sale au fost remarcabil de profunde și de utile. (Rick Glaser a precizat că punctele sale de vedere nu reprezintă neapărat punctele de vedere ale Ministerului Justiției din districtul de nord al Floridei sau din districtul mijlociu din Carolina de Nord.) Distinsul E. Hardin Jr., fost procuror-șef în Durham County, Carolina de Nord (în prezent judecător la Înalta Curte din Carolina de Nord), a discutat cu noi pe larg despre acuzațiile cu privire la droguri la nivel local și statal. A arătat o răbdare ieșită din comun cu noi, care nu avem pregătire juridică, și s-a dovedit extrem de util explicându-ne legile fundamentale ce reglementează percheziția și confiscarea, ajutându-ne să înțelegem modul în care forțele de ordine locale abordează problema drogurilor.

Îi mulțumim, de asemenea, lui Mark Goldrosen, avocat pledant în San Francisco, pentru lămuriri suplimentare cu privire la chestiuni legale recente.

În ciuda faptului că am primit cea mai bună consultanță posibilă, dorim să precizăm că ideile din această

carte aparțin autorilor, care nu sunt avocați, și nu ar trebui considerate ca având rol de consiliere legală.

În plus, Cindy mulțumește familiei pentru ascultarea plină de răbdare și dr. Anthony Means, șef de catedră al Departamentului de farmacologie de la Universitatea Duke, care ne-a pus la dispoziție cursul său universitar „Drogurile și creierul”. Scott le mulțumește lui Jan Kaufman și Art Goldsmith pentru încurajările și susținerea acordate pe parcursul acestui proiect; lui Reynolds Smith pentru interes și pentru sfaturi; și doctorilor James Koury, Robert S. Dyer, Anthony L. Riley și R.D. Myers pentru că l-au ajutat să învețe cum să gândească.

Wilkie îi mulțumește fiicei sale, Heather, care după ce și-a văzut prietenii și cunoștințele expuse primejdiilor drogurilor în tot felul de circumstanțe sociale, a descris cu o coerență uluitoare tot ceea ce a văzut și l-a îndemnat stăruitor să găsească un mijloc de a informa într-o manieră accesibilă toate aceste persoane cu privire la complexitatea chestiunilor legate de droguri. Ea a fost implicată în scrierea acestei cărți ca asistentă de cercetare, dar merită toată recunoștința și pentru ideile și sfaturile sale. Wilkie îi mulțumește pentru deschiderea și dedicarea față de acest proiect, dar și pentru bunăvoința de care a dat dovadă în timpul unor perioade dificile. Pe lângă toate acestea, îi mulțumește soției, Linda, și fiicei lui, Stephanie, pentru sprijinul acordat în unele momente dificile din perioada în care a fost scrisă această carte. Dragostea lor nu poate fi descrisă în cuvinte.

INTRODUCERE

De-a lungul istoriei, oamenii au considerat că este posibil să treacă dincolo de granițele conștiinței. Tânjim să ne extindem spre un univers pe care îl intuim, dar pe care nu îl putem atinge. Substanțele chimice care schimbă modul în care percepem lumea au jucat un rol important în această căutare. În unele cazuri, oamenii au crezut că substanțele chimice înseși au puteri spirituale și proprietăți mistice.

Alții adoptă o perspectivă mai puțin spirituală asupra folosirii unor astfel de substanțe și apelează la medicamente care diminuează o anumită durere deosebit de intensă. Aceștia le folosesc pentru a reduce anxietatea sau pentru a-și stăpâni timiditatea sau li se prescriu pentru tratarea unor boli mai grave, cum ar fi depresia și schizofrenia. Unii caută stimularea și puterea pe care nu o au în mod normal și aleg droguri care să-i ajute să le obțină. Odată cu progresul științei, laboratoarele au înlocuit natura ca sursă de substanțe chimice, iar numărul de opțiuni a crescut din acest punct de vedere. Avem toate motivele să credem că această tendință va continua aproape fără limite.

Așadar, indiferent dacă o persoană caută un mod de a-și extinde cunoașterea sau, pur și simplu, încearcă să atenueze durerile din viața de zi cu zi, acea persoană va avea la dispoziție un număr foarte mare de substanțe chimice din care să aleagă.

Ca oameni de știință, am dedicat ani întregi de studiu efectelor pe care le au drogurile asupra creierului și comportamentului. Am observat progresele uluitoare cu privire la înțelegerea acțiunii pe care o au substanțele chimice, față de care ne-am familiarizat cu mii de ani în urmă. Cu toate acestea, în mod surprinzător, nu foarte multe informații despre acest subiect au ajuns la marele public. Ne-am convins că eforturile din zilele noastre îndreptate asupra educării oamenilor cu privire la efectele alcoolului și ale altor droguri sunt inadecvate și merg în direcție greșită. Există numeroase informații în literatura științifică despre dependență și despre efectele drogurilor, dar acestea nu ajung la oamenii care trebuie să le cunoască. Acțiunea drogurilor asupra creierului este complicată și variază foarte mult de la un drog la altul și de la o persoană la alta, astfel încât este imposibil să facem afirmații generale de genul „drogul ucide“ și să ne așteptăm să fie crezute de oricine a avut vreodată experiența drogurilor.

Închipuiți-vă două trenuri care se deplasează cu mare viteză în sensuri diferite, unul fiind înțelegerea științifică a dependențelor și a acțiunii drogurilor, iar celălalt fiind modul în care opinia publică înțelege problema drogurilor. Distanța dintre informațiile științifice și informațiile publice crește de la o oră la alta. Aceasta este imaginea descrisă într-un discurs de către dr. Alan Leshner, pe atunci director al Institutului Național pentru Abuzul de Droguri din SUA. După cum afirma acesta, „există o deconectare unică între faptele științifice și percepția opiniei publice despre abuzul de

droguri și despre dependență. Dacă dorim să progresăm, trebuie să depășim «marea deconectare».”

Suntem de acord că este esențial să îndreptăm aceste trenuri în același sens. Fiecare dintre noi trebuie să înțeleagă modul în care diferitele droguri ne afectează creierul și conștiința, precum și consecințele fiziologice ale utilizării acestora. Numărul substanțelor chimice care modifică stările de conștiință crește rapid, în timp ce oamenii de știință din domeniul medical și companiile farmaceutice profită de noile descoperiri în neuroștiință. De fiecare dată când se descoperă un nou circuit neuronal sau un nou circuit neurochimic, descoperirea oferă o posibilitate de a dezvolta droguri (și medicamente) care alterează funcționarea creierului într-un nou mod. Unele dintre acestea s-au dovedit tratamente valoroase pentru bolile mentale, iar multe dintre aceste droguri de care se face abuz în prezent (de exemplu amfetaminele, barbituricele și „drogurile violului“ [*roofies*]) provin direct din aceeași cercetare medicală.

Din cauza complexității incredibile a creierului, majoritatea drogurilor care îl afectează au efecte suplimentare, pe lângă cele pentru care au fost create. Adesea, drogurile periculoase se mențin pe piața medicamentelor cu rețetă deoarece oferă singura oportunitate de a trata o afecțiune medicală; potențialele efecte secundare par să merite riscul dacă sunt administrate sub supraveghere medicală. Cu toate acestea, utilizarea recreațională s-ar putea să nu merite riscul efectelor cunoscute și necunoscute asupra sănătății. Opiaceul fentanil cu acțiune rapidă, folosit în sălile de operații, este un exemplu foarte bun. Această substanță chimică este foarte sigură și eficientă dacă există o monitorizare medicală de specialitate a funcțiilor organismului, cum ar fi pulsul, tensiunea arterială și cantitatea de oxigen care ajunge la creier. Dar numai o simplă eroare neînsemnată îl

poate face periculos și mortal. Închipuiți-vă, așadar, cât de riscantă ar putea fi folosirea lui pe stradă sau în căminele studențești, unde ar putea fi vândut ca *Apache* sau *Jackpot*.

Este lesne de observat modul în care sunt distorsionate informațiile despre droguri. Opinia publică poate fi ușor indusă în eroare și manipulată. De exemplu, unii oameni (mai ales cei implicați în consumul de droguri) cunosc persoane care au consumat diferite droguri în diverse combinații, în diferite locuri și perioade îndelungate, dar care nu par afectate permanent sau dependente și nici nu au probleme cu justiția. Cu toate acestea, ei s-ar putea să nu-și dea seama că multe efecte ale drogurilor sunt îndeajuns de subtile încât să facă mult rău înainte ca degradarea să fie vizibilă.

În mod invers, alții fac de obicei educație despre droguri spunând cele mai cumplite povești de groază de care își pot aminti, plasând adesea orice substanță ilegală în categoria substanțelor „teribil de periculoase“. Nu cu multă vreme în urmă, s-a vehiculat intens informația că bine-cunoscutul jucător de baschet Len Bias a murit după ce a consumat cocaină. Știrea a fost folosită în mod repetat pentru a ilustra riscurile consumului de cocaină. Cu toate acestea, cei mai mulți care consumă cocaină nu mor după aceea, iar consumatorii de cocaină și prietenii lor știu cu siguranță acest lucru. Prin urmare, când poveștile de groază sunt folosite ca instrumente principale în educația despre droguri, oamenii își dau repede seama că asemenea povești nu reprezintă tot adevărul, iar educatorii își pierd credibilitatea.

O bună educație despre droguri presupune un mare efort. Literatura științifică și medicală este adesea dificil de procurat pentru majoritatea oamenilor, și chiar mai dificil de înțeles. Cele mai multe interpretări ale acestei bibliografii pentru public, în general, sunt simpliste,

inexacte sau răspândite de organizații care înclină cercetarea către alte proiecte politice și morale.

Controversa legată de marijuana este un exemplu excelent. Unele organizații au afirmat cu tărie că acest drog are efecte devastatoare pentru oricine îl folosește. Alte organizații îl consideră cu totul inofensiv și sprijină legalizarea acestuia pentru un consum pe deplin nereglementat. Din punctul nostru de vedere, adevărul este undeva la mijloc. După cum veți citi în capitolul despre marijuana, aceasta provoacă probleme de memorie și interacționează cu sistemul imunitar în moduri pe care nu le cunoaștem. Marijuana are efecte timp de mai multe ore după ce intră în organism, chiar dacă utilizatorul nu este conștient de aceste efecte.

Prin urmare, nu este inofensivă. Dar oamenii nu mor din cauza unei supradoze de marijuana (așa cum se întâmplă în cazul unei supradoze de alcool). Orice discuție sinceră despre marijuana trebuie să includă o serie de teme și o reprezentare realistă a riscului, care nu este posibilă prin schimbarea de sloganuri.

Drogurile ar trebui considerate individual, pe o linie continuă a riscului. Drogurile pe care le trecem în revistă în această carte variază remarcabil de mult cu privire la structura chimică, la sistemele-țintă din creier și la efectele lor farmaceutice, comportamentale și psihologice. De asemenea, reacțiile oamenilor care consumă droguri variază considerabil. Literatura care se extinde cu repeziciune dedicată predispozițiilor genetice și ereditare la dependență este numai un exemplu al faptului că înțelegem din ce în ce mai bine diferențele individuale cu privire la reactivitatea la droguri.

O piedică în calea unei educații corespunzătoare în privința drogurilor o constituie și internetul. Foarte multe informații accesibile sunt disponibile pe internet, dar acestea sunt în cea mai mare parte greșite. Oricine

poate crea un site pe internet și spune orice îi trece prin cap, dar cititorul abil trebuie să deosebească adevărul de minciună. Un cititor naiv, pe de altă parte, poate avea probleme serioase dacă urmează sfaturile găsite pe diverse site-uri. Drogul GBH, de exemplu, poate fi mortal dacă este consumat în doze nu cu mult peste cele care produc starea de euforie. Și totuși, unele articole de pe internet ne fac să credem că drogul nu numai că este sigur, dar tratează și alcoolismul, insomnia, narcolepsia, problemele sexuale și depresia. Pe un site pe care l-am accesat în octombrie 2007 erau oferite instrucțiuni pentru a prepara drogul GBH și se afirma că „GBH este cel mai sigur drog recreațional folosit vreodată de omenire“. Nimic mai departe de adevăr, iar cititorii care cred aceste informații se expun unui mare risc.

Principalul scop al acestei cărți este să ofere o prezentare corectă, accesibilă și detaliată a faptelor științifice despre acele droguri de care consumatorii fac cel mai adesea abuz. Sperăm ca această carte să aibă cel mai mare impact asupra celor care nu sunt dependenți, dar se află în situația de a consuma droguri într-un cadru social. În timpul adolescenței și ca tineri adulți, majoritatea oamenilor — care de-abia au devenit independenți de controlul părinților — se vor regăsi în situații în care au acces la droguri. Camerele de cămin sunt adesea laboratoare farmaceutice active, prost conduse. Nu ne așteptăm ca volumul de față să pună capăt abuzului de droguri, ci sperăm că va împiedica anumite experiențe neplăcute și unele tragedii reale.

Mai sperăm că această carte va iniția un dialog între oamenii de știință și cei care fac legile. Consumul ilegal de droguri în Statele Unite a scăpat de sub control, iar măsurile sociale și legale față de acest consum constituie o povară enormă pentru resursele acestei

țări. Dezbaterile referitoare la droguri în Statele Unite este aprinsă, fiind determinată în parte de acest consum și de creșterea uriașă a numărului celor aflați în închisori. Costurile de întreținere pentru fiecare deținut sunt foarte ridicate, iar în ultimii douăzeci de ani, numărul prizonierilor condamnați din închisorile statale și federale a crescut vertiginos de la aproximativ 200 000 la peste 1,4 milioane. În jur de 30% din cei care se află în prezent în închisori și 60% dintre deținuții din închisorile federale au fost închiși pentru delictul legat de droguri (informații preluate din statisticile de drept penal pentru anul 2004).

Distincția dintre drogurile considerate legale sau ilegale într-o anumită societate este adesea bazată pe mult mai mult decât pe informații științifice. Tradițiile, economia, religia și mijloacele de informare curente influențează atitudinea pe care o anumită comunitate o are față de droguri. Ritualurile religioase din unele comunități ale nativilor americani includ folosirea substanțelor halucinogene, în timp ce multe dintre tradițiile iudeo-creștine se bazează pe folosirea alcoolului. Alte culturi au atitudini extrem de ferme față de consumul oricărei substanțe care este considerată halucinogenă. Chiar și în cadrul unei anumite culturi, legalitatea drogurilor se poate schimba de-a lungul timpului. În Statele Unite, consumul de alcool a fost legal timp de peste un secol, a fost declarat ilegal în timpul Prohibiției, iar acum este din nou legal. În mod asemănător, marijuana a fost legală până în anii 1930, când consumul acesteia a fost interzis. Câteva inițiative recente la nivel de state au permis folosirea marijuanei în scopuri medicale și au reaprins dezbaterile din jurul legalizării consumului acesteia.

Din nou, pentru a-l cita pe dr. Leshner, „știința trebuie să înlocuiască ideologia, ca temei pentru

strategiile de prevenire și tratament ale dependenței și abuzului de droguri“. Autoritățile legislative din societățile dezvoltate trebuie să înțeleagă că, indiferent de eforturile legale depuse, cetățenii vor avea acces la un număr din ce în ce mai mare de substanțe chimice care cauzează dependență și afectează funcțiile organismului uman. O protecție eficientă față de această problemă socială cu care se confruntă Statele Unite se bazează pe educația corectă, care este accesibilă oricui, și pe cercetarea științifică temeinică a problemelor cauzate de droguri.

Sperăm că prezenta carte va face parte din acest proces. Primele douăsprezece capitole sunt dedicate drogurilor individuale sau claselor de droguri. Fiecare începe cu un rezumat rapid al efectelor și al pericolelor asociate cu acele droguri. Apoi vom prezenta o descriere detaliată a modului în care acționează drogul, vom descrie modul în care drogul intră și este eliminat din organism, efectele sale asupra funcțiilor fizice și psihice și efectele sale pe termen lung. Am organizat drogurile pe clase — chiar dacă anumite clase de droguri, cum ar fi „entactogenele“, sunt mult mai puțin familiare pentru cei mai mulți cititori decât denumirile specifice ale drogurilor — deoarece drogurile din aceeași clasă în general au aceleași mecanisme de acțiune, aceleași efecte și riscuri. Cu toate acestea, cuprinsul și sumarul capitolului înlesnesc găsirea informațiilor despre un anumit drog. În partea a doua a cărții, am prezentat capitole generale despre creier, despre modul în care funcționează drogurile, despre dependență și chestiuni legale. Recomandăm acelor cititori care folosesc această carte mai curând pentru o înțelegere generală mai amplă, decât pentru o sursă rapidă de informații, să citească mai întâi aceste capitole, deoarece oferă o bază

importantă pentru toate informațiile științifice despre drogurile specifice.

Suntem convinși că, atunci când opiniei publice i se oferă o sursă de informații corectă și de încredere despre droguri și interacțiunile dintre acestea, oamenii vor fi în stare să ia decizii mai sănătoase.

DE CE-AȘ SPUNE NU DROGURILOR? (din perspectiva studentului, de Leigh Heather Wilson și Jeremy Foster)

„Spune pur și simplu nu drogurilor!“ Ei bine, nu, mulțumesc. Am dori ceva mai multe informații înainte de a lua decizii în privința folosirii drogurilor. Iar când ne sfătuiți să spunem NU, acest lucru înseamnă că alcoolul ar fi la fel de periculos ca și cocaina? Înainte de a pune totul la grămadă, de la fumatul țigărilor până la injectarea de heroină, ne-ați putea oferi ceva mai multe informații? „Spune pur și simplu NU drogurilor“ ar putea să nu fie întotdeauna alegerea corectă. Nu au demonstrat oare cercetătorii că un pahar cu vin este bun pentru sănătate? Este cât se poate de firesc ca îndemnuri precum „Spune NU“ să nu fie de ajuns pentru a-i mulțumi pe tineri. Aprecierea faptelor demonstrabile, logice și reale este însuși fundamentul societății noastre. În loc de a încerca să ne cereți să reacționăm orbește, mai bine ne-ați convinge!

Suntem prieteni de-o viață. Deoarece tatăl lui Heather este neurofarmacolog, am aflat de drogurile psihoactive