

האמת על

קדאק קוקאין

כדור

קדאק

Candy

קדיסטל קוק

נאגטס

notodrugs.co.il

למה החוברת הזאת הופקה?

יש המון דיבורים על סמים ברחבי העולם – ברחובות, בבתי הספר, באינטרנט ובטלוויזיה. חלקם נכונים, חלקם לא.

דברים רבים ממה שאתה שומע על סמים למעשה מגיעים מאלה שמוכרים אותם. סוחרי סמים שחזרו למוטב התוודו שהם היו אומרים כל דבר כדי לגרום לאחרים לקנות סמים.

אל תיתן שישטו בך. אתה זקוק לעובדות כדי להימנע מהתמכרות לסמים וכדי לעזור לחבריך להתרחק מהם. זאת הסיבה שבגללה הכנו את החוברת הזאת – בשבילך.

המשוב שלך חשוב לנו, לכן אנחנו מצפים לשמוע ממך. אתה יכול להיכנס לאתר האינטרנט שלנו drugfreeworld.org ולשלוח לנו אי-מייל אל info@drugfreeworld.org

מה זה קראק קוקאין?



הראשונה
שהוא ניסה
קראק.

בגלל המחיר
הגבוה של
הקוקאין,

במשך זמן ארוך הוא נחשב "סם של עשירים". קראק,
מצד שני, נמכר במחירים מאוד נמוכים שאפילו נערים
יכולים לקנות אותו – בהתחלה. האמת היא שברגע
שהאדם מכור, העלויות ממריאות לשחקים ביחס
ישיר לכמות הגדלה שנדרשת כדי לתמוך בהרגל.

קראק-קוקאין הוא הצורה הגבישית של קוקאין,
שמגיע בדרך כלל בצורת אבקה¹. זה מגיע
בגושים מוצקים או גבישים המשתנים בצבע מצהוב
לוורוד בהיר או לבן.

את הקראק מחממים ומעשנים. הוא נקרא כך בגלל
קולות ההתבקעות (cracking) או הניפוץ שהוא משמיע
כשמחממים אותו.

קראק, הצורה החזקה ביותר שהקוקאין מופיע בה,
היא גם המסוכנת ביותר. הוא 75 עד 100 אחוז טהור,
הרבה יותר חזק או בעל השפעה מהקוקאין הרגיל.

עישון קראק מאפשר לו להגיע אל המוח בדרך
המהירה ביותר. לכן עישון קראק מביא "high"
אינטנסיבי ומידי – אבל גם קצר ביותר – שנמשך
כ-15 דקות. ומשום שהתמכרות תתפתח מהר יותר
במידה והחומר מעושן מאשר מוסנף (נלקח דרך
האף), המשתמש יכול להפוך למכור אחרי הפעם

1 למידע נוסף על קוקאין והגרסה שלו באבקה, ראה את החוברת האמת על קוקאין בסדרה זו.

כינויי רחוב

מ תוך עשרות כינויי הרחוב לקראק שנמצאים בשימוש כיום, הנפוצים ביותר בשפה האנגלית הם:

Piece ●	Electric ●	קראק ●
Prime time ●	kool-aid ●	נאגטס ●
Product ●	Fat bags ●	שלג ●
Raw ●	French fries ●	לבן ●
Rock(s) ●	Glo ●	קריסטל קוק ●
Rock star ●	Gravel ●	Candy ●
Rox/Roxanne ●	Grit ●	Apple jacks ●
Scrabble ●	Hail ●	Badrock ●
Sleet ●	Hard ball ●	Ball ●
Snow coke ●	Hard rock ●	Base ●
Sugar block ●	Hotcakes ●	Beat ●
Tornado ●	Ice cube ●	Chemical ●
Troop ●	Jelly beans ●	Cloud ●
	Kryptonite ●	Cookies ●
	Nuggets ●	Crumbs ●
	Paste ●	Devil drug ●
		Dice ●



ח ייתי עם מכור לקראק במשך שנה. אהבתי את אותו המכור מעומק לבי, הוא היה החבר שלי, אבל לא יכולתי להישאר איתו יותר.

"המשטרה עצרה אותי וערכה עליי חיפוש; עשו עלינו פשיטה ב-6 בבוקר; החבר לשעבר שלי גנב ללא הפסקה ולא יכול היה לעזוב את המקטרת שלו.

"אני חושבת שקראק יותר פוגע מהרואין – עישון אחד יכול להיות כל מה שדרוש כדי להפוך אותך למפלצת." – אודרי



סטטיסטיקות בינלאומיות

הסקר הלאומי של ארה"ב לשנת 2007 על שימוש בסמים ובריאות מראה ש-8.6 מיליון אמריקאים מגיל 12 ומעלה דיווחו שהשתמשו בקראק. בטווח גילאים מ-18 עד 25, 6.9% מהנשאלים אמרו שהם השתמשו בקראק בשנה האחרונה.


סקר הפיקוח הממשלתי על העתיד של ארה"ב בשנת 2007 מצא שבין תלמידי תיכון, 3.2% מכיתות י"ב השתמשו בקראק-קוקאין בנקודה כלשהי בחייהם.

בשנת 2006 בארה"ב, קראק-קוקאין היה הסם העיקרי שהשתמשו בו מתוך 178,475 אישפוזים. זה יצג 71% מכל האישפוזים בהם הסם העיקרי היה קוקאין בשנה זו.

בתני המשפט הפדרלים של ארה"ב בשנת 2007, 5,477 אנשים נמצאו אשמים בפשעים הקשורים לקראק-קוקאין. יותר מ-95% מעבריינים אלה היו מעורבים בסחר בקראק-קוקאין.


המצב הוא שונה באירופה. מרכז הפיקוח האירופאי על סמים ומכורים לסמים מדווח שהשימוש לרעה בקראק-קוקאין בדרך כלל מוגבל לקהילות של מיעוטים בערים גדולות עם שיעורים גבוהים של אבטלה ותנאי מחיה עלובים. בשנת 2006, 20 מדינות אירופאיות דיווחו שהשתמשים בקראק-קוקאין מהווים רק 2% מכלל המשתמשים הנכנסים לטיפול גמילה מסמים, ורובם דווחו על-ידי בריטניה.

קראק ופשע



49.8%
מהעצורים השתמשו
בקראק בעבר.

אטלנטה, ג'ורג'יה



11.6% מהעצורים
בשבוע שעבר
השתמשו בקראק.

הונולולו, הוואי

קראק הוא סם אנוכי לחלוטין. הוא משתלט לך על החיים. קראק תופס אותך במהירות. זה בכלל לא דורש זמן רב. הוא יוצר תשוקה עצומה. והתוצאה היא שאתה משתמש בתדירות גבוהה יותר משום שה-'high' קצר.


– פיטר

מדוע קראק-קוקאין כל כך ממכר?

מעושן ונכנס במהירות למחזור הדם. סיבולת מתפתחת במהירות - ולאחר מכן, המכור לא מצליח להשיג את אותה החוויה החזקה כמו קודם מאותה הכמות של קראק-קוקאין.

קראק-קוקאין הוא אחד הסמים הלא חוקיים הכי חזקים כאשר מדובר ביצירת תלות פסיכולוגית. הוא מגרה מרכזי הנאה עיקריים במוח וגורם לאופוריה מוגברת בצורה קיצונית. שימוש כפייתי בקראק מתפתח מיד אחרי שהאדם מתחיל להשתמש, מכיוון שהחומר





7 תרגלתי להשיג
קראק-קוקאין
בעלות של 2,000
דולר בשבוע ואני
נואשת להשתחרר
מהשלשלאות.
– ג'ניפר

השפעותיו של הקראק-קוקאין

מהן ההשפעות שלו לטווח הקצר?

קראק גורם לחיים קצרים, "high" אינטנסיבי מידי ואחריו היפוכו – דיכאון אינטנסיבי, עצבנות והשתוקקות למנות נוספות של הסם. אנשים שמשתמשים בו לעיתים קרובות אינם אוכלים וישנים היטב. הם יכולים לחוות עלייה רצינית במהירות פעולת הלב, התכווצויות שרירים ועוויתות. הסם יכול לגרום לאנשים להרגיש פרנואידיים¹, לכעוס, להיות אלימים וחרדים – אפילו כשהם לא ב-"high".

בלי קשר לכמות הסם או לתדירות שלוקחים אותו, קוקאין מגדיל את הסבירות שהמשתמש יחווה התקף לב, התקף של מחלת הנפילה או כשל של הנשימה, כל אחד מהם עלול לגרום למוות פתאומי.

עישון קראק יכול לגרום לכאבים עזים בחזה, נזק קשה וממושך לריאות ולדימום.

1 פרנואידי: חשדני, מטיל ספק או פוחד מאנשים אחרים.



הדבר היחיד שהיה בראש שלי
היה קראק-קוקאין. ואם מישהו
יזיע לך אותו, אתה תקפוץ על זה
ותיקח אותו. זה כמו להזיע לאדם
מורעב כיכר לחם לאחר שהוא
הלך קילומטרים...

"זה צץ במוחי כשעישנתי באופן
קבוע במשך שבועיים. יום אחד
פשוט החלטתי שהספיק לי – לא
יכולתי לחיות עם זה יותר, וניסיתי
להתאבד.

אני חייב לנסות להילחם...
אני מקווה שאינסטינקט
ההישרדות שלי יתחיל
לפעול." – ג'ון

בנוסף, עישון קראק מציג שורה של סיכונים
בריאותיים. קראק לעיתים קרובות מעורבב
עם חומרים אחרים שיוצרים אדים רעילים
בבערתם. מכיוון שסיגריית קראק לא מחזיקה
לאורך זמן רב, מקטרות קראק הם בדרך כלל
קצרות מאוד. זה גורם לעיתים קרובות לבקעים
ובועות בשפתיים, הידועות כ"שפתי קראק",
כתוצאה מדחיפת מקטרת חמה מאד לתוך
השפתיים שלהם.



השפעות ארוכות טווח משימוש בקראק-קוקאין כוללות נזק חמור ללב, הכבד והכליות. משתמשים נוטים יותר למחלות זיהומיות.

שימוש ממושך גורם לחוסר שינה וחוסר תיאבון שמביא לתת-תזונה. עישון קראק-קוקאין עלול גם לגרום להתנהגות אגרסיבית ופרנואידיה.

כיוון שקוקאין מתערב בדרך שבה המוח מייצר כימיקלים, האדם צריך יותר ויותר מהסם רק כדי להרגיש נורמלי. אנשים שהופכים למכורים לקוקאין (כמו ברוב הסמים האחרים) מאבדים עניין בשאר תחומי החיים.

ירידה בכמות הסם גורמת לדיכאון כל כך רציני שהאדם יעשה כמעט כל דבר כדי להשיג את הסם – אפילו יבצע רצח. ובמידה והמשתמש אינו יכול להשיג קוקאין, הדיכאון יכול להיות כל כך אינטנסיבי שזה עלול לדחוף את המכור להתאבדות.

פרשתי כמנהל תאגיד מוצלח אשר שתי בנותיו במכללה והרווחתי את קצבת הפרישה שלי, אולם במסיבת הפרישה שלי התחילו 5 שנים של גיהינום. זה היה כשהציגו בפניי את הקראק-קוקאין בפעם הראשונה. במשך חמש השנים הבאות, אני הפסדתי את הבית, את אישתי, את כל המשאבים הפיננסיים שלי, את בריאותי וכמעט את חיי. ביליתי שנתיים בבית הכלא" – וויליאם

מהם ההשפעות לטווח הארוך של שימוש בקראק-קוקאין?

בנוסף לסיכון הלא רגיל שקשור לשימוש בקוקאין, משתמשי קראק עלולים לחוות בעיות נשימה חמורות, כולל שיעול, קוצר נשימה, נזק לריאות ודימום.

השפעות גופניות ומנטליות

השפעות לטווח קצר

מכיוון שמעשנים אותו, ההשפעות של קראק-קוקאין הם מיידיות ועזות יותר מאלה של אבקת קוקאין.

- אובדן התיאבון
- הגדלת הדופק, לחץ הדם, חום הגוף
- כיווץ כלי הדם
- קצב מוגבר של הנשימה
- אישונים מורחבים
- הפרעות בהרגלי השינה
- בחילה
- גירוי רב מדי
- לפעמים התנהגות אלימה, מזוהר ולא יציבה
- הזיות, רגשנות יתר ועצבנות
- הזיות של חוש המישוש
- שיוצרות את האשליה של חרקים שחופרים מתחת לעור

• אופוריה אינטנסיבית

- חרדה ופרנויה
- דיכאון
- תשוקה אינטנסיבית לסם
- פאניקה ופסיכזה
- מנות יתר (אפילו פעם אחת) עלולות להוביל עוויתות, התקפים ומוות.

השפעות לטווח ארוך

- נזק בלתי הפיך לכלי הדם של הלב והמוח, לחץ דם גבוה שמוביל להתקפי לב, שבצים ומוות
- נזק לכבד, לכליות ולריאות
- כאבי חזה חזקים
- כשל של הנשימה
- מחלות זיהומיות ודלקות במידה והסם הזרק
- תת-תזונה, אובדן משקל
- ריקבון חמור של השיניים
- הזיות של חוש השמיעה

וחוש המישוש

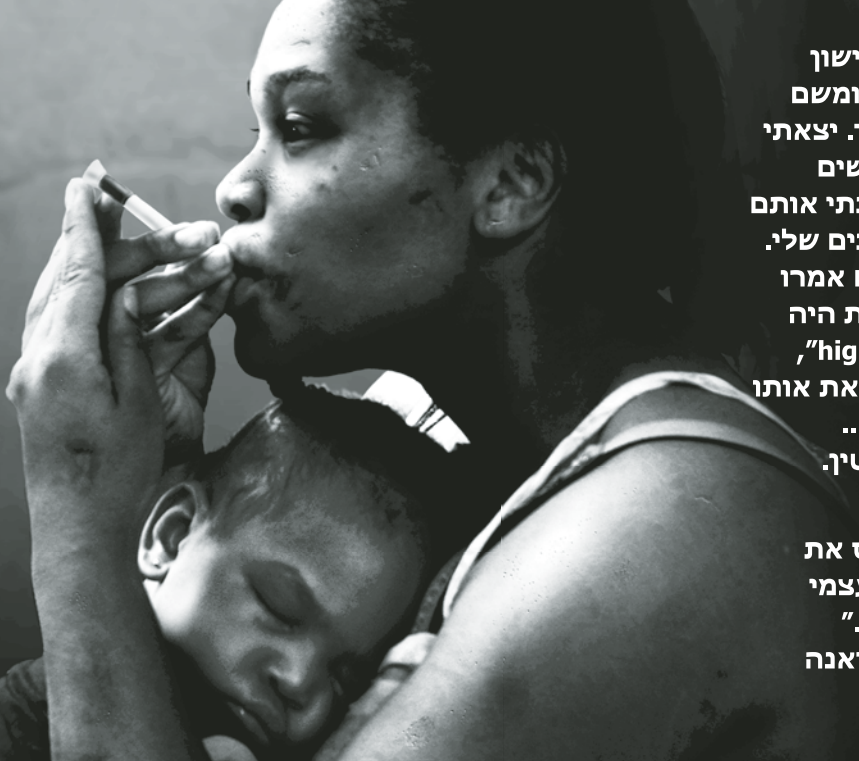
- תפקוד מיני לקוי, נזק בפריזון ועקרות (גם לגברים וגם לנשים)
- חוסר התמצאות, אפתיה, תשישות ובלבול
- עצבנות והפרעות במצבי הרוח
- גדילת השכיחות של התנהגות מסוכנת
- טירוף או פסיכזה
- דיכאון חמור
- סיבולת והתמכרות (אפילו לאחר שימוש אחד)

ילדים: הקורבנות הכי חפים מפשע של הקראק-קוקאין.

לגרום לעובר לשבץ, נזק מוחי בלתי הפיך או התקף לב.

המוסד הלאומי לפגיעה מסמים מדווח שחשיפה לקראק-קוקאין במהלך ההריון יכולה להוביל לבעיות משמעותיות מאוחר יותר בחלק מהילדים.

הקורבנות הכי תמימים של קראק-קוקאין הם תינוקות שנולדים לאמהות שמשתמשות בסם במהלך ההריון. "מצעד המטבעות", ארגון ללא מטרת רווח לבריאות התינוק וההריון, מדווח שהשימוש בקוקאין בצורת אבקה או קראק במהלך ההריון יכול להשפיע על האישה ועובריה בדרכים רבות. במשך החודשים המוקדמים של ההריון, זה יכול להגביר את הסיכון להפלה. זה גם עלול



7 ציגו בפניי את עישון
הקראק-קוקאין ומשם
הכל הפסיק לתפקד. יצאתי
לבלות עם כמה אנשים
שבזמן ההוא החשבתי אותם
לחברים מאוד קרובים שלי.
אתה יודע, מה שהם אמרו
לי על הקראק באמת היה
נכון: כשתהיה ב-"high",
לעולם לא יהיה לך אתו
ה-"high" שוב פעם...
זה הרס אותי לחלוטין.
זה השתלט עליי.

"קראק-קוקאין הרס את
המוניטין, הערך העצמי
והכבוד העצמי שלי."
- דיאנה

קראק-קוקאין: היסטוריה קצרה

למרות שהשימוש בעלי קוקאין כחומר משכר הופיע לפני שלושת אלפים שנה, קראק-קוקאין, צורה גבישית של קוקאין, פותחה בזמן השגשוג של הקוקאין בשנות השבעים והשימוש בו התפשט באמצע שנות השמונים.

לפי הסוכנות האמריקנית לאכיפת סמים, בסוף שנות השבעים היה שפע גדול מאד באבקת קוקאין שהובלה לתוך ארה"ב. זה גרם למחיר הסם לצנוח ב-80% בערך. בעומדם מול צניחת מחירים של המוצר הלא חוקי שלהם, סוחריו הסמים המירו את האבקה ל"קראק", צורה מוצקה של קוקאין שאפשר לעשן אותה.

שבור לחתיכות קטנות, או "קרח", צורה זו של קוקאין נמכרה בכמויות קטנות יותר, ליותר אנשים ברווח גדול יותר. זה היה זול, קל ליצור, קל לשימוש, ועם רווח גדול לסוחרים.

קראק היה החלום של סוחר הסמים:
הוא יצר מצב של אופוריה מיידית,
והמשתמשים בו התמכרו אליו תוך זמן
קצר מאד.






כבר בשנות השמונים, דוחות על שימוש בקראק הופיעו בלוס אנג'לס, סן דיאגו, יוסטון והקאריביים.

הגל הגדול ביותר בשימוש בסם הופיע בתקופת "מגפת הקראק", בין 1984 ו-1990, כאשר הסם התפשט לאורך ערי ארה"ב.

מגפת הקראק העלתה בצורה דרמתית את מספר האמריקאים המכורים לקוקאין. בשנת 1985, מספר האנשים שהודו בשימוש בקוקאין על בסיס קבוע עלה מ-4.2 מיליון ל-5.8 מיליון.

עד סוף 1986, קראק היה זמין ב-28 מדינות ובוושינגטון. עד 1987, דווח שקראק זמין בכל ערי ארה"ב פרט ל-4 מהן. מאז, השימוש בסם המשיך להתפשט לאורך צפון ודרום אמריקה ולתוך אירופה ושאר העולם.



עד 2002, בריטניה התנסתה ב-"מגפת הקראק" שלה, עם מספר המכורים לסמים שמבקשים עזרה שטיפס כמעט ב-50% באותה שנה. בריטניה דיווחה על עליה של 74% בהתפרצויות של מכורים לקראק במהלך פשיטות סמים בין 2000 ו-2006.

רוב משתמשי הקראק-קוקאין האירופאים נמצאים בשלוש ערים - המבורג, לונדון ופריז. אך שימוש בקראק-קוקאין דווח גם כבעיה משמעותית בשלוש טריטריות צרפתיות מעבר לים - גואדלופ, גינאה הצרפתית ומרטיניק - ובכמה קהילות בהולנד.

מה סוחרי סמים יגידו לך

כ אשר ערכו סקר על צעירים כדי לבדוק מדוע הם התחילו להשתמש בסמים מלכתחילה, 55% ענו שזה היה בגלל לחץ מחבריהם. הם רצו להיות מגניבים ומקובלים. סוחרי סמים יודעים זאת.

הם יגשו אליך כחברים ויציעו "לעזור לך" עם "משהו שירים אותך למעלה". הסם "יעזור לך להשתלב" או "יעשה אותך מגניב".

סוחרי סמים, המונעים על-ידי הרווח שהם עושים, יגידו הכל כדי להביא אותך לקנות את הסמים שלהם. הם יגידו לך "נסה קראק רק פעם אחת והכל יהיה בסדר; הוא יגרום להכל להיות בסדר."

לא אכפת להם אם הסם יהרוס את חיך כל עוד משלמים להם. כל מה שאכפת להם הוא כסף. סוחרי סמים לשעבר הודו שהם ראו את קוניהם כ"כלי במשחק שחמט".

למד את העובדות על סמים. קבל את ההחלטות שלך בעצמך.

האמת על סמים

סמים חוסמים את כל התחושות, הרצויות והלא רצויות. לכן, בעוד שהם עוזרים להקל על הכאב בטווח הקצר, הם גם מוחקים את היכולת והערנות ומעכירים את החשיבה.

תרופות הן סמים שמיועדים להאיץ או להאט או לשנות משהו לגבי הדרך שבה גופך פועל, בניסיון לגרום לו לפעול טוב יותר. לפעמים הן נחוצות. אבל הן עדיין סמים: הן פועלות כממריצות או כמדכאות, וכמות גדולה מדי מהן יכולה להרוג אותך. לכן אם אתה לא משתמש בתרופות כפי שאתה אמור להשתמש בהן, הן יכולות להיות מסוכנות כמו סמים לא חוקיים.

סמים הם ביסודו של דבר רעלים. המידה שבה לוקחים אותם קובעת את השפעתם.

כמות קטנה פועלת כחומר מעורר (ממריץ). כמות גדולה יותר פועלת כחומר מרדים (מדכא פעילות). כמות גדולה עוד יותר פועלת כרעל ויכולה להרוג את האדם.

זה נכון לגבי כל סם. רק הכמות הנדרשת להשגת ההשפעה משתנה.

אך יש סמים רבים שיש להם חסרון נוסף: הם משפיעים ישירות על המינד. הם יכולים לעוות את הקליטה החושית של המשתמש לגבי מה שקורה סביבו. כתוצאה מכך, פעולותיו של האדם עלולות להיות מוזרות, לא רציונליות, לא הולמות ואפילו הרסניות.



התשובה האמיתית
היא לדעת את
העובדות ולא
להשתמש בסמים
מלכתחילה.

למה אנשים משתמשים בסמים?

הם חושבים שסמים הם פתרון אבל בסופו של דבר, הסמים הופכים להיות הבעיה.

עד כמה שזה יכול להיות קשה לאדם להתמודד עם הבעיות שלו, ההשלכות של שימוש בסמים הן תמיד גרועות יותר מהבעיה שהאדם מנסה לפתור בעזרתן. התשובה האמיתית היא לגלות את העובדות ולא לקחת סמים מלכתחילה.

אנשים משתמשים בסמים בגלל שהם רוצים לשנות משהו בחיים שלהם.

הנה כמה מהסיבות שצעירים נתנו לשימוש בסמים:

- כדי להשתלב
- כדי לברוח או להירגע
- כדי להפיג שעמום
- כדי להראות בוגרים
- כדי למרוד
- כדי להתנסות



מיליוני עותקים של חוברות כמו זו חולקו לאנשים ברחבי העולם ב-22 שפות. כשסמים חדשים מופיעים ברחובות ומידע רב יותר על ההשפעות שלהם מתגלה, החוברות הקיימות מתעדכנות וחוברות חדשות מיוצרות.

החוברות מוצאות לאור על-ידי ה-Foundation for a Drug-Free World, ארגון ללא מטרת רווח לתועלת הציבור שהמטה שלו נמצא בלוס אנג'לס, קליפורניה.

המוסד מספק חומרים חינוכיים, יעוץ ותיאום עבור הרשת הבינלאומית שלו למניעת השימוש בסמים. הוא עובד עם בני נוער, הורים, מחנכים, ארגוני מתנדבים וסוכנויות ממשלה – כל מי שיש לו אינטרס לעזור לאנשים לנהל חיים נקיים משימוש בסמים.

סימוכין

- "Cocaine use among young reaches shocking levels," thisislondon.co.uk
- "Monitoring the Future, Overview of Key Findings 2007," NIDA
- UN Office on Drugs and Crime Annual Report 2008
- DEA History Book, 1985-1990
- "Crack 'epidemic' fuels rise in violent crime," *The Observer*, 17 Feb 2002
- קרדיטים לתצלומים:
כריכה: IFC; DEA/drugs;
עמוד 5 ו-8: DEA/drugs;
עמוד 12: Courtesy
.InfoImagination.org
- European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, *State of the Drug Problem in Europe, 2008*
- U.S. Drug Enforcement Agency *Fact Sheet on Cocaine*
- National Institute of Drug Abuse: *NIDA Info Facts: Crack and Cocaine*, April 2008
- United Nations Office on Drug and Crime, *World Drug Report 2008*
- "Crack Facts & Figures," Office of National Drug Control Policy, 2008
- "Illicit Drug Use During Pregnancy," *March of Dimes*
- "Research Report Series—Cocaine Abuse and Addiction," National Institute on Drug Abuse (NIDA)
- "Drug and Alcohol Use and Related Matters Among Arrestees 2003," Zhiwei Zhang, Ph.D., National Opinion Research Center

עובדות שאתה צריך לדעת

חברת זאת היא אחת מתוך סדרת פרסומים המתארים את העובדות לגבי שימוש במריחואנה, אלכוהול, אקסטזי, קוקאין, קראק קוקאין, קריסטל מט' ומטאמפטמינים, חומרים נדיפים, הרואין, LSD ותרופות מרשם. כשברשותו המידע הזה, הקורא יכול להחליט לחיות חיים נקיים מסמים.

**למידע נוסף או כדי להשיג עותקים נוספים של חברת זו
או של חברות אחרות בסדרה, צור קשר עם:**

המרכז לסיינטולוגיה ישראל
רחוב שונצינו 12
info@notodrugs.co.il
תל-אביב 61573
טלפונים: 03-6270300
03-6270304

Foundation for a DrugFree World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA
drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org
1-818-952-5260

