

## Ekstazi ve zararlarını açıklayalım (Ecstasy – understanding the risks)

Ekstazi bazı gençlerin kullandığı yasaklanmış bir uyuşturucu maddedir. Esrar, eroin ve kokain gibi uyuşturucular bitkisel olmakla birlikte ekstazi bitkisel değildir ve birtakım değişik kimyasal maddelerin kullanılmasıyla yasadışı olarak imâl edilir.

### Ekstazi nedir?

Ekstazi değişik maddelerden yapılır. İmalâta genellikle aşağıdakilere benzer iki tür kimyasal madde kullanılır.

- Amfitaminler ('speed' de denir) – Bunlar uyarıcı maddelerdir. Enerji verirler ve uyanık kalmayı sağlarlar.
- Sanrı yaratan maddeler (hallucinogens) – var olmayan şeyleri ve sesleri varmışcasına görüp işitmenize neden olurlar. Eşyaların görünümünü ve sesleri çarpık yansıtırlar. Örneğin, bu gibi maddelerin etkisi altında olan bir kişi kahve fincanının yürüdüğünü veya duvar kâğıdının üzerindeki desenlerin hareket ettiğini görebilir.

### Ekstazi nasıl kullanılır?

Değişik şekillerde ve boylarda olan küçük beyaz veya sarı haplar genellikle ağızdan alınır. Bazı kimseler ekstaziye şırıngayla kullanırlar.

### Etkileri nelerdir?

Etkileri uyuşturucunun içinde bulunan maddelerin ve kullanan kişinin özelliklerine göre değişir. Uyuşturucuyu kullanan kişi genellikle kendisini, sevinçli, güvençli ve sevecen hisseder. Aynı zamanda endişe, korku (başkalarından bir kötülük gelecek korkusu) ve depresyon gibi duygular da olabilir.

Ekstazinin kısa dönemdeki etkileri şunlardır:

- Kalp atışlarında hızlanma ve tansiyonun yükselmesi
- Vücut ısısının yükselmesi ve terlemek
- Vücudun kuruması - su kaybetmesi
- Dişleri gıcırdatmak veya çenelerin kilitlenmesi
- Bulantı

### Ekstazi ne derece tehlikelidir?

Ekstaziye gösterdikleri şiddetli tepki nedeniyle ölenler olmuştur. Ölüm olayları çok yaygın olmamakla birlikte bu uyuşturucunun kimler için daha tehlikeli olduğunu tahmin etmek zordur. Bazı ölüm olaylarına şunlar neden olmuştur:

- Aşırı sıcak – ekstaziyle uzun süre dans etmeyi karıştırmak vücut ısısını yükseltir ve vücudun susuz kalmasına neden olur. Ekstazi kullananlar dans ederken ve hareket halindeyken saat başına 500ml, dansetmiyorsa 250ml su içmelidirler.
- Aşırı su içmek – Bir seferde aşırı miktarda sıvı almakla beyin etkilendiği ve kişinin komaya girdiği olaylar bulunmaktadır.

Ekstazi aldıktan sonra araba kullanmamanızı, ekstaziyi diğer uyuşturucu ve keyif verici maddelerle birlikte kullanmamanızı ve şırıngayla alıyorsanız iğnelerinizi başkalarıyla paylaşmamanızı önemle belirtiriz. Kendisinde ve soygeçmişinde akıl hastalığı, evham hastalığı, panik krizleri, kalp hastalığı, yüksek tansiyon, şeker hastalığı, karaciğer hastalıkları veya sar'a olan kişiler ekstaziyi kullanmamalıdır.

### **Ekstazi alışkanlık yapar mı?**

Ekstazinin, örneğin, eroin ve nikotini bıraktıktan sonra görülen yoksunluk krizleri gibi fiziksel alışkanlıklar yaratmadığı düşünülmektedir. Bununla birlikte bu maddeye psikolojik bağımlılık kazananlar bulunmaktadır. Yani bu kişiler onsz kendilerini iyi vakit geçiriyor veya mutlu hissetmedikleri için uyuşturucuyu bırakmakta güçlük çekerler.

### **Ekstazinin uzun dönemdeki etkileri nelerdir?**

Ekstazinin uzun dönemde beyni etkileyerek depresyon ve endişe hislerine neden olduğuna dair bulgular mevcuttur. Keyif verici özellikleri uzun süre kullanmakla azaldığından muhtemelen az sayıda kimse bu uyuşturucuyu uzun boylu kullanmaktadır.

### **Kişinin ekstazi kullandığı dışardan belli olur mu?**

Ekstazinin etkileri, ergenlik çağındaki gençlerde görülen huysuzluklar ve uzun uzun uyumak gibi davranışlara benzediğinden, kişinin bu uyuşturucu gibi, diğer uyuşturucuları da kullandığı, dışardan belli olmayabilir. Çocuklarının uyuşturucu kullandığından endişe eden anne babalar doktorlarına ve halk sağlığı merkezlerine başvurarak yörelerinde bulunan alkol ve uyuşturucu maddelerle ilgili servisler hakkında bilgi alabilirler.

### **Ekstazi veya başka bir uyuşturucu veya keyif verici maddeyi kullanan bir kişi hastalanırsa ne yapmak gerekir?**

Hastalığın ekstaziyle ilgili olduğundan kuşkuysanız hemen bir ambülans çağırınız. Ambülans çağırısına polis gelmez.

Telefonda İngilizce konuşurken yardım istiyorsanız Yazılı ve Sözlü Tercüme Servisi'ni 131 450 numaralı telefondan arayınız.

Sağlık konuları hakkında daha fazla Türkçe bilgi Multicultural Communication <http://mhcs.health.nsw.gov.au> internet sitesinde bulunmaktadır.

Makalelerin yayın tarihinde belirtilen telefon numaraları doğrudur fakat sürekli olarak doğrulukları kontrol edilmez. Bu bakımdan aradığınız telefon numaralarını telefon rehberinden bulmanız gerekebilir.