

III. ŽIVOTNÍ STYL

4. Drogy

Kategorie drog	Krátkodobý účinek (pocit "odměny")	Dlouhodobý účinek (skutečná cena)
Stimulanty (pervitin, kokain)	Obrovský přívál energie, pocit síly a sebevědomí, euforie, člověk nepotřebuje spát ani jíst.	Těžké deprese, úzkosti, paranoia (pocit, že mě někdo sleduje), poškození srdce a mozku, úplné vyčerpání těla, rozpad vztahů.
Sedativa a narkotika (heroin, alkohol)	Útlum, uvolnění, pocit klidu, zmizení bolesti a starostí, teplý, příjemný pocit.	Silná fyzická závislost, abstinenční příznaky (bolesti, křeče, zvracení), riziko předávkování a smrti, ztráta zájmu o cokoli kromě drogy.
Halucinogeny (LSD, houby)	Změněné vnímání reality, barvy jsou živější, zvuky intenzivnější, halucinace, pocit "rozšířeného vědomí".	Nepředvídatelné chování, riziko nehod a sebepoškození ("bad trip"), psychické problémy, flashbacky (náhlý návrat stavu i bez drogy).
Kanabinoidy (marihuana, hašiš)	Uvolnění, smích, pohoda, zostřené vnímání (hudba, jídlo), pocit zpomaleného času.	Zhoršení paměti a schopnosti se učit, ztráta motivace, riziko rozvoje úzkostí a depresí, u náchylných jedinců může spustit vážné duševní onemocnění.

