



Не улаемай!

neuletai.office@gmail.com

№158 [187] 2023

www.neuletai.org.ua





Християнія. Спроба контролювати безконтрольне

Вітаємо вас, дорогі читачі! Минуло два місяці з останнього нашого випуску. Осінь вже змінила літо, і за цей час трапилося багато цікавих та значущих подій. Тож давайте прямо зараз і розглянемо добірку найцікавіших подій, які відбулися протягом цього періоду.

Почнемо з новин американських, а точніше з...

Burning man

Цього року на фестивалі Burning Man-2023 представили дві інсталяції від України.

«Храм Іжак» було зібрано з протитанкових іжаків. Він являє собою меморіал пам'яті українцям, які загинули у війні проти РФ.

Друга інсталяція – «Фенікс». Він виконаний у вигляді тризуба і спочатку був обшитий дерев'яними дошками. Після спалення у вогні, глядачам постала сама скульптура, що символізує відродження країни.

«Наш «Фенікс» – це про стійкість, про внутрішній стрижень, про загартування через полум'я, про переродження з попелу і знаходження своєї нової айдентики. Про оголення почуттів, що змінюють і кожного особисто, і цілу країну. Ми закликаємо світ віднайти в собі не лише біль від втрат, а й свободу, силу та жагу до польоту», – сказав автор ідеї та засновник БФ «Повернись живим» Віталій Дейнега.

Але це не все, що пов'язано з фестивалем. Цього року тисячі людей по закінченню заходу не змогли безперешкодно покинути територію.

Причиною цього стали сильні зливи. Через сильні зливи була розмита пустеля, а також опинився заблокованим рух транспортних засобів на території фестивалю. Така ж ситуація була на під'їздах до нього. Негода перетворила дороги на брудні потоки, якими залило кемпінги учасників фестивалю Burning Man.

Учасників фестивалю попросили сховатися у пустелі Блек-Рок, а також заощаджувати їжу, воду та паливо.

Унаслідок негоди загинула одна людина. Ім'я людини та подробиці обставин смерті публічно не оголошувались.

Ще один штат

Ну, а тепер ближче до нашої теми. В американському штаті Міннесота губернатор підписав законопроект про легалізацію рекреаційної марихуани для людей старше 21 року.

Міннесота стала 23-м штатом США, де дозволили використовувати цю речовину дорослим, повідомляє Associated Press.

Губернатор Міннесоти – демократ Тім Уолз підписав законопроект в оточенні десятків людей у зеленому одязі, які підтримували легалізацію.

Згідно з новим законом, з 1 серпня 2023 року можна зберігати, використовувати та вирощувати коноплі в домашніх умовах. Зберігання коноплі обмежується до 0,9 кілограмів вдома, при собі у громадських місцях дозволяють мати 56 грамів.

У цукерках та інших харчових продуктах обмежать до 800 міліграмів ТГК та 8 грамів концентрату канабісу. Роздрібний продаж в аптеках, ймовірно, буде щонайменше через рік.

Жителі Міннесоти, які були засуджені за вирощування та зберігання, отримають амністію. Ті, хто вирощували та зберігали марихуану у більших кількостях, ніж дозволяє цей закон, можуть подати заявку на пом'якшення покарання.

Однак Бюро розшуку злочинців підрахувало, що розгляд усіх справ триватиме до серпня наступного року.

Прихильники закону стверджують, що він покращить охорону здоров'я та безпеку населення та посилить соціальну справедливість, тоді як противники стверджують, що здоров'я та безпека людей погіршаться. Прихильниками закону є переважно демократи, а противниками – республіканці.

Після того, як до влади у Міннесоті прийшли демократи, вони ухвалили довгий список законодавчих пріоритетів, зокрема легалізацію марихуани.

Минулого року законодавча влада ухвалила законопроект про легалізацію ТГК у їстівній або питній формі, якщо він отриманий із коноплі. Тож у продажі з'явилися жувальні цукерки та напої з марихуаною.

Але не Америкою єдиною...

Піднило щось у Данському королівстві...

Мешканці району Християнія, традиційного раю для хіпі, де торгівля канабісом процвітала, незважаючи на заборони, звернулися до влади з проханням допомогти закрити «вулицю штовхачів» (pusher street) після низки нещодавніх вбивств, пов'язаних з торгівлею наркотиками.

У суботу, 26 серпня, 30-річний чоловік був застрелений і ще четверо отримали поранення на вулицях району Християнія в результаті інциденту, який пов'язують з організованою злочинністю. Речник поліції Копенгагена Поуль К'ельдсен заявив, що стрільянина скоїли двоє невідомих у масках.

Це була вже четверта стрільянина, пов'язана з наркоторгівлею, з 2020 року на «вулиці штовхачів». Відбулася ескаляція злочинності, яка змусила громаду звернутися по допомогу до уряду.

ЗВОРОТНИЙ ЗВ'ЯЗОК

Доброго дня, шановне панство, редакція та всі її працівники!

Мене звати Леонід Петрович. Мені 52 роки, з яких 20 було віддано служінню культу задоволення – того самого, що веде нас своїми шляхами прямісінько у пекло. Інші 30 сумарно випали на не надто вдале дитинство, загублену молодість та, власне, сьогодення. В міру тверезе, наповнене пошуком філософських істин та працею на звичайному хлібозаводі.

Про наболівше. Кажуть, що люди не змінюються, але я не згоден. Дивлюсь я на цю молодь і не розумію. Де їх очі? Де в них жага знань, інтерес до всього навкруги? Де, нарешті, той дух авантюризму, га? Та я вже старий наркоман, але мені цікавіше жити, ніж іншим молодим тверезникам!

Про потрібне. Живу я один, але дуже люблю спілкування. Особливо через листи. Тому я маю пропозицію до газети: давайте зробимо таку сторінку, куди кожен зможе написати листа. Не обов'язково там роман на 957 сторінок, а хоч просто невеличку історію. Я кілька разів відправляв замітки з курйозними ситуаціями зі свого життя в наші газети, але поки що ніхто не друкував. А може людині просто хочеться комусь написати, а нема кому?

Шановне панство, я буду радий за зворотний зв'язок через вашу газету. Вдячний, що ви є, щасливий, що мене почули, тому до побачення!

27.02.2023, ваш Л.П.



Газета «Не улетай!» звернена до тих, хто тією чи іншою мірою має відношення до проблеми наркотиків. А на сьогоднішній день, це – КОЖЕН.

Насамперед, – це той, кого проблема вже торкнулася. І той, чії друзі чи родичі вживають наркотики. І той, хто шукає зворотну дорогу через замісну терапію та програми зниження шкоди.

Це той, хто за обов'язком служби стикається з людьми, які вживають наркотики.

Або той, кого просто розбирають цікавість і жага нових відчуттів.

КОЖЕН має право на об'єктивну та достовірну інформацію. І наше завдання – надати доступ до неї.

Практичні поради, цифри статистики, історії та розповіді людей, які знають проблему зсередини – все це можна знайти на сторінках газети «Не улетай!».

А ще КОЖЕН має право знати, що наркозалежність – це не вирок. Кожен може знайти вихід, іншу дорогу. Дорогу справжнього життя.

P.S. Наша редакція абсолютно відкрита для спілкування, співпраці, конструктивного діалогу та зворотного зв'язку. Тому якщо у вас є історії, якими ви хотіли б поділитися, цікава інформація або особлива точка зору – напишіть нам на neuletai.office@gmail.com

З повагою –
редакція газети «Не улетай!»

«Сьогодні ввечері, 27 серпня, громада Християнії вирішила, що «вулицю штовхачів» має бути зачинено», – йдеться в заяві району.

«Жителі Християнії не мають ні ресурсів, ні влади, щоб зачинити «вулицю штовхачів» і далі її контролювати», – додали в громаді.

Колись цей район був раєм для контркультури хіпі 1970-х років. Саме завдяки їм в 1971 році там було створено комуну «вільне місто Християнія».

У цій невеликій громаді, створеній на місці колишньої військово-морської бази, продаж і споживання канабісу є незаконними, але до них ставляться толерантно. Це дозволило процвітати відкритій торгівлі канабісом, зосередженій саме на «вулиці штовхачів», що привело в цей район небезпечні злочинні угруповання.

Зараз у районі площею 34 гектари в самому центрі Копенгагена проживає близько 900 осіб. На початку серпня 2023 року мешканці заблокували доступ нерезидентам «в надії звільнити Християнію від банд». Щороку комуну відвідують понад півмільйона туристів.

Міністр юстиції Данії Петер Хумельгаард заявив в інтерв'ю місцевому телеканалу TV2, що він хоче «досягти довготривалих змін» у цьому районі. Він додав, що робоча група у складі мешканців, поліції, представників державних органів та муніципалітету Копенгагена розглядає можливість вирішення проблеми району.

І це далеко не все цікаве, щось трапилося останнім часом. Більше – на сторінках цього номеру!

Приємного прочитання!

4 травня в Києві за підтримки Міністерства охорони здоров'я відбулася міжнародна науково-практична конференція «Психоделічна терапія в лікуванні посттравматичних синдромів» за ініціати́ви Центру психічного здоров'я «Лісова поляна» та громадської організації UPRA. Це перший в історії української медицини відкритий діалог про психоделіки в лікуванні психологічних травматичних розладів, кажуть організатори.

На заході, який транслювався українською та англійською мовами, закордонні експерти світового масштабу розповіли про міжнародну практику застосування психоделічно асистованої терапії (ПАТ) та висвітлили результати останніх клінічних випробувань.

Сьогодні введення ПАТ в загальну практику – це питання ось прямо «на часі». Але що це таке? Як воно працює? Давайте в цьому розбиратися.

Корисні наркотики (?)

Псилоцибін (або гриби), ЛСД, MDMA (або екстазі) – це психоделічні препарати, що змінюють свідомість людини. Їх вживання заборонено законом у більшості країн світу. Але, наприклад, у США ці речовини можна вивчати в медичних цілях. Вчені дійшли висновку, що відомі всім наркотики можуть бути корисними при лікуванні психічних розладів. Деякі дані свідчать про те, що психоделіки ефективніше за певні дозволені сьогодні антидепресанти борються з тривалою депресією та посттравматичним стресовим розладом.

Під час досліджень учені не просто дають гриби чи ЛСД добровольцям. Вони вивчають, як реагує на препарати мозок людини – за допомогою спеціального обладнання досліджують, як поведяться нейрони людини.

Учені вважають, що псилоцибінові гриби корисні при лікуванні депресії, посттравматичного стресового розладу та інших ментальних розладів.

Для психоделічної терапії є кілька умов: дозування має визначати лікар; препарати отримують тільки ті, кому поставлено клінічний діагноз; пацієнта протягом курсу, включно з самим процесом прийому речовин, супроводжують психотерапевти. Психотерапевтичні сеанси важливі так само, як і вживання препарату, адже пацієнт має не просто вирушити в тріп, а пропрацювати свої травми.

Нині протягом одноденного клінічного сеансу під наглядом двох терапевтів пацієнт отримує 20-30 мг чистого псилоцибіну. За словами лікаря Метью Джонсона, заступника директора Американського дослідницького центру, у середньому це відповідає 4-5 грамам сушених грибів *Psilocybe cubensis* – найпоширенішого виду на чорному ринку. Стандартна рекреаційна доза – 2 грами.

Серед закладів, що відкрили відділення психоделічних досліджень – Єльський і Каліфорнійський університети, а також Маунт-Синай, одна з найстаріших лікарень Нью-Йорка. Також сьогодні існують десятки стартапів, які націлені на вивчення і просування цього виду терапії, а також займаються технологічними розробками для нього. Залучаються і приватні медичні компанії. Наприклад, Compass Pathways з головним офісом у Великій Британії проводить 22 клінічні випробування в десяти країнах світу: фахівці вивчають вплив псилоцибіну на хворих на депресію.



GOOD TRIP

Амбулаторна хірургія

Це не «візьми дві пігулки та подзвони вранці», пояснює лікар Метью Джонсон. За його словами, лікування психоделіками в майбутньому буде схожим на дослідження, що проводяться сьогодні. Вони нагадують «амбулаторну хірургію». Це сеанси, які призначає лікар. Нині заведено, щоб пацієнт лягав на ліжко, одягав на очі чорну пов'язку і слухав музику.

Як реагуватиме мозок, залежить від речовини. Псилоцибін і ЛСД діють на рецептори серотоніну, який впливає на настрій. Дослідження показують, що ці препарати можуть стимулювати здатність мозку створювати нові нейронні зв'язки. «Ліки активують терапевтичний стан, схожий на сновидіння, посилюють сенсорне сприйняття, а спогади виникають, наче маленькі фільми», – пояснює Франц Волленвейдер, психіатр і нейрохімік з Університетської психіатричної лікарні в Цюріху. Він вважає, що в такому стані людям легше позбутися стереотипів мислення.

Основна ідея терапії – відкрити двері для нових ідей про те, як думати про минуле і майбутнє, і закріпити їх у супроводі психотерапевта, додає психофармаколог Імперського коледжу Лондона Девід Натт.

MDMA змінює свідомість, робить людину більш відкритою і вразливою – вводить її в стан, коли терапевту простіше досліджувати травму і працювати з нею. Водночас реакція людини на препарат індивідуальна. Вона залежить від обставин, у яких перебуває пацієнт, хімічного складу його мозку, життєвого досвіду.

Чому не антидепресантами?

Антидепресанти допомагають не всім. У випадках сильної депресії їхня дія може бути нетривалою. Зараз світ зіткнувся з кризою психічного здоров'я,

коли дедалі більше людей страждає від ментальних розладів, з опіюдною кризою, а також із лібералізацією наркополітики. Наприклад, за 2017 рік 70 тисяч американців померло від передозування опіоїдами, які використовують для лікування посттравматичного стресового розладу.

Насправді дослідження психоделіків як медпрепаратів не нові. Їх проводили ще в 50-60-х роках минулого століття. Але тоді препарати вийшли з-під медичного контролю: їх стали активно вживати на вулицях, через що країни вирішили згорнути дослідження і заборонити речовини.

«Це справжня трагедія, адже психоделіки – всього лише інструмент, і наслідки їхнього вживання, корисні чи небезпечні, залежать від того, як ці речовини вживати», – вважає засновник міждисциплінарної Асоціації психоделічних досліджень (MAPS) Рік Доблін.

Реальні показники

У 2017 році Управління продовольства і медикаментів США присвоїло статус «проривної терапії» психотерапії з використанням MDMA для лікування посттравматичного стресового розладу. Такий статус Управління присвоює найперспективнішим дослідженням. Це сталося після того, як дослідження, яке фінансує MAPS, показало: 56% учасників відчули «значне полегшення» – настільки, що їхній стан більше не відповідав посттравматичному стресу.

80% залежних від куріння кинули згубну звичку щонайменше на півроку після лікування псилоцибіном. За рік 67% до куріння не повернулися. Про це свідчать дані дослідження, проведеного ще 2006 року. У 2015 році інше дослідження показало, що стан 80% онкопацієнтів із депресією та тривожністю покращився.

Дослідження 2020 року показало, що у 71% людей із депресією, які приймали псилоцибін, симптоми захворювання скоротилися наполовину. 50% учасників врешті-решт вийшли в ремісію.

Виклики і питання

Багато. І питання доступу до такої терапії – одне з ключових сьогодні. Наразі медики та активісти, які працюють над просуванням методу в Штатах, сходяться на думці, що навіть у разі схвалення Управлінням медикаментів терапія не буде доступна всім. Вартість оцінюється в 13-15 тисяч доларів за курс лікування. Основна частина ціни – не препарати, а терапевтичні години. Зараз курс передбачає 42 години роботи з двома психотерапевтами, а також три ночівлі в медичному центрі. Поки що точаться дискусії про те, скільки потрібно годин роботи з психотерапевтом, сеансів саме із вживанням препаратів тощо.

А що ж у нас?

В Україні поки немає легальної бази для застосування ПАТ у психотерапії. Утім, за словами адвокатів цього методу, використання психоделічної терапії лише актуалізується через наслідки повномасштабної війни. Психоделічно асистована терапія може бути додатковим інструментом в лікуванні людей з посттравматичним стресовим розладом, кажуть фахівці, із якими ми поспілкувалися в процесі підготовки матеріалу.

Впровадження ПАТ конче необхідне нам саме зараз через тяжкі наслідки для психіки військовослужбовців, які беруть участь у війні РФ проти України. На думку засновника Центра психотерапії, психосоматики та психоделічної медицини «Експіо», лікаря-психотерапевта Владислава Матреницького, ситуація може бути катастрофічною: «Якщо ми подивимося на те, що відбувається зараз із нашими бійцями, то, думаю, відсотків 80 вже мають ПТСР. [Точних оцінок цієї проблеми наразі немає, воєнний МОЗ давало оцінку, що більша частина українців перебувають у зоні ризику розвитку ПТСР, – ред.] Військові психіатри часто навіть не дуже хочуть його діагностувати, тому що тоді всіх потрібно буде звільняти від служби. Коли ці люди прийдуть із війни, то наявна наразі психіатрія з антидепресантами просто з ними не впорається. Ми маємо бути підготовлені для того, щоб запропонувати цим людям щось більш ефективне».

Завпровадження психоделічної терапії в українську медичну практику в такий надзвичайно складний час відкриває можливість для майбутнього, де пацієнти з ПТСР зможуть знайти поліпшення свого стану та спосіб знову повноцінно жити.

На тлі повномасштабного вторгнення росії, в нашій країні актуальність впровадження психоделічної терапії в загальну медичну практику набуває особливого значення. Людей з ПТСР ставатиме більше, тож ситуація вимагає негайних та ефективних методів лікування, які можуть забезпечити їм шлях до відновлення психічного стану та внутрішньої гармонії.

Тож сподіваємося, що цей інноваційний підхід буде прийнятий нашим суспільством і принесе надію та покращення у життя багатьох, хто потребує підтримки та лікування.

Назар МОЗЕЛЬ

Прямо зараз Україна стоїть перед важливим завданням – впровадженню нової стратегії наркополітики на період від 2023 до 2030 року. Ця стратегія має наступні завдання:

1. Розробити стандарти для регулювання лікарських засобів, пов'язаних з наркотиками.
2. Впровадити та інтегрувати існуючі інформаційні системи для обліку потреби в цих засобах.
3. Регулювати обсяги квот на їх ввезення та вивезення з території держави.
4. Контролювати процеси виготовлення, виробництва, призначення та відпуску цих лікарських засобів.
5. Забезпечити облік осіб, які потребують лікування залежності в електронній системі охорони здоров'я.
6. Здійснювати обмін звітною документацією між закладами охорони здоров'я та суб'єктами, що беруть участь у ввезенні та вивезенні цих лікарських засобів.

І здавалося б, – нарешті все зрушило з мертвої точки. Але у профільних громадських організаціях глибоко занепокоєні тим, що ця стратегія може виявитися спроможною на все перелічене тільки на папері. Це викликає серйозні обурення серед активістів та експертів, оскільки відповідна стратегія повинна бути повністю функціональною та спрямованою на підтримку і захист прав і свобод громадян та забезпечувати стабільність та безпеку в країні.

Ця обуреність викликана страхом перед можливою російською орієнтацією у стратегії, яка, на думку багатьох, може привести до реалізації каральних практик та обмеження громадянських прав та свобод. Громадські організації вже висунули свої пропозиції та вимоги, і тепер вони очікують від уряду відповіді та діалогу для забезпечення прозорості та демократичного процесу при формуванні даної стратегії.

Представники громадських організацій по роботі з наркоспоживачами, визначили конкретні вимоги, які, на їхню думку, повинні бути враховані у новій Державній стратегії наркополітики України на період 2023–2030 роки. Зокрема, вони визначили, які аспекти слід включити в стратегію, щоб вона була більш ефективною та спрямованою на потреби суспільства.

У додаток до цього, громадські організації об'єдналися в консорціум DRUGPOLICY.UA, який планує здійснювати громадський контроль і співпрацювати з урядом з метою переконатися, що стратегія буде розроблена та ухвалена з урахуванням європейських стандартів і призначена для користі всього українського суспільства. Про це заявив координатор консорціуму DRUGPOLICY.UA, який також є представником експертної ради з наркополітики в ENPUD (Eurasian Network of People who use drugs) – Ігор Козак.

Свою позицію представники громадського сектору озвучили на пресконференції «Стратегія державної політики щодо наркотиків: курс на Європу чи до росії?», що відбулася в ІА «Інтерфакс-Україна» 31 серпня, у День поінформованості про передозування.

«Стратегія має бути не каральною, не насильницькою, як це давно заведено в наших північних сусідів, а гуманною та людиноцентричною. І тільки тоді вона буде ефективною», – заявив один з учасників заходу, член правління ГО «Міські ініціативи та суспільні трансформації», спів-організатор Маршу Свободи за реформи державної політики щодо наркотиків Назарій Совсун.

Але давайте трошки підійнемо контекст цієї події.

Що ж не так з нашою наркополітикою?

Щоб відповісти на це питання, почнемо з історії і для цього процитуємо пана Совсуна:

«Тоді (в 2005 році – прим. ред.) слово «наркополітика» було незвичним і навіть смішним для багатьох – розповідає Назарій Совсун – і не дивно, що правила гри монополюно утримувало Міністерство Внутрішніх Справ, а наративи були абсолютно тотожні російським. «Наркотики – це злочинність» і на цьому власне все. Зараз з'явилась інша тональність про фундаментальні права людини на життя, на здоров'я, на доступ до лікування, бо наркотичні засоби – це також і ліки. Єдина розумна політика тут – це баланс між доступом до ліків та контролем за обігом, де контроль повинен бути ефективним, а доступ – повноцінним».

Не дивлячись на зміну всесвітньої наркополітики, Україна залишилася з абсолютно архаїчною програмою, яка ще й існувала здебільшого тільки на папері. Приведемо слова директора всеукраїнського об'єднання людей з наркозалежністю БО «ВОЛНА» Олега Димарецького:

«Була дійсно стратегія, яка наразі, в офіційних дже-релах, на сайті кабінету позначена, як чинна. Стратегія 2013-2020 року закінчилась, як і план її реалізації в 2020 році. Чому я на цьому наголошую, – тому що ця позначка «чинна» не робить стратегію 2013-2020 року дійсно такою, що на даний момент реалізується в Україні. Вона закінчила свій



термін, вона не має продовження, жодного офіційного документу, який би оголошував її продовження у надзвичайному стані, – ковіду чи війни тощо. Тому у нас на сьогодні немає стратегії щодо наркополітики або наркотиків в країні.

Проте перші драфти самого документу з пояснювальними записками, стратегічними завданнями тощо, дійсно було в перший раз винесено на громадське обговорення МОЗом в 21-му році. Були певні зауваження до стратегії, і наразі, наприкінці липня 23-го року МОЗ оголосило громадські обговорення вже напрацьованого документа, який має повну назву «Стратегія щодо наркополітики України 2023-2030 років та план її реалізації».

Це зовсім інший документ, який відрізняється структурою, завданнями та має певні орієнтири, що наголошують на кращі практики європейських країн щодо подолання зростання наркоситуації в країні. По суті, цей документ є стратегічним завданням, що має змогу підвищити потенціал всіх працівників та дотичних служб, які впроваджують програми подолання незаконного обігу наркотичних речовин та боротьби з ними. Також документ враховує пункти, які відносяться до поняття декриміналізації саме людей, які вживають наркотики або мають медичний діагноз F11, F19. Окремо зупинюся на останньому пункті. Люди не повинні відбувати покарання, в них повинна бути альтернатива криміналізації, переслідуванню та перебуванню в місцях позбавлення волі. Пропонується побудувати профілактичну практику, в рамках якої люди не підпадуть під переслідування правовими структурами, якщо вони не причетні до торгівлі наркотичними речовинами».

Виходить, що мінімальний поріг притягнення до кримінальної відповідальності в Україні надзвичайно низький і відрізняється від великої частини європейських країн. Ця ситуація призводить до того, що правоохоронні органи спрямовують усі свої зусилля на переслідування осіб, які вживають психоактивні речовини. Внаслідок цього відводиться недостатньо ресурсів для боротьби з організованою наркозлочинністю, яка займається поширенням та торгівлею наркотиками, в тому числі і серед неповнолітніх.

Люди потрапляють до в'язниці, втрачають доступ до якісних медичних послуг і це сприяє епідемії ВІЛ, туберкульозу та гепатитів. У Стратегії державної політики щодо наркотиків до 2020 року були заплановані зміни до наказу МОЗ №188 «Про затвердження таблиць невеликих, великих та особливо великих розмірів наркотичних засобів, психотропних речовин і прекурсорів, які знаходяться у незаконному обігу», але уряд їх проігнорував.

КУДИ

«В Україні немає врегулювання цієї теми, – розповідає Олег Димарецький – тобто, є наказ №188, який саме говорить про певні речовини, які вносять до таблиць, де є визначення мінімального дозування, середнього або максимального. Наприклад, 000,1 опіатів – це є мінімальний обсяг, а 000,2 – це є середній обсяг, за який призначається кримінальна відповідальність. А звідки ці цифри, яке дослідження це було?.. Людина, у якої вилучена ця речовина, фактично отримує за мінімальний розмір вже кримінальне переслідування. Ми пропонуємо, щоб було чітке впровадження. Тобто, яка інституція буде відповідати за збір даних про речовини, як це співвідноситься з таблицями, які таблиці будуть використовуватися...».

І, напевно, найголовніша проблема нашої наркополітики – це тотальна відсталість від всіх сучасних напрацювань цивілізованого світу. І це з урахуванням того, як ми намагаємося стати частиною саме цивілізованого світу.

«Два роки минуло і зміни в проєкті суто косметичні, – каже пан Совсун, – і робились вони в основному до 24 лютого 2022 року, тому абсолютно не відображають два важливих фактори, – це повномасштабне вторгнення і, власне, євроінтеграційних процесів. Справа в тому, що за два роки правове поле Європи і решти цивілізованого світу оновилися кардинально. Наука і технології крокують вперед, а Україна може на це відповісти лише архаїчним текстом з погано замазаними слідами «рускава міра». Тому хорошу новину, що Україна майже має державну стратегію щодо наркотиків, затьмарює погана – це те, що є ризик, що уряд спокуситься ухвалити цей документ суто формально, без занурення у подробиці. Можливо, навіть, без наміру насправді виконувати цю стратегію, просто для галочки в «атестаті про готовність» до євроінтеграції».

Як це змінити?

Перейдемо до пропозицій від громадських організацій. Ось що можна побачити в листі-зверненні від БФ «ВОЛНА».

– налагодити збір інформації про нові психоактивні речовини, які ще не перебувають під контролем, у тому



розробити медичний стандарт послуги з реабілітації. На даний момент в медичних документах існує тільки поняття реабілітації людей, які внаслідок споживання отримали певні фізичні вади. Ми хочемо, щоб термін реабілітація був дотичним до всіх людей, які мають діагнози F11, F19. Простіше кажучи, – щоб існував перелік чітких і зрозумілих послуг. Тобто, якщо реабілітація є лікувальною програмою з використанням інших медичних практик, то повинні бути офіційно затверджені і роз'яснені її основні елементи. Наприклад, що таке детоксикація, скільки вона триває, які препарати для неї використовуються. Або, наприклад, який термін психологічної підтримки, які функції вона виконує. Що таке реабілітація, скільки вона триває і таке інше. Цей стандарт повинне розробити та втілити в життя Міністерство Охорони Здоров'я. І він так і повинен називатися: «Стандарт з реабілітації людей, які мають медичний діагноз F11, F19». Ми пропонуємо узаконити цей стандарт. Тобто, щоб ця діяльність була сертифікована і мала ліцензію, щоб держава могла це контролювати, щоб були створені реєстри надавачів таких послуг», – каже Олег Димарецький.

Про те, що на часі

Особливо актуальним є питання доступу до знеболення та медичного обслуговування для військових та людей, які постраждали внаслідок війни.

«Жодним чином країна не регулює доступ до знеболення, до використання медичних практик, до лікування постраждалих синдромів у людей – каже пан Димарецький. – Ми пропонуємо, щоб країна відновила план допомоги цим людям. А саме розширила доступ до використання знеболювання людьми, які виконували і виконують свої військові обов'язки. Надала доступ людям, які постраждали від війни і мають відповідний статус. Країна повинна політично задекларувати систему, в рамках якої буде побудований медико-соціальний супровід цих людей. Необхідно запровадити законодавчий супровід, створити перелік професій, від яких треба відлучати людей, якщо вони знаходяться на профілактичному або стаціонарному лікуванні».

ТРИМАЄМО КУРС?

числі інформацію про їх хімічний склад, форми зловживання, канали збуту, торгові найменування та походження;

- розробити методiku реального оцінювання медичних, наукових та інших потреб України в наркотичних засобах і прекурсорах згідно з даною стратегією та з урахуванням стратегії протидії ТБ/ВІЛ/СНІД до 2030 року;

- удосконалити процедуру затвердження квот на виготовлення, зберігання, ввезення та вивезення з України наркотичних засобів;

- врегулювати порядок віднесення речовин до наркотичних засобів і психотропних речовин або їх аналогів;

- забезпечити контроль станів за наявністю наркотичних засобів або психоактивних речовин (алкоголь та інші) в організмі працівників, які безпосередньо здійснюють перевезення пасажирів, а також тих, діяльність яких пов'язана з функціонуванням потенційно небезпечних виробництв;

- забезпечити заклади охорони здоров'я та аптечну мережу таблетованими та пролонгованими формами опіоїдних анальгетиків;

- удосконалити механізми тестування та оцінки стану здоров'я засуджених та взятих під варту в установах виконання покарань, зокрема з виявленням осіб, хворих на психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання;

- забезпечити доступ всіх видів послуг з лікування, виконання психосоціальних (зокрема реабілітації) і фармакологічних програм (зокрема, детоксикації, замісної підтримувальної терапії та програм зменшення шкоди) в установах виконання покарань, організації супроводу і контролю цього процесу;

- забезпечити здійснення ефективного контролю за дотриманням ліцензійних умов суб'єктами господарювання у сфері обігу наркотиків;

- удосконалити порядок контролю за обігом наркотичних засобів для зняття надмірних обмежень, які можуть негативно впливати на застосування наркотичних лікарських засобів;

- налагодити безперервність відстеження наркотичних засобів від моменту ввезення на територію України

або виробництва на території України до надходження у фармацевтичні заклади та заклади охорони здоров'я, науково-експертні та інші установи, діяльність яких пов'язана з їх обігом;

- удосконалити порядок обігу наркотиків у закладах охорони здоров'я, виробництва і реалізації операторами фармацевтичного ринку наркотичних лікарських засобів, зокрема встановлення предметно-кількісного та рецептурного обліку лікарських засобів з малим вмістом наркотичних засобів;

- облаштувати дільниці слідчих ізоляторів для надання медичного обслуговування або продовження лікування за програмою ЗПТ;

- забезпечити розробку і виконання програм запобігання поверненню осіб, які звільняються з місць позбавлення волі, до зловживання наркотиками та можливим рецидивам кримінальної поведінки.

Пан Димарецький визначив три ключові мети нової стратегії:

1. Запобігання поширенню наркозалежності серед нових осіб, зокрема молоді, та зменшення прецедентів вживання наркотиків.

2. Розвиток інноваційних програм зменшення шкоди від вживання наркотиків, зокрема ін'єкційних та їх підтримка.

3. Зміни в нормативно-правовій базі для сприяння гнучкості, спрощеним процедурам та інноваціям у дослідженнях та розвитку програм зменшення шкоди.

Також він вказує на відсутність медичних стандартів для реабілітації наркозалежних та профілактичних програм в Україні. Запропонований паном Димарецьким підхід має ґрунтуватися на новаціях, спрощенні системи та декриміналізації наркозалежних осіб.

«Цей стандарт (реабілітації) не несе ознак соціальної політики. Тобто, якщо так поглянути, з офіційної точки зору реабілітація сприймається яким завгодно чином. Але це все не врегульовано законодавством. Ми пропонуємо

В попередній статті ми розповідали про психоделічно асистовану терапію та її використання для лікування ПТСР. На сьогодні в Україні відсутня юридична база для використання ПАТ у психотерапії. Але це те саме питання, яке потрібно вирішувати вже зараз, бо людей з психічними травмами стає більше щодня. Психоделічно асистована терапія може стати додатковим інструментом у лікуванні осіб, що страждають від психічних розладів, зокрема ПТСР, внаслідок дій країни-агресора. І для того, щоб створити цю саму юридичну базу треба в першу чергу зробити для неї підґрунтя у вигляді працюючої сучасної людиноцентричної наркополітики.

І на закінчення

Знову ж таки процитуємо пана Димарецького:

«Ми повинні позбутися всього радянського. Ми – країна, яка має шлях європейських цінностей. Ми дійсно країна, яка об'єднана принципами захисту та повагою до прав людини. Ми дійсно країна, яка не повинна переслідувати людей тільки за їх вибором в житті. Ми будемо запроваджувати альтернативну міру покарання для людей, які мають відношення не до збуту наркотичних речовин, а до власного використання. Звісно, наголошуємо на розбудові соціальної, медичної, правової сфери на основі кращих західних, європейських практик впровадження наркополітики країни. Я вірю в здоровий глузд людей, які будуть приймати рішення і слово «декриміналізація» буде підтримано при прийнятті документу під назвою «Стратегія щодо наркополітики 2023-2030 років в Україні».

Сподіваємося, що в сьогоднішніх реаліях – реаліях повноцінної війни – ми дійсно зможемо зробити права людини центральним елементом нашої системи.

Тільки тоді ми станемо сучасною країною, створеною для життя.

Мар'яна ДУБРОВСЬКА

Давайте трошки поговоримо про Мальту, бо за очікуванням змін в українській наркополітиці, ми якось трошки пропустили, що саме в цій маленькій острівній країні півроку тому відбулася одна з найбільш історичних подій часу для європейської політики щодо канабісу та легальної конопляної індустрії, що продовжує зароджуватися на континенті. Починаючи з 28 лютого, уряд Мальти почав приймати заявки на створення некомерційних канабіс-клубів.

Це важлива віха не тільки для Мальти, яка є єдиною країною в Європі, що прийняла національну програму легалізації використання канабісу для дорослих, але це також важлива віха для всієї європейської індустрії, оскільки Мальта є першою країною в Європі, яка створила таку національну систему ліцензування використання канабісу для дорослих.

Але давайте по порядку...

Трошки про саму країну

Мальта, відома як «пуп Середземномор'я», є однією з найменших країн світу з населенням менше мільйона осіб. Вона розташована між Сицилією та Лівією (найпівнічніша частина Африки). Цікавим фактом про Мальту є те, що в будь-який момент можна очікувати, що в цій країні стане більше туристів, ніж жителів. Це лише доводить, наскільки мальовничим є цей острів! Мальта також популярна своїми численними історичними пам'ятками, включаючи мегалітичні храми, фортеці та похоронні камери.

І давайте одразу до головного і насправді риторичного питання, – так, канабіс повністю легальний на Мальті, як для медичного, так і для рекреаційного використання. Мальта була першою країною в ЄС, яка легалізувала рекреаційний канабіс. Задавши темп, сусідні країни, такі як Італія та Греція, ведуть позитивні дискусії щодо легалізації канабісу.

Медичний канабіс був легалізований на Мальті у 2018 році. До цього в країні було легалізовано використання синтетичних канабіноїдів, таких як Sativex, для лікування спастичності. Однак розгортання цієї програми відбувалося повільно. У 2018 році уряд легалізував медичний канабіс для лікування хронічного болю, спастичності та побічних ефектів хіміотерапії. Пацієнтам потрібен рецепт від лікаря, і канабіс може видавати лише фармацевт.

Сама конопля легальна на Мальті, як і в інших країнах ЄС. Згідно з новим законодавством ЄС, легальна конопля не повинна перевищувати 0,3% ТГК.

Чи легальний КБД на Мальті?

Звичайно, КБД, отриманий з конопель, легальний на Мальті. Ви можете легко знайти магазини КБД у Валлетті та сусідніх мальтійських містах. Мальта є частиною Європейського Союзу (ЄС) і тому підпорядковується законам ЄС щодо конопель, які забороняють державам-членам обмежувати транскордонну торгівлю КБД.

Чи легальний рекреаційний канабіс на Мальті?

Так, рекреаційний канабіс був легалізований на Мальті наприкінці 2021 року. У грудні 2021 року мальтійський парламент ухвалив законопроект «Про повноваження щодо відповідального використання канабісу»; 36 депутатів проголосували «за», а 27 – «проти».

На Мальті немає рекреаційних диспансерів, але замість них на цей момент у країні діють соціальні клуби коноплярів. Клуб може налічувати до



ОСТРІВ СВОБОДИ?

500 членів. Клуби підтримують своїх членів у вирощуванні власного канабісу вдома. Члени клубу можуть отримувати до 20 насінин канабісу на місяць. Члени клубу також можуть отримувати 7 грамів канабісу щодня, максимум 50 грамів на місяць. Однак споживачам не дозволяється вживати канабіс у громадських місцях.

Законопроект був підписаний президентом Мальти Джорджем Веллоу через чотири дні, причому Велла відкинув заклики його опонентів відмовитися від цього.

Покарання за канабіс на Мальті

Покарання за порушення законів про канабіс на Мальті не такі суворі. На початку 2022 року, після легалізації рекреаційного канабісу, мальтійський лікар був заарештований і звинувачений у тому, що давав канабіс своїм пацієнтам. Доктора Ендрю Агіуса звинуватили в торгівлі наркотиками та продажу імпортованого канабісу своїм пацієнтам для полегшення болю в спині. Це викликало обурення з боку ентузіастів канабісу на Мальті.

Якщо вас спіймають з більш ніж 7 грамами канабісу в громадському місці, ви будете зобов'язані сплатити штраф у розмірі від 50 до 100 євро. Однак неповнолітніх правопорушників зараховують до «плану догляду», встановленого урядом, який спрямований на запобігання зловживанню наркотиками серед молоді.

Чи можете ви вирощувати коноплю вдома на Мальті?

Так, дорослі старше 18 років можуть вирощувати максимум чотири рослини

канабісу на домогосподарство. Насіння канабісу можна придбати в соціальних клубах канабісу, які завжди відкриті для нових членів.

Рекреаційний рай?

Мальта була першою країною ЄС, яка повністю легалізувала канабіс. Однак, якщо ви відвідуєте Мальту, не так просто дістати якісну легальну траву. Тут немає рекреаційних диспансерів, і єдиний спосіб легально придбати траву – це членство в соціальному клубі. З лімітом у 50 грамів на місяць малоімовірно, що у вашого господаря залишаться залишки. Тим не менш, нелегальний ринок трави на Мальті процвітає, і ви можете придбати будь-яку траву за кілька доларів.

Перепони на шляху

Мальтійський орган з відповідального використання канабісу (Authority for the Responsible Use of Cannabis; ARUC) оновив свою новаторську нормативну базу щодо канабісу для дорослих після широкої критики з боку зацікавлених сторін.

На прес-конференції в середині травня секретар парламенту Мальти з питань реформ Ребекка Баттігі і глава ARUC Леонід Маккей представили новий набір «доопрацьованих» правил, які спрямовані на вирішення низки питань в рамках постійного «процесу консультацій із зацікавленими сторонами».

Хоча зацікавлені сторони високо оцінили гнучкість та врахування зворотного зв'язку з деяких питань, вони стверджують, що багатьом «членам місцевих громад та традиційним виробникам ко-

нопель все ще майже неможливо створити асоціації».

У квітні 2023 видання Business of Cannabis повідомляло, що багато місцевих зацікавлених сторін скаржилися на те, що нинішні «бар'єри для входу занадто високі».

Ключовим занепокоєнням серед потенційних власників Асоціації зменшення шкоди від вживання конопель був формат процесу подання заявки, який передбачав, що всі документи повинні бути подані одночасно із заявою.

Це означало, що заявники повинні були протягом всього процесу розгляду заявки утримувати та обслуговувати потенційно обраний об'єкт нерухомості, просто щоб мати змогу подати належні документи.

Наразі ARUC змінила цю вимогу, щоб дозволити майбутнім асоціаціям застосовувати покроковий підхід у процесі подання заявок.

Наступне питання стосувалося правил перевезення канабісу. Якщо коротко, – Ендрю Бонелло, президент ReLeaf Malta, описуючи їх, сказав, що ARUC ставилася до канабісу «як до плутонію».

Раніше перевезення канабісу між місцем вирощування та місцем продажу могли здійснювати лише особи з такою ж ліцензією, що потрібно мати для перевезення токсичних, радіоактивних та вибухонебезпечних речовин.

Однак, згідно з нещодавно зміненими правилами, ARUC видаватиме власні сертифікати, які відповідають усім критеріям, необхідним для забезпечення безпечного транспортування канабісу.

Наступним питанням стали відходи, а точніше «що з ними робити». Спочатку ARUC передбачав, що відходи мають бути спалені на затвердженому полігоні, що викликало значний спротив зацікавлених сторін не лише через надмірне фінансове навантаження, а й через екологічні міркування.

Тепер асоціації зможуть просто компостувати свої відходи; це має відбуватися в герметичному контейнері, а сам компост повинен використовуватися як поживна речовина для подальшого сільськогосподарського виробництва. Звісно «всі етапи процедури компостування відходів» супроводжуються детальним паперовим обліком.

І останнє, але не менш важливе – тестування. Вимога до асоціацій була наступна: тестувати рекреаційний канабіс на рівні, вдсятеро сильнішому, ніж тестується медичний канабіс, що звісно коштує величезних грошей щомісяця, – просто для визначення якості продукту.

Для спрощення цього процесу був створений компромісний варіант – тестування на вміст фітоканабіноїдів, що проводиться періодично, а не з кожною партією. Тим не менш тестування на наявність бактерій, дріжджів, плісняви та вологи все одно повинно проводитися асоціацією перед випуском кожної партії.

До висновків

Сьогодні програма легалізації канабісу на Мальті не є ідеальною. Вона зустрічає безліч проблем і викликів. Але при цьому саме на прикладі Мальти ми бачимо зміну загальноєвропейського підходу до питань наркополітики, зокрема того, що стосується канабісу.

І треба підкреслити, що ці тенденції, незважаючи на всі складнощі, є здебільшого позитивними. Тож давайте радіти тому, що світ не стоїть на місці.

Назарій КМІТЛИВИЙ

У США останні кілька років дедалі ширше поширюється новий вид синтетичного наркотику – «тренк» (це скорочення від слова «транквілізатор»). 2021 року в країні від передозування цією речовиною померли щонайменше три тисячі осіб: показник зріс більш ніж учетверо, якщо порівняти з 2020 роком, і в 35 разів – із 2018-м. Американське Управління по боротьбі з наркотиками (DEA) підкреслює, що ця статистика може бути істотно занижена.

Що то взагалі таке?

Тренк – це суміш препарату для тварин з опіоїдами. Тренком у медицині традиційно називають ксилазин – неопіоїдний седативний, аналгетичний і міорелаксантичний засіб, дозволений у США для ветеринарного застосування. Його використовують під час лікування собак, котів і коней – для того щоб полегшити біль і заспокоїти тварину. Ксилазин винайшла компанія Bayer 1962 року. Випробування на людях було припинено, оскільки препарат призводив до пригнічення дихання і знижував тиск.

Однак, коли йдеться про наркотики, зазвичай під тренком розуміють суміш ксилазину з іншими речовинами: найчастіше із синтетичним опіоїдом фентанілом (через передозування фентанілом та іншими опіоїдами у США щороку помирає більше ніж 70 тисяч людей; для порівняння: у дорожніх аваріях у 2021 році загинуло 43 тисячі осіб), рідше – із героїном, у вигляді рідини для ін'єкцій, порошку для вживання через ніс, інколи – курильної суміші. За даними DEA, найчастіше ксилазин трапляється в комбінаціях із двома або більше речовинами. Його також вживають і окремо, але про такі випадки повідомляють набагато рідше. Управління заявило, що майже чверть фентанілу в США змішана з ксилазином. У Філадельфії 2021 року 90% вуличних опіоїдів містило ксилазин.

Обсяг епідемії

Дослідження, опубліковане в червні 2022 року, виявило ксилазин у лікарських засобах у 36 штатах і окрузі Колумбія. У Нью-Йорку ксилазин був виявлений у 25 відсотках зразків ліків, хоча чиновники від охорони здоров'я стверджують, що фактична насиченість ксилазином, безумовно, більша. У листопаді 2022 року Управління з санітарного нагляду за якістю харчових продуктів і медикаментів випустило загальнонаціональне чотиристорінкове попередження для лікарів про ксилазин.

У грудні 2022 року Управління по боротьбі з наркотиками заявило, що уважно стежить за поширенням ксилазину, а журнал *Pediatrics* опублікував аналіз трьох випадків вживання ксилазину дітьми молодшого віку.

Але справжня поширеність ксилазину невідома. У лікарнях його не тестують. Деякі державні медичні експерти також не роблять цього регулярно.

Препарат існує в юридичній сірій зоні. Затверджений 50 років тому Управлінням з продовольства і медикаментів США, як анальгетик, що призначається ветеринарами, він не входить до переліку контрольованих речовин для тварин і людей, а отже, не підлягає суворому моніторингу. Таким чином, він не потрапляв у поле зору федеральних правоохоронних органів з метою витоку або зловживання.

У ЗМІ тренк іноді називають «зомбі-наркотиком». Річ у поведінці людини під дією цієї суміші: її рухи і реакція сповільнюються, вона може годинами безцільно блукати вулицями, а доверше картини «порожній» погляд. Крім того, на шкірі після вживання тренку можуть з'явитися страшні й небезпечні виразки (про це читайте нижче).

Перші згадки про ксилазин як наркотик, як повідомляє DEA, були зафіксовані близько 20 років тому в Пуерто-Ріко. Але масового поширення він набув останніми роками саме в США. Епіцентром вважається Філадельфія, район Кенсінгтон. Він траплявся в наркотиках у цьому районі протягом восьми років, проте саме в останні три роки частка доз із ним у складі почала кратно зростати. Загалом у 2022 році DEA зафіксувало тренк у 48 із 50 штатів.

Нова війна

Основними постачальниками тренку американська влада вважає наркокартелі мексиканських штатів Сіналоа і Халіско, причому ксилазин для нього ті зазвичай закупають у Китаї. У 2023 році кілька американських сенаторів-республіканців запропонували використовувати збройні сили, щоб знищити центри виробництва фентанілу на території Мексики. Самі ж



ЗОМБІ-АПОКАЛІПСИС

картелі американські політики пропонували прирівняти до терористів. Після цього президент Мексики Лопес Обрадор написав листа голові Китаю Сі Цзіньпіну, в якому попросив його допомогти зупинити постачання сировини для фентанілу. Він також зазначив, що США чинять тиск на Мексику, і зупинити його можна тільки контролем поставок.

Білий дім називає ксилазин у поєднанні з фентанілом новою загрозою для США. У липні 2023 року адміністрація президента Джо Байдена оголосила про план боротьби з цим наркотиком. Зокрема, команда президента має намір скоротити кількість смертей від передозування ним на 15%.

Почерк вбивці

То чому тренк настільки небезпечний? Передозування сумішшю неможливо купірувати, а ще воно часто призводить до некрозу та ампутацій.

За оцінкою DEA, наукових досліджень, які б оцінювали вплив ксилазину на організм людини, поки недостатньо. При цьому деякі вчені припускають, що ксилазин діє схожим з опіоїдами чином. Зокрема, за деякими даними, він може призвести до пригнічення центральної нервової системи поряд з іншими побічними ефектами.

Тренк викликає сильну залежність. Ксилазин, який входить до суміші, – досить дешевий і, відповідно, доступний препарат (можна обійтися без китайських постачань, хоча в більшості штатів його і продають за ветеринарним рецептом, а в деяких – наприклад, у Нью-Йорку – контролюють ще жорсткіше). Передозування від ксилазину сьогодні неможливо купірувати. У разі передозування опіоїдами можна використовувати налоксон – засіб, здатний нівелювати їхній ефект. Однак на ксилазин він не діє.

Фентаніл, у суміші з яким часто трапляється ксилазин, сам по собі призводить до сповільнення серцебиття та інтенсивності дихання, а ксилазин посилює і подовжує ці ефекти. Ба більше, внаслідок його прийому збільшується ймовірність смерті від передозування, тому що цей препарат може ще більше знизити і без того пригнічену дихальну функцію. Медпрацівники, які допомагають залежним від тренку, кажуть, що ефект від нього не схожий ні на що інше, з чим вони зустрічалися раніше. Пацієнтам, які часто потрапляють із передозуванням ксилазином, доводиться робити штучне дихання.

Ба більше, крім передозування є й інші причини смертей, травм і хворобливих станів. Вживання ксилазину може призводити до таких ефектів, як:

- зневоднення організму;

- сонливість;
- підвищення артеріального тиску і прискорене серцебиття з подальшим падінням артеріального тиску і рідкісним пульсом;
- підвищення рівня цукру в крові;
- пригнічення дихання;
- кома.

Людина під дією тренку практично не здатна сприймати реальність і реагувати на неї: вона може вискочити під машину, впасти на рейки, випасти з вікна. Крім того, вона стає легкою жертвою для грабіжників, торговців людьми та інших злочинців.

У разі постійного вживання тренк спричиняє серйозні рани, що нагадують хімічні опіки. Зазвичай вони з'являються на ногах або руках. До кінця не зрозуміло, чому це відбувається. Але точно відомо, що такі рани дуже складно лікувати: вони можуть не гоїтися місяцями або навіть роками. За даними *The New York Times*, за останні три роки кількість звернень до однієї з клінік Філадельфії з лікування ран збільшилася на 313% – головним чином через тренк. Ці рани, своєю чергою, призводять до некрозу та ампутації кінцівок. Людям, які вживають наркотики з ксилазином, кінцівки ампутують частіше, ніж тим, хто вживає препарати без нього, зазначає DEA.

Залежність від ксилазину також доволі сильна, і деякі люди повідомляли, що абстинентний синдром від нього болючіший, ніж від героїну чи метадону. Серед його симптомів – гострі болі в грудях і судоми.

Глобальний вплив

«Зомбі-наркотик» уже потрапив до Європи. Ще в травні 2022 року було зафіксовано першу смерть від передозування наркотиком із вмістом ксилазину за межами США. У британському місті Соліхолл чоловік помер, прийнявши суміш із ксилазину, кокаїну, фентанілу і героїну. Ситуація з тренком погіршується і в Канаді: у 2018 році поліція ідентифікувала ксилазин у вилучених наркотиках лише п'ять разів, у 2019-му – уже 205, а у 2022-му – 1350 разів.

Але повертаючись до США, зростання вживання цього наркотику серйозно впливає на здоров'я та соціальну стабільність суспільства. І що не менш важливо – це суттєво впливає на наркополітику США. Як відповідні державні установи відреагують на цю епідемію? Який шлях до вирішення цієї проблеми обере влада? Війна чи зниження шкоди?

Побачимо згодом.

Марина ДУЛЬНЕВА

На фоні кримінального світу, де діяльність різноманітних злочинних організацій може вражати своєю жорстокістю та безжальністю, група MS-13 видається особливою навіть в цьому контексті.

Mara Salvatrucha або MS-13, що означає на сленгу «бригада бродячих сальвадорських мурашок», – це міжнародне, добре організоване злочинне угруповання, яке вважається одним із найбільших, найдинамічніших, найшвидше зростаючих і найжорстокіших. Банда існує близько 30 років, за цей час вона проникла в усі сфери діяльності жителів Сальвадору і навіть світу, отримавши статус одіозної.

Як все починалось

Мара Сальватруча з'явилася в Лос-Анджелесі в 1980 роках і складалася із сальвадорських іммігрантів. У той час у США спостерігався їхній масовий наплив: люди тікали від громадянської війни, що спалахнула на батьківщині. На початку 1990 років у Лос-Анджелесі вже налічувалося приблизно 300 тис. уродженців Сальвадора. Періодично зазнаючи насильства з боку численних вуличних угруповань, сальвадорці, своєю чергою, сформували власну організацію, назвавши її Mara Salvatrucha. У міру зростання її чисельності та розширення впливу стали виникати територіальні «філії». Імміграційна влада спільно з американською поліцією активно висилала членів MS13 в їхню рідну країну, тим самим поклавши початок поширенню цього угруповання в Сальвадорі.

У змученому війною Сальвадорі гангстерська субкультура США (манера поведінки, стиль одягу, музика, жести і сленг) знайшла сприятливе підґрунтя, а в сукупності з місцевими традиціями посилилася ще більше. Банда за короткий термін взяла під свій контроль міські райони, зокрема й в'язниці, до неї почали приєднуватися бойовики, які пройшли громадянську війну. Вплив MS-13 швидко поширився на всій території Центральної Америки, бандити-початківці проходили «навчання» в місцевих в'язницях.

На початку 1990 років ФБР впритул зайнялася ліквідацією угруповання, внаслідок чого було заарештовано і вислано до Сальвадору багато її членів. Проте такі дії не тільки не послабили злочинну організацію, а й вивели її на міжнародний рівень. Депортовані бандити формували дрібні територіальні угруповання MS-13 у Сальвадорі, а також у бідних кварталах Гватемали, Мексики та Гондурасу. Спочатку вони вербували нових членів, а потім переправляли їх у Сполучені Штати. У Сальвадорі банда стала володіти владою чи не більшою мірою, ніж уряд, обплутавши своєю «павутиною» цілі міста.

Окремий світ

Своєрідна візитна картка членів Мара Сальватруча – набиті по всьому тілу татуювання, зокрема на голові, обличчі та внутрішній стороні губ. Тату вказує на приналежність людини до банди, і надають про неї розгорнуту інформацію: кримінальну біографію, статус і ступінь впливу в угрупованні. Поширене серед членів спільноти татуювання MS-13 означає тринадцяту за рахунком букву в латинському алфавіті, а також символізує вірність Mara Salvatrucha Мексиканській мафії – найпотужнішому тюремному угрупованню Каліфорнії. Їхня співпраця розпочалася ще в 1980 роки, після того як сальвадорці почали потрапляти в каліфорнійські в'язниці. Не маючи достатнього досвіду і чисельності, вони приєднувалися до Мексиканської мафії, незважаючи на автономність MS-13 на волі.



БРИГАДА МУРАШОК

Ще одна версія значення цифри «13» – номер вулиці в Лос-Анджелесі, на якій була сформована банда. Існує ще кілька популярних серед членів банди тату:

- коза – символізує роги диявола, схожі своєю формою з буквою «М»;
- телефонні коди – вказують на приналежність конкретного гангстера до того чи іншого міста, приміром: 212 (Нью-Йорк), 213 (Лос-Анджелес) тощо;
- орнаменти, виконані в стилі ольмеків, ацтеків і майя.

Крім татуювань, важливим елементом атрибутики Mara Salvatrucha є настінні графіті, що позначають ділянки і межі територій, які перебувають під її контролем. Також такі зображення наносять на стінах різних об'єктів у пам'ять про загиблих товаришів.

Обрядовість

Угрупованню властива крайня жорстокість, а його ритуали наводять жах на мирне населення. Вся діяльність MS-13 здійснюється під девізом «Вбивай, гвалтуй, підкоряй».

Перед вступом до спільноти кожного прибулого новачка б'ють усією командою протягом 13 секунд, і, лише пройшовши таку посвяту, людина стає повноправним членом Мара Сальватруча. Незважаючи на короткочасність побиття, витримати його здатний далеко не кожен. Дівчатам, які бажають вступити в це угруповання, необхідно задовольнити 15 його учасників. Як не дивно, але багато представниць прекрасної статі хочуть стати членами MS-13, оскільки в неблагополучних районах бандити вважаються крутими хлопцями.

Нерідко білим днем члени цієї спільноти влаштовують вечірки прогульників. Організувавши тусовку, вони заманюють на неї учнів старших класів і студентів коледжів. Для того щоб потрапити на веселий захід, учням доводиться пропускати заняття. На подібних вечірках бандити відбирають для вербування молодих людей, які здаються їм найбільш перспективними.

Представники угруповання відкрито поклоняються сатані. Відомо безліч випадків, коли в процесі ритуалів ними були

принесені людські жертви. Існування Mara Salvatrucha засноване на взаємодопомозі – головному її принципі. Учасник спільноти, який підставив свого товариша або кинув його в складній ситуації, буде негайно ліквідований іншими членами банди.

Зрадників карають смертною карою, і щоб такими звинуваченнями ніхто не зміг скористатися під час міжгрупових розборок, MS-13 дотримується залізного принципу:

«Якщо ти звинуватив когось у зраді, але не маєш жодних доказів, тебе вб'ють замість звинуваченого».

Насильство вважається основним пріоритетом банди. Для того щоб заслужити повагу, кожен її представник повинен періодично здійснювати насильницькі акти. Це може бути викрадення автомобіля, побиття людини, пограбування магазину або зґвалтування жінки. Що більше на рахунок учасника подібних актів, то вищий його авторитет.

На що ж вони живуть?

Розгалужена структура Mara Salvatrucha робить її практично невразливою для правосуддя. Численні невеликі групи працюють розрізнено і лише іноді отримують прямі вказівки від вищих за рівнем членів, з якими знайомі тільки ватажки. Найвідоміші представники цієї спільноти – Родольфо Салінас і Анхель Габріель Рейес Маррокін на прізвище «Білий» (Blanco), заарештовані у 2008 і 2017 роках.

Ієрархія угруповання має небагато шаблів, найвищу верхівку займає Рада дев'яти – вищий орган, розташований у Сальвадорі. Тому угруповання не втрачає стійкості через ліквідацію поліцією кількох осередків.

Мара Сальватруча займається всіма видами злочинної діяльності: дрібні та великі крадіжки, торгівля зброєю і наркотиками.

Збут наркотичних засобів – основне джерело доходу банди, що перебуває в тісній співпраці з колумбійськими та мексиканськими наркокартелями. І останнім наркотичним трендом у філії в Гондурасі став потужний штам хімічно зміненої марихуани, відомий як Криспі або Тибурон (що в перекладі означає «акула»).

MS-13 почала продавати криспі, який коштує вдвічі, а іноді втричі дорожче за звичайну траву, якраз перед початком карантину через COVID-19 у Гондурасі.

Модифікована марихуана настільки рідкісна у порівнянні з повністю синтетичними або повністю натуральними сортами, що спеціалісти підозрюють, що Тибурон може бути дешевим місцевим сортом, який збагатили потенційно небезпечними хімікатами для посилення дії речовини.

Минулі звіти показують, що синтетична трава була оброблена щурячою отрутою та незліченною кількістю хімікатів, імпортованих з Азії.

П'ятнадцять років тому перше покоління цих синтетичних наркотиків не було дуже шкідливим та смертельним. Але багато хімічних сполук, які тоді використовувалися, були заборонені. Тож зараз виробники стають все винахідливішими у створенні наркотиків, щоб останні давали ті самі ефекти. Наразі складно навіть уявити, які можуть бути наслідки для громадського здоров'я.

Зростання споживання цих наркотиків не показує жодних ознак сповільнення в перспективі. І тут залишається тільки з неспокоєм чекати на виявлення негативних наслідків для здоров'я, оскільки вживання наркотиків продовжує зростати.

Резюмеємо

Сьогодні угруповання MS-13 перебуває на вершині своєї могутності, дедалі більше розширюючи свій вплив. Найстрашніше те, що ця банда давно переступила межі США і розповсюдилася в різні країни та стала справжньою загрозою для громадської безпеки та спокою, особливо в Мексиці та Центральній Америці. Уряди різних країн намагаються впоратися з цією проблемою, але це не так легко, як здається.

І в такій ситуації конче треба вдосконалювати правопорядок, підтримувати реформи та робити все можливе для забезпечення безпеки спільнот та захисту від діяльності цієї небезпечної групи.

Ну, а нам залишається слідкувати за подальшим розвитком подій.

Ярослав ГОНЧАРУК



Може варто припинити це все, зупинитися? Питання контролю споживання речовини мучило мене з самого ранку. Відчув необхідність спорожнити пузо, після неї правда з'явилася потреба його наповнити. За традицією я рано прокинувся, далися в знак газу від акційного пива. Некр завжди купував пиво в незрівнянних кількостях, тільки з їжею в його квартирі справи йшли паршиво.

Липкі дверцята холодильника, і упаковки з вермішелью, плавлені сири та соєвий соус, які сяяли, наче скарб короля, компонувалися у великій глиняній мисці, потім я щедро залив це все окропом і став чекати. Ніс сушеної риби, вкритий пліснявою, здається, його привіз прадід Некра, вабив фантазіями про класну солону рибу, – але це був обман мозку. Перед тим як випустити голову в сон, я пробував гризти цей ніс, і він на смак віддавав лаком і морилкою. Реставратори хренові.

Посьорбавши вермішелевого супу, радіючи, як він гріє мої руки, і взагалі універсально рятує від холоду, що пробивається у квартиру, поблукав по квартирі трохи. Думав тільки про те, як прожити цей день максимально швидко, насичено, і з мінімальною взаємодією з реальністю. Холод вулиці малював похмурі перспективи, але її візуальний вигляд навпаки мотивував потонути в сірості голих дерев і човганні килимом з опалого листа. Якесь гарне почуття пульсувало в ситому шлунку, слідом за ним народжувався сенс прийняття навколишньої реальності. Очевидно було, що треба випити. Треба будити Некра.

Спалах. І наш світ звичної квартири змінює форму на провулок, вимощений бруківкою. Листопадовий вітер остуджує пивне похмілля, а здивування від гарного настрою мого товариша підкріплюється його щедрістю. Некр робить об'ємний ковток із пляшки, і слідом його роблю я, знову, і знову, і знову. Спалах. Ми входимо в потік вуличної філософії – місце, де існує тільки думка і візуальні нариси.

Так відбувається через випите. І тільки випите може нам допомогти впоратися з розумінням особистої неспроможності. Тільки одного факту не враховує натовп, що проходить повз, в особі бродячих собак і бомжів. Десь у глибині душі ми вибрали цей потік для самотності.

Ми вже перетнули завойовану нечистотами річку. Кругляк під ногами змінився брудом. Куди ми йшли, було незрозуміло, проте небо пурпурного кольору і низка присадкуватих будиночків вказували на наявність істот, щонайменше з паноптикуму Говарда Лавкрафта.

Зробивши відразу кілька ковтків пива, я уявив собі опудало, що ожило. Ось воно підтягується на сукуватих руках, тріск лунає по окрузі. Поле все в пожухлій траві. Опудало приземляється на колишні коліси живі ноги, тіло його – кістки скелета, воно зібране з частин людини, і коріння ясена. А замість одягу на ньому похоронні лахміття. Воно блукає по полю, висвітлюючи собі дорогу вугіллям краденим із вогнищ бомжів, і все хоче стрільнути в когось цигарку. Вітер задуває його

САВАН КОРОЛЯ

внутрішнє полум'я, і в цей Відьомський час оживий манекен-лякало не полишає надії знайти своїх убивць. Може вони й живуть у цих похилих будиночках?

– Ні, там Гоші друзі живуть.

Некр закурих і випустив у сутінки хмару диму. Ворона, що пролетіла над нами, посилила ефект містицизму. Він продовжив.

– Гошан якось кинув пити. Ну, в сенсі надовго. Він зав'язав і почав зустрічатися з жінкою. Їй було років 50. Але Гошу це не хвилювало. Він став із нею жити, влаштувався в ЖЕК, регулярно дарував їй квіти. А у вихідні, коротше, приходив до мене, ну і ми курили чутка ганджі. Прикинь, він навіть о 9 вечора йшов спати. Вона його завжди викликає таким кнопковим телефоном, і він покірно йде спатоньки. Але, разок Гоша повернувся з роботи раніше. Загалом, я його бачив того дня, він пробіг повз мене з молотком у руці, а попутно – купив пляшку горілки. Шариш, він прийшов раніше, і виявляється ця баба привела додому двох шахтарів.

– Шаhtarів?

– Так. Прикинь, ці типи приїхали звідкись. Вона напоїла їх, думала Гоша не прийде. І ось, він зайшов, а вони її з обох боків... Ну, ти зрозумів. Річ у тім, що в цьому будинку не знайшлося молотка, і тому Гоші довелося бігти по молоток на район. А це добрих години півтори, в один бік. І поки він біг назад, випиваючи горілку, – сильно сп'янів. Він же був у зав'язці місяців п'ять-шість, а тут цілий літр залпом. І ось, іде він бухий у соплі, а назустріч мужик, він Гошу вислухав, і переконав не гасити цих двох. Вони повернулися на район, купили горілки, повернулися в будинок. Баба почала перед ним падати на коліна, вибачатися, говорити, що не винна.

– І що?

– Ну, Гоша пробачив її. Вони з тим типом зустрічним ще день бухали. Потім виявилось, що цей мужик був одним із шахтарів. Просто, Гошан не впізнав його по синиці.

Було смішно. Натрапивши на реалізм ситуації, мозок обволікав історію в готичні нотки. У ній Гоша-блюзмен, зустрівши диявола на перехресті, продає йому душу в обмін на нескінченний запас горілки в районному магазині «Таїсія». Тільки Гоша на блюзмена не тягнув, а якщо бути зовсім конкретним, то з його обличчям можна було б вічно грати водія дев'ятки в бюджетних поліцейських серіалах типу «Пес». Некр же вважав те, що сталося, суто виною алкоголізму і збігу обставин. Його вікові уподобання ми обговорювати не стали.

Тільки в цій навислій тиші бухих фантазій стало сумно і самотньо через те, що прийдешнє зниження своєї

неспроможності гулко било по мізках. Нам скоро 30, і по суті у нас немає нічого. Живемо ми в подарованих батьками квартирах, працюємо зовсім не там, де нам хочеться, а з вподобань – пивний алкоголізм та амфетамін.

Єдиним світлом істини тут було світло, що відбивається від пивної тари. Мені здається, Некр уловив потік моїх думок. Він вибив із пачки сигарету, ми закурили, дивлячись, як над полем повзуть листопадові сутінки. Тут-то і народилося всередині голів бажання що-небудь та підпалити. Багаття не розпалювалося, і всі способи адаптувати пекельне полум'я під наші обставини не увінчалися успіхом. Зате небо ніби дивлячись на марні спроби змінювало колір з лілового на темно-помаранчевий. Під кінець воно синіло мороком космосу, і тільки розріз помаранчевого заходу сонця танув у ньому.

А ми продовжили вивергати потоки наболілого в ці поля. Крім передбачуваної нечистої сили, слухачів навколо не було.

Некра дратували події, пов'язані з деградацією тусовки. Він підсумував, що необхідність оплати комунальних рахунків робить життя нудним. Ще більш нудним його робила необхідність встановлення душевої кабінки. Мені ж була огидна ідея роботи в торговельній мережі АТБ. І закинувши голову в небо, я попросив у темних богів бути прихильними і позбавити мене від долі вічного вантажника. У цей самий момент ворони закаркали в темряві. Незрівнянна зі здоровим сприйняттям реального світу кількість пива народжувала десятки різних фантазій. Найбільше зараз мені хотілося

вірити, що з темряви воно дивиться на нас, що ті самі двері в реальності інші, сповнені декадансу ось-ось відчиняться, і звідти нас заберуть у світ, сповнений значно непересічними речами, ніж світ у чотири робочі зміни.

Одночасно з цим слух ловив розповіді Некра. Там була історія про кімнату, в якій жили 60 кішок, і двері, на яких його покійного діда винесли в інший світ. І про традиції всього приморського району палити багаття на великій галявині. І про те, як Гоша побачив покійну бабцю в дзеркалі, і тому вкотре зав'язав пити. Ці відгомони забажали протиріччя, світ навколо мене був прекрасний з усією цією маргінальною нісенітницею. І рулити нею могли тільки ми, або тільки я. Головне заручитися допомогою однодумців і продовжувати шлях.

Ворони знову відчутно закаркали, а потім подув вітер. Реальність натякнула на теплу кімнату, але додому зовсім не хотілося. У тиші, що настала, було приємне відчуття п'яної самодостатності. І це відчуття хотілося продовжувати знову і знову.

– Некр?

– Ну, вдома є.

– Тоді якого біса ми на цьому пустирі?

Некр усміхнувся так, що його ніс став кольору заходу сонця – такий самий червоний.

– Ну куди ми?

– А?

– З лісу?

– Vestimo!!!!

Шурхіт за спинами змусив інстинктивно обернутися. Силует присадкувато рухався на нас, ламаючи чагарник. Одночасно ми ввімкнули ліхтарики на телефоні. Стара йшла на нас, витягнувши вперед земляного кольору руки. Її зуби були кольору риба'чого черева, та й шкіра на обличчі була аналогічного відтінку. Але найогиднішими були очі – такі ж як у вареної риби. Вона щось шепотіла.

– Некр, це що за ...?

Але мій товариш уже спішно рвонув у бік району, залишалося тільки йти за ним. Порівнявшись, я пробував повторити запитання, але мій друг тільки посиленіше наспівував щось із репертуару своїх улюблених Sorog Aeternus, а це означало, що зіткнення з польовим містицизмом він прожив більш ніж успішно. Про одне сподівався, що запасу конопель і пива вистачить до ранку.

Так вони і жили втрьох – довгих два-надцять років. Вона, він та його Мама...

Саме так, з великої літери, бо Мама – це святе, це її квартира, її дім. Її син. А вона сама – Пігмаліон. Скульптор в жіночому виконанні, явивший світу таку ідеальну Галатею – свого сина. Вона ростила свою дитину як частинку себе, віддавала йому найкращий шматочок. Результат перевершив будь-які сподівання. Мати вклала сину правильні соціальні цінності. Про сім'ю: «Ми з тобою сім'я. І ніхто нам більше не потрібен». Про здоров'я: «Їж, синку, тобі потрібно бути здоровим!». «А ти, мамо? Чому не їси, де твій шматочок?» – питав син, не побачивши в тарілці найближчої людини жодного шматочка м'яса. Вона нахилила голову, і, скромно посміхаючись, відповідала: «Я вже старенька, мені достатньо шматочка хліба...». І син виправдовував її сподівання – віддавав половину своєї порції матері, обоє щасливими продовжували жити. Матір розвивала творчість своєї дитини, писала «за нього» вірші, які син зачитував на уроках літератури. «Він у мене геній!» – казала вона на днях народження та інших сімейних святах, – «Він добрий, чуйний, найкращий!».

І сину з мамою пощастило. Він виріс, став дорослим, самостійним. А мама і тоді не покинула його, бо вона завжди знала, як йому краще. «Сім'я, діти? Навіщо? В тебе є я», – казала вона, коли син вперше хотів одружитися. І правда. Навіщо? Готувати вмію сам, до чоловічої роботи привчив батько, а згодом – армія. Не треба спішити, життя довге...

Мама, обравши долею вічне служіння Сину, впевнено слідувала за ним, допомагаючи в тяжкі моменти його життя. Наркотики у двадцять, торгівля та перевозка наркотиків у тридцять, а між ними роки безпробудного наркотичного існування... Мама несамовито захищала своє дитя перед родичами, сусідами, в яких регулярно зникали цінні речі. І тоді, коли всі відвернулись від невинно засудженого за продаж наркотиків, вона одна плакала на суді, одна писала листи в колонію, де він відбував покарання довгих три роки. «Бачиш, синку, – говорила мама під час візиту до колонії – я твоя сім'я. Ми навіки пов'язані тонкою ниткою – від серця до серця. Я завжди відчуваю, коли тобі погано, і знаю, що буду жити поки житимеш ти...». Знала б вона, що тій нитці є цілком офіційна назва – синдром нерозрізаної пуповини, може, життя дитини склалося б по-іншому...

А син ще змалечку зрозумів, що в житті все не так, як хочеш ти. Не все з дитинства було добре, особливо у школі. Бо гіперпиклування матері занадто згубно впливало на його стосунки з однолітками, з дівчатами. Так, важке дитинство навчило його головному: ніколи не доводь діло до конфлікту! Ніколи не кричи. Краще хороший мир, ніж хороша війна. Він завжди погоджувався зі старшими, а маніпуляторським мистецтвом оволодів досконало. Саме тому і мав авторитет у дев'яності, – час розгульної наркоманії, час виживання, поїздок за кордон, та просто створення помилок. Чому помилок? Бо насправді ніхто ніколи не цікавився його душею. Чого хоче він сам, що любить, ким хоче стати... І на жаль. Він так і не навчився бути просто собою, говорити те що думав, і просто жити відкрито без маніпуляцій. Проте в сім'ї завжди була ввічливість, чергова американська посмішка і гостинне «ласкаво просимо». Гостям.

Саме так. Гостям. Бо коли з'явилась Вона – зовсім чужа, стороння людина,



ГАЛАТЕЇ ТА ПІГМАЛІОНИ

якась незрозуміла сільська дівка, – її завжди гостинно зустрічали, в кожному реченні обов'язково були слова «дякую, будь-ласка, велике спасибі, дуже дякую» і посмішка – то це здалося правдою. А було ілюзією. Вона в якійсь мірі була його Галатеею – ні, не божеством з картини, але матеріалом, з яким можна працювати. Створити таку людину, з якою жити стане комфортніше. Так, вона не місцева. Але ж любить його несамовито! На вигляд теж непогана. Так, він трохи втратив через неї голову. Точніше, обережність. Адже його Марія, з якою прожив п'ять років, пішла через неї. Не зрозуміла, що він знайшов в тій селючці. Та добре, не через неї. Марія вимагала виконання тільки двох умов – не вживати наркотики і не зраджувати її – не спати з іншими жінками. А він порушив обидві заповіді. Не просто порушив, а порушував систематично, регулярно протягом кількох років. Мати теж приклала свою руку.

У Марії був син, якого він любив, незважаючи на нелюбов до інших дітей. За п'ять років він сприймав сина Марії як свого, і вже збирався освідчитися їй, щоб офіційно узаконити, так би мовити, відносини. Але ж мама. «Ми порадилися, і вона вирішила»... В тридцять вісім років його – здорового мужика – майже за ручку мама повела до нотаріуса, де написала заповіт на половину їхньої двухкімнатної квартири – це Сину. Але

за умови, що він ніколи – НІКОЛИ не одружиться з Марією. Чому саме з нею? Зрозуміло чому, що за питання. Бо в неї її син. Чужий. А чужий син не може претендувати на її квартиру.

А Вона? Та дівчина, яка волею долі потрапила в їх життя? Вона точно не мала загарбницьких намірів, бо знала про Марію, про прожиті ними п'ять років. Вона зуміла розгледіти його світлу душу, доброту, абсолютну відсутність будь-якої агресії. І, коли Марія пішла – назавжди пішла з його життя, вона на хвилинку задумалась – а може, щось вийде? І вона теж зробила ту саму помилку... Пігмаліон... Відчула себе «немножко скульптором»? Ні, вона не збиралась перевиховувати його – вона його любила таким, як він був. Не збиралась конфліктувати з його мамою, навпаки, все розуміла і приймала. Вона як Творець міняла себе в надії на те, що тоді зміниться весь світ... Готувала, прибирала, працювала... Любила та піклувалась. Вила вдома гніздо.

Та, мабуть, вони – всі троє – Творці та Пігмаліони, вершители чужих долі, взявши на себе більше, ніж вони могли нести, просто попали у вир життя, який перемолов їх вщент. А вони не помітили. Вони думали, що почали жити, а насправді повільно помирали. Крім мами. Вона, як та сонячна батарея, заряджалась від страждань сина та його дівчини...

Він знову і вже давно був в системі – глухій полінаркоманській системі. Не міг пробачити собі те, що відпустив Марію. А ще Він егоїстично покликав її – ту саму дівчину, яка так дратувала його маму, жити разом. А вона, дурепа, погодилася. Ні, не тому, що хотіла сім'ю чи стосунки. Вона хотіла його врятувати. Він же падав у пекло, вона прогягнула йому руку, а сили не вистачило – полетіли вниз разом...

Якщо проаналізувати, що тоді сталося, то все банально і зрозуміло – вона змінила співзалежність на залежність. Щодня, щовечора чекати вдома, готувати вечерю, а коли він прийде – дивитись у ті скляні очі, або періодично діставати його голову з тарілки з борщем (голова чомусь не тримається і падає в тарілку)... Чекати і хвилюватись. Бачити ту брехню в очах. Все розуміти і нічого не могли зробити. А тому страждати і плакати від безсилля, уявляючи, як він робить собі той укол...

Для неї це виявилось нестерпним. Піти вона теж не могла. Чому? Хто знає. Може, вона теж не навчилася жити, не бачила перед собою позитивного прикладу щасливої сім'ї. Та що там, дитинство. Своїх травм дочорта... Намагалась піти. Але все одно поверталась рано чи пізно. Ну, а одного разу він запропонував. Що? Метамфетамін. Просто випити, через трубочку. Буде весело. Вона погодилась. А хто б відмовився? А іншого – вона попросила сама. Причому ін'єкційно. Адже поки не вколишся, ніби й не наркоман? Не справжній наркоман. Ніхто не стає наркозалежним з одного уколу. Це міф. З першого разу не все зрозуміло, може взагалі стати погано... Все залежить від компанії, від відношення, від того, хто поряд. А тут спільне вживання так добре вирішувало всі проблеми... Все стало на свої місця, наче так завжди мало бути...

Так вони і жили всі дванадцять років. Пролетіли, як комета зоряною ніччю. А ви запитайте їх, чи щасливі? Вона точно ні.

Та всі дійшли до стану, коли здоров'я втрачено. Все вигоріло – душа, серце. Нічого не залишилось. А запитайте його, чи щасливий. О, він обов'язково подумає, що це провокація і ніколи! Ніколи не відповість. Бо з роками ми тільки стаємо гірше. Закритіше. Ми давно ні в що не віримо.

Тільки мама щаслива. Вона обов'язково посміхнеться вам при зустрічі, побажає здоров'я... Розкаже, що ми сильні, живі, що «не дочекаються». Може, цього і достатньо? Просто знати, що твоя мама щаслива. Треба йому сказати: «Радій, бо твоя мама щаслива».

Отже, який результат? Хто є хто? Вона сама собі і Галатея, і сама собі режисер. Не можна перекласти цю відповідальність, цю ношу життя на когось. Шкода, що не лишилось ресурсу. Щодня вони живуть ніби з пісочними годинниками замість тіла. Як в тому мультику. Він всю ніч стояв на голові, щоб пісок пересипався наверх, а вранці йшов жити. До вечора пісок знову був внизу, а він плакав і знову всю ніч стояв на голові.

От і ми. Маємо замісну терапію, як той пісочний годинник на один день, а потім всю ніч на голові... Так, нічні набряки, якісь спазми, застій крові – все це треба розганяти, якщо хочеш жити. Ходити своїми ногами. І так по колу. Ну, поки що живемо. А там, чи ішак помре, чи.. Ну, ви знаєте. Бо за все треба платити.

Люди добрі, скажіть, чи бачимо ми війну? Але ж вона є! А літо? Чи бачимо ми літо за щоденним виживанням в таких непростих, нав'язаних нам сьогодні умовах? А воно таки настало! Це ж наше літчко-літо, коли ми купаємося в річках, морях, подорожуємо на машинах, поїздах чи літаках. Коли нема коштів на дорогі курорти, або ми просто крокуємо своїми дорогами, любуємось своїми краєвидами, такими гарними і різноманітними. Тобто ми могли все це робити колись, до війни. Може, зараз це прозвучить недоречно, але треба ж в усьому знаходити позитивні якості: на жаль, вчимося цінувати, коли втрачаємо... А якщо задуматись, то безмежна кількість можливостей є в нашій Україні: для гарного відпочинку влітку, взимку – коли завгодно. Від низин моря до вершин найвищих гір, полонин, степів та лісів. Від сходу до заходу, півночі та півдня. Скальні монастирі, найчистіші озера, найгарніші водоспади... Все це наше – твоє і моє. І ми маємо зберегти нашу землю з усіма її рукотворними та нерукотворними красотами. Зберегти і передати нащадкам.

Та до чого я веду, власне кажучи? А, літо – це час відпусток!!! Ми пам'ятаємо розповіді наших читачів, які з задоволенням розповідали в минулих роках про свій відпочинок влітку. Так, так, пам'ятаємо і Рось на Черкащині, і Бакотський залив, «скалолазальні» Дениши і ще багато-багато місць, де пощастило побувати нашому брату до початку війни. Але війна багато чого змінила, погіршила, відповідно змінилися умови життя громадян, пов'язані з роботою, відповідно, і з відпустками.

То ж з вірою в краще ми починаємо пошук тих щасливчиків, для кого слово «відпустка» не стало атавізмом – принаймні цього літа.

Олександр, 50 років, клієнт ЗПТ:

– Колись я любив їздити у відпустки. Море, сонце, а який гарний, загорілий... На кожному плечі по красуні, – і шубовсть з ними в воду! І весело, і живо. Та це, звичайно, в далекому минулому. Що стосується цього року – навіть не знав, що робити. На початку літа відправив батьків на дачу, а сам залишився вдома. Чому? Ну, так у нас щороку повелося... А жінка тимчасово переїхала до племінниці. То я залишився вдома один-один, з купою замісної терапії, яку мені раніше щоденно видавала мама – коли була вдома. А тепер я сам. Як з'ясувалось, сам по собі я не можу існувати, не можу дотримуватися щоденної дози ЗПТ, тому частенько нею зловживаю... Та найгірше – це не спати ночами. Коли врубають сирену повітряної тривоги, я прокидаюсь і вже не можу заснути. Здрагаює від кожного звуку, страх здавлює горло, і я ціпеню. Частенько починаються бавовняні феєрверки, а я живу на останньому поверсі – чотирнадцятому, і мені все добре видно з балкону, звідки летить, де зірвалось та повалив чорний дим... Тоді взагалі не знаю, куди подітись і як вижити до ранку.

Але ж ми не здаємось, чи не так? Ну і я знайшов вихід. Отримав свою ЗПТ і поїхав до батьків на дачу. Віддав усі «ліки» моїй святій матусі, дай їй бог здоров'я, адже такого сина мати – не подарунок. Вона мені видає щодня мою дозу. А я на свіжому повітрі ожив, налагодив харчування (дякувати батькам), тільки раз в десять днів доводиться їхати за черговою закупкою терапії.

А на дачі краса! Полагодив літній душ, допомагаю з городами та збором ягід-фруктів-овочей. Робота тут завжди знайдеться і я роблю її із задоволенням.



В цілому, мені тут добре, може, тому, що поряд рідні люди, а може природа допомагає... Це не важливо. Просто я ціную своїх стареньких батьків, страшенно їх люблю і намагаюсь бути хорошим сином. Ну, а в місто восени повернуся. Чи як карта ляже. Дякую за увагу.

Євген, 33 роки, клієнт ЗПТ. Його ми в прямому сенсі дістали з даху дев'ятиповерхового будинку. Думаєте, він такий засмаглий, дещо пихатий, з пляшкою пива в руці та кремом для загару? Чи, навпаки, розчарований життям та хоче тут його закінчити... Не вгадали! Згоріле червоне обличчя, стара робоча одяжка, забруднена рідким гудроном, а в очах втома та невпевненість у завтрашньому дні.

– Тут я працюю, – пояснив нам Женко, – Віднедавна. Це наш об'єкт – дах будинку, який треба відчистити, а потім залити його спецрозчином, який проникає в кожен щілину, навіть найменшу, і там застигає. Для мене це нова робота, і з'ясувалось, мені цікаво вчитися, дізнаватись про досягнення технічного прогресу – як з цим гудроном. Зарплатню обіцяють. Гарну. От як тільки закінчимо цей об'єкт, нам одразу заплатять. Вже два об'єкти зробили, але грошей я поки що не бачу. Обіцяють оплатити проживання і харчування... Отож я знявся зі свого насадженого місця і пішов на дах. А робота дуже тяжка. Пекуче сонце, рідкий гудрон, який нічим не відмити, якщо вже потрапив на шкіру чи одяг, а якщо ступив взуттям – то прощайте, черевички, на віки вічні.

При чому тут відпустка, скажете ви? Та просто нема її, от і все. За час війни я змінив декілька видів роботи – від розклеювача оголошень, до «карлсона, який живе на даху». Були і доставка, і будівництво, і, скажу вам, я дуже розчарований і збентежений. Бо такої кількості обману серед роботодавців я давно не бачив, хоча працюю з тринадцяти років (тяжке було дитинство)... З війною прийшла ще

більша хвиля нечесних роботодавців, які тепер можуть собі дозволити «текучку кадрів». А що? Тиждень стажування – безкоштовно, в кінці – вибачте, ви нам не підходите...

Я не знаю, як кому, але мені такий стан речей пахне ранньою гнилістю та вічною пліснявою. Це я до того веду, що яка там відпустка! Тут хоч би роботу зробити та зароблені кошти отримати! Вчасно отримати – то вже свято. А тому єдина розрада в тій сірій буденності пролітаючих днів – це наша ЗПТ, з доданням вітамінчиків-прекурсорів. Так, це штучне задоволення, і воно швидко проходить, але іншого поки що немає. А залишитись наодинці з війною, тяжкою роботою, тверезою сірою буденністю ой як не хочеться! Та, власне, і вибору в нас нема. Принаймні, сьогодні.

Та неже ніхто не відпочиває? Ні, так не може бути! Згадала одну з наших колишніх клієток – в минулому працівницю комерційного сексу, споживачку неін'єкційних аптечних препаратів, а сьогодні – поважну заміжню жінку, матір трьох дітей, людину, яка «за волосся витягнула себе із болота», змінивши все своє життя вольовим рішенням та ділом. Отримала вищу освіту, довго працювала над собою, розвивалася, і, врешті решт, отримала своє вистраждане, цілком заслужене жіноче щастя – роботу мрії та велику щасливу сім'ю.

Надія, 43 роки.

– Я так люблю відпочивати! В мене життя було непросте, з дитинства я звикла до фізичної праці, а батьки прививали хибні уявлення про життя в цілому, та про відпочинок зокрема. Так, в будь-який вільний час нас примушували прибирати, працювати на городі, перебирати гречку... Звичайно, я поклялась собі, що мої діти житимуть по-іншому. Тому я кожного літа намагалась знайти для них цікаві дитячі табори, путівки на море, взимку – поїздки в гори, катання на санках, лижах.

Словом, жили ми дружно, легко та цікаво. Уявіть мою радість, коли я дізналась, що батьки мого чоловіка переїждять в Одесу, де вони придбали собі будиночок майже на березі моря. Подумала, що тепер проблема з літніми канікулами для дітей відпаде на кілька років – принаймні, до кінця школи. Декілька років ми з чоловіком відправляли дітей в Одесу, на море, на все літчко. Думали, що й цього разу так буде.

Хочеш насмішити Бога? Розкажи йому про свої плани...Довго думали, їхати на море чи лишитися вдома. Все ж війна надворі, а вдома здавалось безпечніше. Проте після кількох «бавовняних» нічних феєрверків та знайдених ранком у дворі нашого будинку уламків ракет зрозуміли, що дома не сховашся. Тому цього літа ми теж поїхали до Одеси. Всією дружною сім'єю. Звичайно, діти раділи від спілкування з бабусею та дідусем, друзями, але ж хотілось на море... Але війна і сюди простягнула свої криваві руки, розігнала всіх, залишивши тільки крик чайок, шум прибою та таблички з надписом «пляж заміновано»... А поліція щоденно чергувала на пляжах міста, перевіряла документи у всіх, хто з'являвся у полі її зору, та не пускала на пляжі нікого. Правила безпеки, так потрібно...

Щодо відпустки – так, ми відпочили. Дітей залишили у батьків, нехай хоч морським повітрям подихають, в кінці літа ще раз поїдемо – забрати дітей та отримати чудо. Раптом воно трапиться і можна буде купатись в морі, яке стане чистим-чистим, як наше голубе небо, безкрайнім, як наша віра в перемогу, глибоким і смертельним, як пекло, з якого не вибратись – для тих, хто прийшов сюди з мечем. З мечем і згине. А у нас все буде Україна.

Є ще одна історія, яку я не хочу розповідати, але треба – щоб вберегти живих. Жахливо, але смерть стала невід'ємною та, на жаль, звичною частиною повсякденного життя...

Іван, 35 років. Служив у ВСУ. Іван колись був споживачем наркотиків, потім перейшов на замісну терапію. Коли почалась війна, Іван був одним з перших, хто пішов добровольцем в армію, щоб на передовій захищати нашу країну. З того часу він служив, а недавно вперше за два роки отримав три дні канікул. Приїхав у свій рідний Чигирин, одразу зустрів земляків, таких добрих та щедрих, від щирого серця пригостивших хлопця вуличним «металом». Влаштували другові відпустку на той світ...

Ви знаєте, що найбільша кількість передозувань відбувається тоді, коли людина, яка давно не вживала, а потім вирішила «разок уколотись», не може адекватно оцінити дозу прийому і автоматично бере дозу, яку використовувала останній раз – саме перед «сприжкою». Наприклад, він п'ять років щодня вживав по три куба препарату за один раз. А потім зав'язав, протримавшись більше року чистим. І він знову бере три куба, бо йому здається, що менше його не «торкне». Це найбільша ілюзія. І найбільша кількість смертей. От і Іван не вгадав з дозою. А, може, такий був наркотик, – хто знає. Але відпустка Івана закінчилась, так і не розпочавшись, як і життя, а душа хлопця перейшла в інший, невідомий нам світ, а от чи кращий він? Чи взагалі світ? Навряд...

**Бесіди проводила
Олена ПУГАЧОВА, м. Київ**



Повномасштабне вторгнення змінило життя всіх українців. Мільйони наших людей покинули свій дім, щоб переконатися в безпеці за кордоном чи у безпечнішому регіоні України.

На жаль, багатьом сьогодні нікуди повертатися, адже росіяни стирають із лиця землі цілі міста, перетворюючи їх на привидів.

Залежно від індивідуальних особливостей у відповідь на втрату дому людина може відчувати гостру реакцію – сильні емоційні стани: тривогу, зневіру, злість, безнадійність. А також негостру реакцію – емоції та почуття, з якими людина може впоратися самостійно.

Майже для кожної людини дім означає безпечне, комфортне та затишне місце. Але ми рідко усвідомлюємо, як виникло це відчуття дому. Наприклад, усвідомлення саме батьківського дому побудоване не нами, а людьми, які нас виховували та створювали атмосферу: тато любив щось лагодити чи приносити в дім, а мама – готувати. Батьки могли говорити з нами про цінність нашого дому або демонструвати, чому ця цінність важлива. З домом пов'язані важливі моменти життя, спогади та події.

Якщо ми втрачаємо дім (ідеється як про фактичну втрату, так і про втрату відчуття), то руйнується й образ нашого дому. Людина не може визначити, що для неї тепер значить дім. На запитання про нього вона може реагувати нерозумінням чи розгубленістю. Може формуватися відчуття дереалізації, фонове або більш гостре. Це відбувається тому, що стара «картинка» дому більше не працює, а нова ще не сформована.

Що таке втрата дому?

Дім можна втратити фізично, через війну (зруйнований унаслідок бойових дій або перебуває під окупацією), або через внутрішній аспект – суб'єктивний страх, відчуття небезпеки: у такому випадку людина знає, що може повернутися у свій дім, але не переживає його відчуття так, як раніше, бо не може там жити старим життям.

У разі фактичної втрати дому ми не просто втрачаємо його образ, а важливий елемент нашої безпеки.

А у випадку, коли людина фізично має дім, але не відчуває себе там безпечно, вона (усвідомлено чи ні) починає

НЕ ВТРАТИТИ ДІМ В СОБІ

ставити запитання: що для мене означає безпека? Що важливо, щоб почуватися вдома? Що робити, щоб мені було комфортніше? Як я зробив або зробила попередній вибір, чи справді я обираю або обирала жити там? Чи обирали ми людей, поряд із якими жили? Чи функціонує ця система зараз?

На тлі війни ті запитання, які хвилювали нас у мирний час, загострилися, їх стало більше. Нам доводиться робити фундаментальні вибори в такій кількості й так часто, як ми не робили ніколи. Саме з цим і пов'язаний той обсяг розгубленості, дискомфорту та тривожності, з яким ми стикаємося.

Що може тільки зашкодити?

Переживання втрати не є пасивним процесом. Такі переживання долаються легко, тільки якщо на шляху немає наступних перешкод:

- Псевдооптимізм. Переконавання «все буде добре» – нереалістичне, адже ніхто не знає, що відбудеться в майбутньому. Також це заважає адаптуватися та почати діяти, адже ми перекладаємо з себе відповідальність, мовляв, все буде добре само собою, для цього не потрібно жодних зусиль.

- Застрагання думками у втраті та румінація. Це відбувається, коли людина дуже часто прокручує спогади про попереднє житло і перестає жити в реальності.

- Блокування емоцій та уникнення розмов про втрату. Усі емоції потрібно прожити, щоб прийняти реальність такою, якою вона є.

- Хибна надія. Усім хочеться вірити, що війна закінчиться за тиждень-два максимум, насправді вона може тривати

набагато довше. Ніхто не може дати точних прогнозів, тому вірити експертам, які переконують у найближчому закінченні війни, не варто.

Це дає фальшиву надію, що тягне за собою «завмирання», при якому людина сидить, нічого не робить і чекає кінця, сподіваючись, що все буде як раніше.

Як пережити втрату дому

Втрати – постійна частина життя. Але втрата дому – не лише збитки нерухомості. Це втрата всього, що люди наживали роками, а також спогадів та майбутніх моментів.

Дім завжди залишається часткою нас, тому відчувати біль та смуток нормально. Важливо дозволити собі відчувати все і повільно знайти та облаш-

тувати нове місце проживання так, щоб було комфортно, наскільки це можливо.

Алгоритм від психотерапевта допоможе прийняти та простіше пережити втрату:

- визнати реальність, а не заперечувати її. Не втікай від думок та розмов про втрату житла. Не блокуй емоції, що виникають;
- виділи час та місце на переживання емоцій. Можна плакати в безпечному місці стільки часу, скільки ти собі виділив(-ла).
- відновлення своєї рутини: пий каву, готуй їсти, проводи час з близькими, дотримуйся режиму сну і т.д. Пізніше, коли з'явиться більше сил, можеш збільшувати обсяг завдань та шукати кращого житла, роботи;

- усвідомлюй свої цінності: що для мене цінне в житті? Як це можна реалізувати? Зрозумій які у тебе є матеріальні та соціальні ресурси, спираючись на них, реорганізуй життя;

- важливо мати проактивну позицію: просити про допомогу, знайомитися з людьми, підтримувати спілкування з рідними та друзями, вірити в себе.

Звичайно, якщо ти бачиш, що без допомоги не обійтись, звернися до психолога чи психотерапевта і не бійся просити підтримки у друзів та рідних.

Підсумувати все це можна наступним чином: саме розуміння і прийняття втрати дому може допомогти людям відновити свою психічну стійкість. Важливо пам'ятати, що хоча втрата дому є тяжким чинником, оточення людей та здатність висловлювати свій стан та емоції можуть сприяти поновленню сенсу та надії в цей нелегкий період.

Олексій ІВАНЧЕНКО



ШЛЯХ ДО ДОМУ

Видання підготовлене до друку
Одеським благодійним фондом
«ШЛЯХ ДО ДОМУ» в рамках проекту
«Шлях до здоров'я громади»
(м. Одеса та Одеська область).



Видано за фінансової підтримки
МБФ «Альянс громадського здоров'я»
в рамках реалізації програми
«Прискорення прогресу
у зменшенні тягаря
туберкульозу та ВІЛ-інфекції
в Україні», яка реалізується
за підтримки Глобального фонду.

Викладені в даній публікації
думки й точки зору є думками
й точками зору організації, яка видає
дану продукцію, і не можуть
розглядатися як думки або точки зору
МБФ «Альянс громадського здоров'я»
і Глобального фонду.

Газета видається
і розповсюджується
Одеським благодійним фондом
«ШЛЯХ ДО ДОМУ»

Адреса редакції і видавця:
вул. Софіївська, 10, Одеса, 65082,
тел./факс: (048) 777-20-76,
e-mail: neuletai.office@gmail.com,
http://www.wayhome.org.ua

Редактор: Олег Ваннік.
Макет: Оксана Андрєєва.

© «Не улетай!», 2023

При передруку посилання на газету
«Не улетай!» обов'язкове.
Рукописи не повертаються
і не рецензуються.
Листи та звернення читачів
можуть бути опубліковані.
Думка редакції може не збігатися
з думкою авторів.

Свідectво
Серія ОД №556 від 18.02.1999 р.

Друк
ФОП Харченко
№ замовлення 10/5
1,5 друкованих аркушів

Наклад 3000 примірників
Розповсюджується безкоштовно

ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВІРИ З ПИТАНЬ ВІЛ/СНІД 0800 500 451

НАЦІОНАЛЬНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ З ПИТАНЬ НАРКОЗАЛЕЖНОСТІ ТА ЗПТ 0800 507 727

НАЦІОНАЛЬНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ З ПИТАНЬ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАРКО І АЛКОЗАЛЕЖНИХ 0800 507 703