

## **Вместе против наркотиков.**

Наркомания (в переводе с греческого означает оцепенение, бездумье) – это тяжёлое заболевание, которое начинается со случайного (или под давлением) приёма наркотиков с последующим формированием вредной привычки.

НАРКОТИКИ – это вещества, употребление которых приводит к физической и психической зависимости. Чем моложе человек, тем раньше у него развивается эта зависимость.

Даже однократное употребление наркотика может нанести непоправимый вред здоровью.

Наркомания среди молодежи в Республике Беларусь приобретает все более значительные масштабы и самым существенным образом сказывается на морально-психологической атмосфере в обществе, отрицательно влияет на экономику, политику, правопорядок и на жизнеспособность нации в целом. Создание системы профилактики и раннего выявления случаев употребления наркотических веществ учащимися является важной медико-педагогической задачей.

### **Что нужно знать о наркотиках.**

Существует две категории наркотических средств:

1. Медицинские лекарственные препараты, занесенные в специальный список наркотических средств и психотропных веществ, утвержденный МЗ РБ;
2. Наркотики, изготавливаемые нелегально, которые подразделяются на наркотики растительного происхождения (опий и р., марихуана, гашиш) и синтетические наркотики (героин, ЛСД, экстази, амфетамин).

### **Какие бывают наркотики?**

Все известные наркотики обычно разделяют на шесть основных групп:

1. Наркотики опийной группы – опиаты и опиоиды
2. Наркотики, изготавливаемые из конопли, или каннабиоиды – марихуана, гашиш.
3. Галлюциногены или психоделики (ЛСД, экстази, мескалин, псилоцибин).
4. Психостимуляторы (кокаин, эфедрон, амфетамины).
5. Седативные и снотворные препараты (барбитураты, феназепам и др. транквилизаторы).
6. Летучие вещества наркотического действия (клей, растворители и т. д.).

Кроме того в последнее время все чаще выявляются случаи употребления курительных смесей, так называемых «Спайсов».

### **Что такое наркотическая зависимость?**

Наркотическая зависимость – тяжелое хроническое психическое заболевание, проявляющееся непреодолимым влечением к наркотику.

Основные этапы развития зависимости: быстрое привыкание к наркотику, необходимость увеличивать дозу и частоту приема, непреодолимое влечение к постоянному потреблению наркотика, появление

тяжелой физической зависимости от наркотика – абстинентного синдрома, или «ломки», в отсутствие очередной дозы.

Этапы формирования наркотической зависимости:

Привыкание к наркотику: формирование психической зависимости – непреодолимое влечение к употреблению наркотика для снятия эмоционального напряжения и достижения психологической комфортности. Это маниакальная, не поддающаяся контролю, тяга к конкретному ПАВ

Повышение толерантности – необходимость увеличивать дозу и частоту приема наркотика.

Физическая зависимость от наркотика – «ломка», неспособность организма к нормальной жизнедеятельности без приема наркотического вещества.

### **Опиоиды**

Наркотики, получаемые из мака или их синтетические аналоги. Ацетилованный опий, героин, метадон.

Воздействие:

замедляется сердцебиение, дыхание, снижается активность головного мозга;

зрачки сужены и не расширяются в темноте, взгляд застывший;

речь становится невнятной;

затрудняется концентрация внимания, уменьшается двигательная активность;

снижается болевая чувствительность;

кожа бледная, сухая и теплая;

ослабевают чувства голода и жажды;

вслед за эйфорией наступает сонливость.

**ВРЕД:**

прием этих наркотиков быстро приводит к физической и психической деградации человека;

кожа сухая, по ходу вен следы от инъекций;

снижение иммунитета, что приводит к частым инфекционным заболеваниям;

потребитель наркотиков становится истощенным, выглядит намного старше своих лет;

нарушения сна – трудности засыпания, частые просыпания, кошмарные сновидения;

изменения характера – человек становится безразличным, эгоистичным, конфликтным;

теряется память на текущие события, трудности запоминания, нечеткая ориентировка в происходящем;

глубокая депрессия, приступы отчаяния, попытки суицида;

заболевания вен (флебиты);

заболевания печени (гепатиты, цирроз);

тяжелая, мучительная «ломка»;

частые передозировки со смертельным исходом;

ВИЧ/СПИД.

### **Психостимуляторы**

Это наркотики, оказывающее возбуждающее действие на головной мозг: кокаин, амфетамины, экстази.

Воздействие: учащается пульс, расширяются зрачки, тошнота, сухость во рту, сильная жажда и т.д

Вред:

потеря веса, истощение организма, чувство разбитости, слабости;

постепенное ослабление памяти;

нарушение сна, кошмарные сновидения;

человек становится очень нервным, преобладает плохое настроение с оттенком тревожности, раздражительности;

у мужчин – импотенция, у женщин – бесплодие.

Психостимуляторы обладают разъедающим действием на слизистые оболочки, поэтому повреждается носовая полость, дыхательные пути. Часто появляются носовые кровотечения, хронический насморк. Могут разрушаться кости носа. Тяжелые депрессии, трудности концентрации внимания, апатия, нарушения сна. Появляются мысли о самоубийстве.

### **Марижуана**

Происхождение: «Травка» или «дурь» пришла из Древней Индии и Ближнего Востока, где поначалу имела широкое применение в медицинских целях. Кроме марижуаны из конопли добывают гашиш и анашу. *Mariguando* (от порт. «пьянящий»).

Действие: Марижуану курят как сигареты, либо с помощью подручных средств. Эффект появляется почти сразу после курения, достигает своего пика в течении 30 минут и продолжается 2-4 часа. Повышается чувствительность к окружающим предметам, возникает чувство эйфории, радости, спокойствия, иногда тревоги.

Воздействие: бессмысленная безудержная веселость, взрывы хохота

Лицо пылает, белки глаз краснеют

Зрачки сильно расширены

Затрудняется координация движений, нарушается восприятие размеров предметов и их пространственных отношений.

### **СПАЙСЫ**

От англ. «spice» — специя, пряность – разновидность травяной курительной смеси, в состав которой входят синтетические вещества, энтеогены (растения, в состав которых входят вещества психотропного действия) и обыкновенные травы.

Обладает **психоактивным** действием, аналогичным действию **марижуаны**. Продажа смесей Spice осуществлялась в странах Европы с 2006 года (по некоторым данным — с 2004) под видом **благовоний** преимущественно через **интернет-магазины**. В 2008 году было установлено, что действующим компонентом смесей являются не вещества растительного происхождения, а синтетические

аналоги **тетрагидроканнабинола** — основного действующего вещества марихуаны.

В настоящее время синтетические **каннабиноиды**, являющиеся действующими веществами Spice, запрещены в **России, США** и многих странах **Европейского союза**.

В состоянии опьянения:

- расторможенность;
  - тревога или беспокойство (неспособность усидеть на месте);
  - подозрительность (чувство что все знают, что покурил, следят, подслушивают - паранойд);
  - искажение времени;
  - скачка или заторможенность мыслей;
  - изменение скорости реакций;
  - снижение способности здраво рассуждать и критически оценивать свои поступки;
  - рассеянность внимания;
  - слуховые, зрительные или тактильные иллюзии;
  - изменение быстроты реакции;
  - деперсонализация и дереализация - нарушения ориентировки в собственной личности, месте и времени – потерянности;
  - галлюцинации;
  - делирий - спутанность сознания;
  - дисфория - агрессия, драки, споры, угрозы;
- От приема курительных смесей развиваются психозы.

### **Седативно - снотворные препараты**

Медицинские препараты применяемые для лечения заболеваний, сопровождающихся тревогой, страхом, бессонницей, а также при эпилепсии. При неконтролируемом употреблении быстро развивается психическая и физическая зависимость

Воздействие:

- затруднение речи, нарушение координации движений;
- неустойчивая походка;
- замедление реакции;
- внезапная перемена настроения – от веселого до безразличного или агрессивного;
- расторможенность, назойливость, неустойчивость внимания;
- неадекватная оценка собственных действий.

В последующем становятся заторможенными, быстро ухудшается память, развиваются психозы, судорожные припадки, депрессии, склонность к самоубийству.

### **Как себя вести?**

На предложения закурить, выпить, попробовать наркотики:

- твёрдо, но доброжелательно и спокойно говори «нет», не вступая в споры;

соглашайся с доводами, но стой на своём: «Ты прав, но я не хочу этого делать»;

прекращай разговор: «Я больше не хочу говорить на эту тему»;

приведи своему собеседнику множество доводов в пользу отказа от вредных привычек (лучше заняться спортом - это полезно для здоровья).

При подготовке к проведению занятий рекомендуем использовать материалы, размещенные на интернет-сайтах Министерств образования, здравоохранения Республики Беларусь (<http://edu.gov.by>, <http://minzdrav.gov.by>), УЗ «Могилевский областной наркологический диспансер» (<http://mond.by>).