

**СТОП!
НАРКОТИК!**



Памятка о вреде наркотиков

КАК ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ЧЕЛОВЕКА НАРКОТИК?

Человек в состоянии наркотического опьянения перестает испытывать душевную и физическую боль, появляется ощущение легкости, комфорта. Ощущение легкости приводит к потере над собой и утрате чувства реальности. Состояние наркотического опьянения продолжается только в то время, когда наркотическое вещество содержится в крови.

КАК РАЗВИВАЕТСЯ НАРКОМАНИЯ У ЛЮДЕЙ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИКИ?

У того, кто постоянно употребляет наркотики, постепенно снижается чувствительность к ним. Через некоторое время для достижения радости обычных доз уже не хватает. Жертва наркомании вынуждена увеличить дозу. Впоследствии не хватает и этого, тогда происходит переход к более сильному наркотическому веществу. Так, постепенно, человек приобщается к сильным наркотикам, избавления от которых почти нет.

КАКОЙ ВРЕД ПРИНОСЯТ НАРКОТИКИ?

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, мозг, половую систему, печень и почки. Как правило, люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не более десяти лет. Большинство умирает раньше. Весьма распространены случаи, когда люди, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества. Поскольку наркоманы пользуются не стерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь – СПИД, гепатит и другие. От этих болезней они часто умирают раньше, чем произошло отравление организма наркотиком.

КАК ВЛИЯЕТ НАРКОМАНИЯ НА ДУШЕВНЫЙ ОБЛИК ЧЕЛОВЕКА?

Нарастает эмоциональное опустошение, возникает раздражительность, апатия, расслабление воли, а при употреблении отдельных наркотиков появляется слабоумие. Внешне все это проявляется вялостью, черствостью, грубостью, эгоизмом, лживостью. Человек, употребляющий наркотики, утрачивает контроль над своей жизнью, глубоко перерождается, становится совсем другим. Постепенно снижается интеллект.

ОТ ЧЕГО УМИРАЮТ ЛЮДИ, СТРАДАЮЩИЕ НАРКОМАНИЕЙ?

В большинстве случаев от передозировки. Наркомана через несколько лет ждет полное разрушение печени и всего организма. Но многие не доживают до этого момента и умирают от аллергии, инфекционных и сопутствующих заболеваний, например, СПИДА или гепатита.

Многие заканчивают жизнь самоубийством или погибают насильственной смертью, так как наркоманы зачастую связаны с организованной преступностью. Наркоман теряет инстинкт самосохранения и легко может замерзнуть, стать жертвой преступления, попасть в аварию, погибнуть от несчастного случая и многих других причин.



ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О НАРКОМАНИИ

МИФЫ О НАРКОТИКАХ

Миф 1: Попробуй - пробуют все. Это не так: 80% подростков никогда не пробовали наркотиков.

Миф 2. Существуют "безвредные" наркотики. Это не так. Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

Миф 3. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться. Это не так. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

Миф 4. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия. Это не так. Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.

Миф 5. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет. Это не так. Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

Миф 6. Лучше бросать постепенно. Это не так. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ

Наркомания – болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ.

Наркотические вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания. Одной из особенностей применения наркотиков является быстро возникающее привыкание.

Наркотические вещества, попадая во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. Они влияют на психику, приводят к духовной деградации и полному физическому истощению организма.

У наркомана изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни. Наркомания поражает всю личность человека: уничтожаются нравственные качества, человек становится психически неуравновешенным, зачастую он теряет друзей, семью, вовлекается в преступность, приносит несчастья себе и окружающим.

ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.
- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в старости.
- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманов слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.
- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.)
- Наркомания приводит к повышению риска заболеваний онкологическими заболеваниями, повреждению головного мозга.
- Иммунитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.

КАК СКАЗАТЬ "НЕТ"?

1. Назови причину. Скажи почему ты не хочешь этого делать.
– Я знаю, что это опасно для меня.
– Я уже пробовал, и это мне не понравилось.
2. Будь готов к различным видам давления.
Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будьте готовы уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.
3. Выбери союзника: человека, который согласен с тобой, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
4. Избегай подобных ситуаций. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах эти люди собираются. Постарайтесь быть подальше от этих мест, от этих людей.
5. Дружи с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики и не будут делать этого сами.

ДЕСЯТЬ ХОРОШИХ ПРИЧИН СКАЗАТЬ

НЕТ

НАРКОТИКАМ

Наркотики не дают человеку мыслить самому за себя.

Наркотики толкают людей на кражи и преступления

Наркотики дают фальшивое представление о счастье

Наркотики часто приводят к несчастным случаям.

Наркотики уничтожают дружбу.

Наркотики разрушают семьи.

Наркотики являются препятствием к духовному развитию

Наркотики являются источником многих заболеваний

Наркотики приводят к уродству детей.

Наркотики делают человека слабым и безвольным

ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ



МЕДИЦИНСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

ИЗМЕНЯЕТСЯ ВНЕШНИЙ ВИД

Вялая мимика, бессмысленный взгляд, монотонная речь, бледность, расслаивание ногтей, выпадение волос, похудание, выглядят наркоманы намного старше своего возраста.

ПОРАЖАЮТСЯ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ

НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Ухудшение памяти, мышления, колебания настроения, снижаются морально-эстетические качества, личность деградирует.

ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Расстраивается пищеварение, что вызывает значительную потерю массы тела и резкое истощение.

ИМУННАЯ СИСТЕМА

Организм хуже справляется с заболеваниями.

ПЕЧЕНЬ

Воспалительные, застойные или дистрофические процессы.

СЕРДЦЕ

Возрастает вероятность инфаркта.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Хроническое воспаление, снижение обоняния, его потеря.

РЕПРОДУКТИВНЫЕ ОРГАНЫ

У наркоманов мужчин развивается импотенция, у женщин половая холодность.

ПОВЫШАЕТСЯ СКЛОННОСТЬ К САМОУБИЙСТВАМ

(в 5-20 раз)

ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СМЕРТНОСТИ



СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

ЧЕЛОВЕК ПЕРЕСТАЕТ БЫТЬ ЧАСТЬЮ ОБЩЕСТВА

Все, что раньше было значимым, дорогим, любимым, теряет смысл.

Попытки родителей помочь ребенку вызывают у него раздражение и злость.

Появляются проблемы с работой и учебой.

Понятия о моральных нормах становятся размытыми, что часто приводит к конфликту с законом.

Зависимый человек приспособливает свою жизнь к тому, чтобы облегчить доступ к наркотику. Вся его социальная активность связана с наркотиком. Как взаимодействовать с обществом без наркотика, он не знает.

Лица, употребляющие наркотики, теряют друзей, товарищей, приемлемые социальные связи (потеря социального окружения). Вместо этого появляется новое окружение - зависимое от наркотиков.





ПОЧЕМУ НЕКОТОРЫЕ ЛЮДИ СОГЛАСАЮТСЯ НА ПРИЕМ НАРКОТИКОВ?



СОГЛАСИЕ НА ПРИЕМ НАРКОТИКОВ ЧАЩЕ ВСЕГО БЫВАЕТ ПО ДВУМ ПРИЧИНАМ:

- желание искусственных эмоций;
- незнание того, как уверенно вести себя в ситуации предложения наркотика.

Если человек жаждет искусственных эмоций (чаще всего расслабиться или забыться), то, скорее всего, он просто не умеет справляться со стрессом, возникшими проблемами или просто не способен себя чем-либо хорошим занять и бесится от скуки.

НАДО «НАЙТИ СЕБЯ», ЗАГОРЕТЬСЯ КАКОЙ-ЛИБО ИДЕЕЙ, ПОЧУВСТВОВАТЬ «СМЫСЛ ЖИЗНИ», СТАТЬ КРЕПЧЕ И ВЗРОСЛЕЕ.



10 ПРИЧИН СКАЗАТЬ «НЕТ» НАРКОТИКАМ

- 1 Наркотики устраниают личность
- 2 Наркотики дают фальшивое представление о реальности
- 3 Наркотики приводят к несчастным случаям
- 4 Наркотики уничтожают дружбу
- 5 Наркотики подавляют волю
- 6 Наркотики являются препятствием к духовному развитию
- 7 Наркотики толкают людей на кражи и насилие
- 8 Наркотики являются источником тяжелых заболеваний
- 9 Наркотики разрушают семьи
- 10 Наркотики приводят к уродству детей



КАК СОРВАТЬСЯ С КРЮЧКА НАРКОДИЛЕРА

1. **ОБХОДИТЬ СТОРОНОЙ**
Если есть подозрение, что в какой-то компании могут предложить наркотики, нужно её всегда **ОБХОДИТЬ СТОРОНОЙ!!!**
2. **ТВЕРДОЕ И СВОБОДНОЕ НЕТ**
В случае завлечения в плохую компанию, при косвенном или прямом предложении наркотиков отвечать **«НЕТ»**. Не смотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Оставаться самим собой.
3. **ВЫБРАТЬ СОЮЗНИКА**
Найти в компании человека, который согласен с вами и встанет на вашу сторону. Вы получите поддержку и сократите число сторонников употребления.
4. **СМЕНИТЬ ТЕМУ**
Придумать интересную альтернативу, не связанную с наркотиками. Например, поход в кино, занятие спортом, прогулка.
5. В случае завлечения или принуждения к приему наркотиков **МАКСИМАЛЬНО БЫСТРО ПОКИНУТЬ ЭТУ КОМПАНИЮ!**