



**МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ
И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Рашпилевская ул., д. 23, г. Краснодар, 350063

Тел. (861) 298-25-73, (861)298-26-00

E-mail: minobrkruban@krasnodar.ru

Начальникам
муниципальных органов
управления образованием

Руководителям государственных
образовательных организаций

05.09.2024 № 47-01-13-15999/24

На № _____ от _____

О направлении лекционных материалов

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края (далее – министерство образования) сообщает, что в рамках выполнения пункта 1.3.1 протокола № 2 заседания антинаркотической комиссии Краснодарского края от 19 июня 2024 г. министерством здравоохранения Краснодарского края разработаны лекционные материалы для использования при проведении профилактических мероприятий антинаркотической направленности в образовательных организациях по результатам проведенного социально-психологического тестирования и профилактических медицинских осмотров.

Министерство образования направляет для использования в работе вышеуказанные лекционные материалы и просит довести их до сведения заинтересованных лиц.

Приложение: 17 л. в 1 экз.

Начальник
управления общего
образования



Подлинник электронного документа, подписанного
электронной подписью, хранится в системе
электронного документооборота
администрации Краснодарского края

Сертификат 051ECE1925CD2D83D59D5AF1E55EC3C2

Владелец **Мясищева Елена Валерьевна**

Действителен с 16.11.2023 по 08.02.2025

Е.В. Мясищева

Приставка Ольга Петровна
+7(861)298-25-94

Лекционный материал для учащихся 9-11 классов
«Правда и мифы о наркотиках»

Когда все только начинается, многие говорят себе, что они попробуют только один раз. Именно с этого первого раза и начинается путь в никуда. Продолжительность жизни после формирования зависимости обычно в среднем не превышает 5-7 лет.

Необходимо принять как неоспоримую истину - наркомания начинает формироваться с первой пробы. Каждый должен для себя сделать главный вывод: попробовал наркотик — подписал себе смертный приговор. Обратной дороги нет.

С уровня эксперимента человек редко способен вернуться к нормальной жизни. Не остановившись, потребитель выходит на этап, когда наркотик начинает нравиться. Это приводит к стремительному развитию психической зависимости, а выбраться из компании наркоманов — уже труднопреодолимая, почти невозможная задача.

Следующий уровень — увеличивающаяся постоянная потребность в химическом веществе и формирование физической зависимости. Когда отсутствие наркотика приводит к физическим болям и состоянию, несовместимому с нормальной жизнедеятельностью, а наркотик становится исключительно лекарством и средством избавления от невыносимых страданий, выживает крайне малый процент людей, которых при этом уже можно причислить к психическим и физическим инвалидам.

Главная опасность наркотиков состоит в том, что незаметно для сознания человека, в результате их употребления быстро и необратимо происходит разрушение клеток головного мозга.

В молодом возрасте свойственно преобладание физиологических потребностей над эмоционально-волевым контролем собственного поведения — и это одна из причин развития наркомании. Потребление наркотиков связано также с социальными условиями, ими же обусловлен и выбор психоактивного вещества.

Часто наркоманом становится человек, не реализовавший себя в личной жизни, в социуме, обделенный вниманием, сочувствием, дружбой, лаской, пониманием, любовью. Это человек, плохо управляющий своими эмоциями, готовый под влиянием неожиданности или разочарования впасть в отчаяние, панику, тоску. Это человек недостаточно развитый в интеллектуальной, а

главное, духовно-нравственной, культурной, эмоциональной сфере, не нашедший своего призвания, своего дела. Это человек, с детства живущий лишь для удовлетворения своих сугубо эгоцентрических желаний, не умеющий делать верный выбор даже в мелочах, постоянно зависящий от окружающих, а отсюда — постоянно комуто подражающий, человек со слабой волей, неспособный отказаться от сигареты, выпивки.

Основным мотивом, толкающим молодежь к наркотическому дурману, является любопытство и подражание, а иногда к употреблению наркотиков приучают и принуждают более опытные товарищи, которые затягивают новичков в свои сети, «угощая» дорогостоящим зельем.

Среди молодежи нередко существует расхожее представление: если принять для пробы наркотик всего один раз, ничего страшного не произойдет. Однако это опасное заблуждение. Желание повторить испытанные ощущения одурманивания приводят к рабской зависимости от вещества. Постепенно все имевшиеся ранее у подростка интересы и увлечения пропадают. Появляются слабость, бессонница, потеря аппетита, истощение организма.

Облик человека, постоянно принимающего наркотическое зелье, далек от привлекательности: гнилые зубы, преждевременное облысение, желтушно-серая кожа, лицо с ранними морщинами — типичный портрет наркомана.

Прием психоактивных веществ обязательно приводит к изменению психики человека, это проявляется в грубости, равнодушии к окружающим, жестокости, трудности в общении. Поведение наркомана настолько зависит от этого ощущения сиюминутного удовольствия, что заставить его осмыслить грозящую опасность невозможно.

Через определенное время наступает такой момент, когда наркотики нужны ему вовсе не для веселого настроения, а для поддержания относительно нормального самочувствия. Жизнь без них становится невозможной. Мучительная зависимость толкает человека на все — обман, воровство и даже убийство, лишь бы добыть наркотик.

Среди наркоманов часто встречаются случаи одного из серьезнейших заболеваний нашего времени — СПИДа (синдрома приобретенного иммунодефицита), не поддающегося полному излечению. Эти люди губят не только себя и своих близких, но и будущее потомство, так как их дети рождаются с глубокими психическими и физическими уродствами.

Потребители наркотиков чаще всего умирают молодыми. Врачи редко сталкиваются с наркоманами-стариками, так как даже до среднего возраста эти люди не доживают. Связано это не только с истощением организма, который не в состоянии выдержать постоянного изнурительного взбадривания психоактивными веществами, но и часто с попытками самоубийства, передозировкой, заражением крови, развитием целого ряда сопутствующих заболеваний.

Распространители наркотиков умело используют неосведомленность подростков и активно внедряют в сознание молодежи ряда мифов.

Миф первый.

«Попробуй - пробуют все»

Это неправда. Чаще всего жертвами ложной аргументации становятся подростки невысоких психологических устоев: конфликтные, склонные к мелкому воровству, лживости, подверженные вспышкам гнева, агрессивности. Такие личности неспособны к целенаправленной деятельности, у них отмечается плохая успеваемость, отставание в психофизиологическом развитии. Они же впоследствии становятся распространителями наркотиков, что неизбежно приводит их в места лишения свободы.

Миф второй.

«Попробуй — вредных последствий не будет»

Это ложь. Прежде всего, пристрастие к некоторым психоактивным веществам может возникнуть и после одного-двух приемов. Кроме того, существуют индивидуальные особенности организма, которые могут привести к гибели даже при первой пробе.

Миф третий.

«Попробуй - если не понравится, прекратишь прием»

Некоторые люди, которые порой изредка употребляют наркотики, считают, что они в любой момент могут прекратить употребление. Считается, что малые количества не создают проблем. В действительности многие наркотики довольно быстро вызывают психическую зависимость. Возникновение подобной зависимости трудно заметить, и человек, заблуждаясь, продолжает думать, что может бросить в любой момент.

Про физическую зависимость и абстинентный синдром ("ломку") практически все слышали. Однако многие убеждены, что ее можно преодолеть, например, с помощью врачей. Им кажется, что особых проблем не будет, поскольку человек, обладающий определенной волей, в состоянии немедленно и бесповоротно бросить принимать наркотики. При этом обычно находится свидетель, который знаком с тем, кто после периода серьезного злоупотребления, проявив волю, «прошел через "ломку" и теперь вот уже месяц (два, три) не употребляет — и никаких последствий».

Во-первых, при употреблении любого вида наркотика, и "легкого", и "тяжелого", прежде всего страдает воля. Это заметно уже тогда, когда другие изменения личности еще не проявляются. Происходит то, что называют "энергетическим снижением": ослабляются именно волевые качества личности, снижается или теряется целеустремленность, то есть человек становится неспособен к продуктивной деятельности, часто прекращает учиться, бросает работу.

Во-вторых, ремиссия (временное улучшение) часто непродолжительна. Через определенный период (до нескольких месяцев) больной вновь оказывается охваченным неудержимым стремлением к приему наркотика, и вновь повторяется цикл заболевания с более тяжелыми последствиями. Ремиссия продолжительностью до года отмечается только у очень небольшого числа больных, причем у людей зрелого возраста. Значение здесь имеет наличие семьи

и сохранение определенного социального положения. Понятно, что подростки в эту категорию не попадают.

Миф четвертый.

«Существуют "безвредные" и «легкие» наркотики»

Безвредных, легких наркотиков не бывает. Не все психоактивные вещества вызывают сильную физическую зависимость, но все они, даже при незначительном употреблении, пагубно влияют на личность. Уместно напомнить, что психическая зависимость развивается даже в случае употребления такого наркотика, как марихуана, часто ошибочно называемого «легким».

Употребление марихуаны сопровождается ослаблением волевых качеств личности, потерей мотиваций: утрачивается интерес к тому, что происходит в жизни, пропадает желание работать, учиться, человека не волнует, как он выглядит. Распространенный симптом употребления марихуаны — нарушение краткосрочной памяти, внимания, что связано с гибелью нервных клеток в определенных областях мозга.

Курение марихуаны ослабляет иммунную систему, и человек становится более восприимчив к инфекциям. Наконец, установлено, что практически все наркоманы, прибегающие к наиболее опасным наркотикам, начинали именно с марихуаны.

Делить наркотики на легкие или тяжелые - то же самое, что делить смерть на легкую или тяжелую - суть одна и та же.

Миф пятый.

«Наркоманы избраны самой судьбой, только им открыт неведомый мир истины»

При опьянении некоторыми видами наркотиков наблюдаемые психологические реакции схожи с симптомами шизофрении. Но вряд ли кто-то считает избранными больных шизофренией.

Миф шестой.

«Наркотики помогают позитивному настроению»

Человек, употребляющий психоактивные вещества, попадает в психологическую ловушку, выход из которой лежит через жесточайшую депрессию вследствие отказа от наркотика, ведущего к потере всех положительных эмоций.

Каждый из вас может стать объектом внимания "доброжелателя". В этом случае вы обязаны быть готовыми решительно отклонить всякие попытки привлечь вас к опаснейшему для человеческой личности "занятию". Вы должны знать, что тот "добрый" приятель или знакомый, который будет убеждать попробовать что-либо просто из любопытства, дескать, если не понравится, всегда можно бросить, как правило, преследует самые корыстные цели, жестоко используя неопытного человека.

Нужно помнить, что никто из погибающих наркоманов не собирался продолжать прием наркотиков, все хотели лишь попробовать, удовлетворить

любопытство. Конец, как правило, трагичен: загублена человеческая судьба, сама жизнь!

Наркомания — это пустые глаза и атрофированные, бесчувственные и безнравственные души людей, единственным смыслом существования которых является поиск ядовитого зелья! Это тяжелые поражения мозга, печени, сердца и всех внутренних органов. Это инфекционные, венерические болезни и СПИД. Это тяжкие преступления и одна из самых частых причин самоубийств. Это дети, еще не родившиеся, но уже искалеченные в утробе матери и обреченные на тяжелые муки после рождения. Это горе миллионов отцов и матерей, жен и мужей; это разрушенные семьи, невостребованные таланты, преданные чувства, сломанные судьбы!

И все это — страшная плата за краткий миг искусственной, химической радости! Радости ложной, фальшивой, не имеющей ничего общего с подлинными человеческими радостями!

**Лекционный материал для учащихся 10-11 классов
«Профилактика употребления каннабиса»**

Об этом психоактивном веществе спорят во всем мире, есть ярые сторонники и столь же ярые противники его легализации, в разных странах его правовой статус меняется от полного запрета до ограниченного использования в медицинских целях, а в некоторых случаях и разрешенного употребления, правда в строго отведенных для этого местах.

Речь идет о каннабисе. Растение конопля (*лат. Cannabis sativa*) растет во многих регионах мира, и человечество познакомилось с ним довольно давно. Долгое время это растение было источником пеньки для изготовления из нее канатов, веревок, грубой мешковины, а также конопляного масла и семян, обладающих полезными свойствами и полным отсутствием психоактивного воздействия. Если и использовали в древнем мире одурманивающие свойства этого растения, то исключительно во время религиозных обрядов.

Добровольное одурманивание появилось не так давно, как пытаются утверждать некоторые поборники легализации этого вещества. Вследствие распространения этой проблемы конопля была запрещена к культивированию во многих странах мира.

Следует помнить, что марихуана на территории Российской Федерации входит в список запрещенных веществ, в медицинских целях она у нас тоже не применяется.

За её хранение, распространение, культивирование, перевозку, пересылку и прочие действия неизбежно наступает уголовная ответственность по статье 228 Уголовного кодекса РФ.

Даже за единичное употребление марихуаны статьей 6.9 Кодекса административных правонарушений Российской Федерации предусмотрено наказание в виде штрафа до 5 тысяч рублей или 15 суток административного ареста.

Употребление психоактивных веществ не является нормой для человека. Естественно, что для подобных действий есть причины. Но неважно, что подтолкнёт человека к употреблению – любопытство, желание поэкспериментировать, боязнь оказаться в компании «белой вороной», недостаток тепла в семейных отношениях или неуверенность в себе.

Важно то, что каннабис оказывает пагубное влияние уже при первой попытке употребления.

Многие считают марихуану «легким» наркотиком – этому заблуждению много лет. Но легких наркотиков не бывает, как бы банально это не звучало, и рано или поздно человеку, рискнувшему когда-то их попробовать, придется столкнуться с опасными последствиями употребления.

Существует заблуждение, что курение марихуаны не влечет физических последствий. Однако согласно ряду исследований употребление каннабиса приводит к нарушению деятельности дыхательной системы, так как она первая сталкивается с вдыхаемым дымом, в котором содержится достаточно большое количество канцерогенных веществ. Возникают воспалительные процессы: бронхит, фарингит. Длительное воздействие на слизистую ротовой полости и дыхательных путей постепенно приводит к формированию онкологических заболеваний (рак языка, гортани, легких).

В состоянии наркотического опьянения усиливается сердцебиение, учащается пульс и повышается артериальное давление. В сочетании с сердечно-сосудистыми заболеваниями эти симптомы становятся особенно опасными и могут представлять угрозу для жизни потребителя.

Нарушается координация движений, замедляются естественные реакции организма, снижаются двигательные рефлексy. Нарушается ответная реакция человека на световые и звуковые сигналы, ухудшается способность к выполнению последовательных операций и степень восприятия. Вождение автомобиля в таком состоянии наркотического опьянения довольно часто приводит к серьезным ДТП. Скорость реакции и измененное восприятие при употреблении марихуаны в значительной степени нарушено.

К другим не менее тяжелым воздействиям каннабиса на человеческий организм можно отнести влияние на репродуктивные функции.

Рождение здорового потомства – это условие существования человека как биологического вида. И природа всегда старается защитить репродуктивную систему от вредных воздействий. К сожалению, в случае с марихуаной, как и при злоупотреблении другими психоактивными веществами, эта защита дает сбой.

У мужчин употребление марихуаны приводит к снижению содержания тестостерона, основного мужского полового гормона. Длительное применение может кардинально изменить гормональный фон, вплоть до полного нарушения половой функции. У женщин, накапливаясь в репродуктивной системе, каннабис вызывает нарушения менструального цикла, и в некоторых случаях делает зачатие невозможным. Если же беременность наступила, то каннабиноиды могут оказывать токсическое действие на развитие плода, вызывая отклонения при вынашивании, тяжелое протекание родов и раннюю смерть младенцев.

Что же касается психического состояния, то даже при однократном приеме наркотика характерны такие нарушения в психической деятельности, как снижение психомоторной активности и восприятия, ухудшение концентрации внимания, невозможность выполнения задач, требующих напряжения мыслительных процессов, а также беспокойство, нарушение настроения, подозрительность и параноидные мысли.

Длительное употребление приводит к снижению памяти, ухудшению обучаемости, снижению интеллектуальных способностей. У людей, которые употребляют марихуану, ухудшение мыслительной функции и интеллекта остаются даже тогда, когда наркотическое опьянение проходит, поэтому они не в силах трезво оценивать собственные действия. В результате формируется особая модель поведения, которая не согласовывается с общепринятыми нормами и правилами.

Мозг не прощает экспериментов над собой! У потребителей каннабиса в два раза вырастают риски психических расстройств.

Воздействие марихуаны в молодом возрасте резко увеличивает шансы в дальнейшем развития тяжелейшего психического расстройства, сходного с шизофренией. Это научно доказанный факт. В Швеции в течение 27 лет проводилось исследование, в котором приняли участи 50 тысяч добровольцев. Оно продемонстрировало явную связь между курением марихуаны до 18 лет и возникновением шизофрении во взрослом возрасте.

Каннабис – вероломный наркотик. Специалистам он известен как наркотик «первого шага». Ряд исследований показал, что пристрастие к психоактивным веществам формируется именно с приема каннабиноидов.

После первой пробы подросток испытывает ощущение наркотического опьянения, которое способствует дальнейшему употреблению. При систематическом употреблении возможно возникновение физической зависимости, а главное, быстро и безвозвратно формируется психическая зависимость, с которой гораздо тяжелее справиться. Постепенно развивается устойчивость к наркотику, вследствие чего потребитель перестает получать прежнее удовлетворение от марихуаны. Подобная ситуация толкает наркомана на поиск более сильного вещества, причем о последствиях подобной замены он даже не задумывается.

Давно доказано, что несформировавшийся подростковый организм сильнее подвержен негативному влиянию, и зависимость формируется гораздо быстрее, нежели у взрослого.

Есть мнение, что передозировка каннабиноидов не приводит к смертельному исходу. Однако употребление марихуаны зачастую становится косвенной причиной летальных случаев. К трагическим последствиям приводит снижение действия естественного инстинкта самосохранения. В состоянии наркотического опьянения человек, будучи заторможен и дезориентирован,

может легко попасть под машину, выпасть из окна и т.д. Это связано с особенностями влияния каннабиноидов на центральную нервную систему.

Есть также данные о патологическом воздействии пассивного курения марихуаны. Например, была зафиксирована смерть 11-месячного ребенка, родители которого регулярно употребляли каннабиноиды. В крови малыша было обнаружено высокое содержание марихуаны, влияние которого стало одной из причин смерти ребенка.

Люди, употребляющие марихуану, не считают себя зависимыми. Конечно, это является большим заблуждением. Но подобное заблуждение встречается у всех нарко- и алкозависимых. Ведь одним из симптомов этого заболевания является снижение или отсутствие критики к своему поведению. Такой человек просто не в состоянии трезво оценить проблему.

Важно помнить - безопасных или легких наркотиков не бывает! Все они оказывают негативное влияние на организм и приводят к серьезным последствиям. И марихуана в этом смысле – не исключение!

К разрушенному физическому и психическому здоровью у потребителей каннабиса добавляются и проблемы социальной адаптации. Человек теряет способность к нормальному общению, перестает понимать требуемые от него задачи, у него пропадает интерес к себе и окружающим, появляется душевная опустошенность, апатия, непредсказуемость действий и характера. Такой человек не строит планы, не ставит целей, он становится поверхностным, равнодушным и безвольным, превращаясь в некое существо, дрейфующее по жизни то в одну, то в другую сторону, в зависимости от внешних обстоятельств.

Каждый человек, находясь на старте своего взрослого жизненного пути, выбирает свою дорогу и надеется, что она непременно приведет к успеху. Но всего лишь одна маленькая ошибка, единственный неверный шаг способны уничтожить все, что дорого, поломать все планы, лишить жизненных целей, стремления к достижениям. Это становится возможным, когда человек проявляет непростительное легкомыслие к своей жизни, бездумно разрушает свое здоровье, поверив многочисленным мифам распространителей наркотиков.

В Интернете можно встретить много сомнительных фактов, противоречивых мнений по этой проблеме. Но еще и очень важно помнить, что наряду с серьезными, губительными последствиями для здоровья, разрушенными связями с обществом – семьей, друзьями, сверстниками, существует еще одна угроза, которая лишает человека жизненных перспектив - это реальный риск получить тюремный срок.

В нашей стране марихуана находится в списке запрещенных веществ. И это – одна из серьезнейших причин, по которым не стоит с ней связываться. Иначе может случиться так, что несколько лет, проведенных в местах лишения свободы, будут просто вычеркнуты из жизни человека. Тех самых лет, которые

могли быть потрачены на жизненно важные дела и интересные события – дружбу и любовь, обучение и профессиональный рост, занятия спортом и искусством.

Чтобы этого не случилось, не позволяйте вводить себя в заблуждение! Не слушайте тех, кто рекламирует сомнительное удовольствие и распространяет старые мифы о якобы безвредности марихуаны, вещества, которое и по сути, и по определению является абсолютным наркотиком.

Лекционный материал для учащихся 9-11 классов «Легких наркотиков не бывает!»

Существует много причин, по которым молодые люди начинают употреблять каннабис или любые другие наркотики и психотропные вещества. Они примерно одни и те же:

- одни – потому что этот наркотик употребляют их друзья, братья или сестры;
- другие думают, что марихуана или другие наркотики помогут им избежать каких-то проблем дома, в школе, с друзьями или родителями;
- кто-то считает, что употреблять марихуану модно, делают это за компанию, от скуки, чтобы развлечься, или слушают песни и смотрят фильмы о наркотиках и пропагандирующие наркотики.

Однако вопреки общему мнению, большинство подростков не употребляют марихуану и никогда не будут употреблять.

*Официальное название **каннабис, или марихуана** — это наркотическое вещество психоделического типа, получаемое из конопли. Воздействие на организм человека связано с содержащимися в конопле психоактивными веществами, называемыми каннабиноиды (самый действенный — дельта-9-тетрагидроканнабинол).*

Марихуана часто ошибочно называется «легким» наркотиком, однако важно помнить, что безвредных, так называемых «легких» наркотиков не бывает. Делить наркотики на легкие или тяжелые - то же самое, что делить смерть на легкую или тяжелую - суть одна и та же.

Все наркотические вещества и психотропные средства, даже при несистематическом употреблении, пагубно влияют на личность.

Воздействие марихуаны на каждого человека может быть индивидуально и зависит от многих факторов. Однако все формы этого наркотика приводят к тяжелому повреждению головного мозга и меняют его работу. Это связано с воздействием каннабиноидов на обмен веществ и протекание сложнейших химических и нейрофизиологических процессов в головном мозге.

Мозг начинает работать примерно так, как он работает у больного шизофренией. Когда интоксикация проходит, функции головного мозга способны восстанавливаться, но не полностью. Остаются поначалу малозаметные изменения, «дефекты».

В зависимости от интенсивности злоупотребления эти «дефекты» накапливаются, и в результате ранее веселый и энергичный человек превращается в грустного, апатичного, вялого, медленно соображающего, тревожащегося по самому незначительному поводу субъекта, крайне тягостного для себя и для близких.

Даже нерегулярное употребление марихуаны сопровождается ослаблением волевых качеств личности, потерей мотиваций: утрачивается интерес к тому, что происходит в жизни, пропадает желание работать, учиться, наркотики приносят неприятности в учебе, спорте, общении с друзьями. Человека не волнует, как он выглядит, во внешнем виде появляется некая неряшливость, запущенность.

Употребляя марихуану, человек совершает глупые поступки, которые влекут за собой большие проблемы.

Распространенный симптом употребления марихуаны — нарушение краткосрочной памяти, внимания, что связано с гибелью нервных клеток в определенных областях мозга.

Первоначальные последствия потребления марихуаны заключаются в следующем:

- проблемы с памятью и способностями к обучению;
- расстройства восприятия (слухового, обонятельного, восприятия временного пространства);
- потеря координации движения;
- учащенное сердцебиение (тахикардия), беспокойство, тревожность.

Потребление наркотика может привести к болезненному психотическому состоянию – возбуждению и параноидальным мыслям.

Для опьянения в небольших и средних дозах характерно:

расширение зрачков, покраснение лица, глаз и губ, излишняя подвижность и неусидчивость, речь ускоренная, торопливая, многословная, резкая смена настроения, от безудержного веселья по пустякам до раздражительности и агрессии, характерно легкое, бездумное принятие решений. На выходе из опьянения резко усилен аппетит.

При опьянении в больших дозах отмечается:

сужение зрачков, бледность лица и сухость губ, в двигательной сфере – вялость, заторможенность, координация нарушена, движения медлительные, размашистые, на вопросы отвечаю невпопад, односложно, речь невнятная, погружены в себя и свои ощущения, стремятся к уединению, контакт с окружающими нарушен. Может ощущаться запах конопли.

При выходе из опьянения наступает так называемая абстиненция (по типу похмельного синдрома), сопровождающаяся как эмоциональнолабильными нарушениями психики: апатией, вялостью, раздражительностью, вспыльчивостью, плаксивостью и капризностью, так и общим недомоганием, головокружением.

Курение марихуаны ослабляет иммунную систему, и человек становится более восприимчив к инфекциям.

Также конопля снижает выработку гормона роста у молодых людей, поэтому у них замедляется не только психическое, но и физическое развитие. При этом чем моложе наркопотребитель, тем сильнее в последующем он отстает от сверстников.

Неоднократное потребление марихуаны вызывает у молодых людей развитие привыкания – толерантности. Это означает, что потребителю раз от раза требуется все большая доза, чтобы получить желаемый эффект.

Кроме того, считается, что каннабис может вызывать изменения в головном мозге, которые делают человека более зависимым от употребления других наркотических средств и психотропных веществ.

Наконец, установлено, что практически все наркозависимые, прибегающие к наиболее опасным наркотикам, начинали именно с марихуаны.

Человек, употребляющий психоактивные вещества, попадает в психологическую ловушку, выход из которой лежит через жесточайшую депрессию вследствие отказа от наркотика, что в свою очередь сопровождается патологической потерей всех положительных эмоций.

Любой человек, ребенок, подросток, молодой человек может стать объектом внимания "доброжелателя".

В этом случае очень важно быть готовыми решительно отклонить всякие попытки привлечь себя к опаснейшему эксперименту над своей жизнью и здоровьем – к первой пробе наркотика или какого-либо психотропного средства.

Необходимо помнить, что тот "добрый" приятель или знакомый, который будет убеждать попробовать что-либо просто из любопытства, вводит в заблуждение, что если не понравится, всегда можно бросить, как правило, преследует самые корыстные цели, жестоко используя неопытного человека.

Нужно помнить, что никто из погибающих наркоманов не собирался продолжать прием наркотиков, все хотели лишь попробовать, удовлетворить любопытство. Конец, как правило, трагичен.

Профилактика наркомании

Проблема употребления наркотических средств детьми и подростками в настоящее время является глобальной. Прием наркотиков влечет за собой широкий спектр медицинских и социальных последствий в жизни, которые оказывают негативное влияние на будущее ребенка.

Наркомания характеризуется патологическим влечением к приему наркотических веществ, отнесённых к списку запрещенных, вызывающих состояние опьянения или одурманивания.

Особенности действия наркотических веществ такие, что повторное их использование приводит к ярко выраженным психической и физической зависимостям.

Основные причины формирования зависимости от наркотиков:

наследственность (алкоголизм, наркомания у родителей или близких родственников);

патология беременности (в т.ч. употребление алкоголя, наркотиков, других психоактивных веществ, курение матерью во время беременности), родовые травмы, нарушения раннего развития ребенка;

психологические особенности (неуверенность в себе, нарушение коммуникативных навыков, недостаточный самоконтроль и отсутствие силы воли, потребность острых ощущений и т.д.);

воспитание в семье родителями, употребляющими психоактивные вещества;

неблагоприятная обстановка в семье, учебном заведении, наличие неразрешенных конфликтных и стрессовых ситуаций;

отсутствие организованной занятости;

компания сверстников, употребляющих наркотические вещества.

Подростковые особенности личности в сочетании с неблагоприятными отношениями с родителями увеличивают не только риск первым проб наркотиков, но и риск последующего употребления. Недостаток тепла и доброго отношения в семье, так же может заставить подростка искать утешение в компании сверстников.

Медицинские последствия

Наркотиками нарушается нормальный режим работы головного мозга. Мозг подростка подвергается грубейшему, убийственному воздействию со

стороны веществ. Наркотики заставляют мозг работать ненормально, неконтролируемо, что особенно опасно в период умственного и физического созревания — это ответственное для последующей жизни время. Под действием наркотиков клетки мозга разрушаются, атрофируются, замещаются бездейственной тканью, что приводит к необратимым процессам в интеллектуальной сфере — ухудшается память, способность усваивать новое, утрачиваются нравственные ценности, наступает деградация личности.

У наркоманов ослабляется деятельность сердечно-сосудистой системы, возникает склонность к тромбозам сосудов и незаживающим язвам. Развиваются предраковые состояния, разрушаются клетки крови. Резко снижается устойчивость организма к различным неблагоприятным факторам: любые заболевания, даже такие привычные, как простуда, протекают тяжелее, более длительно, часто дают осложнения.

В печени развивается тяжелый воспалительный процесс — гепатит, а затем и цирроз. При этом активные печеночные клетки погибают, замещаются соединительной тканью. Печень перестает выполнять свои важнейшие функции, наступает самоотравление и гибель организма.

Под воздействием наркотиков в организме подростка задерживается синтез белка, уменьшается мышечная масса, наступает дряблость мышц, ослабляется скорость реакции. Наступающее под действием наркотиков подавление нейроэндокринной системы и нарушение гормонального обмена может приостановить рост тела.

Среди наркоманов часто встречаются случаи одного из серьезнейших заболеваний нашего времени — СПИДа (синдрома приобретенного иммунодефицита), не поддающегося никакому лечению. Те, кто употребляют наркотики, чаще всего умирают молодыми.

Признаки употребления наркотиков:

- *внешние признаки:* бледность кожи, расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза, несвязная, замедленная или ускоренная речь, потеря аппетита, похудение, хронический кашель, плохая координация движений.

- *поведенческие признаки:* беспричинное возбуждение, вялость, нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания, резкие перепады настроения, уходы из дома, снижение успеваемости и прогулы в школе, болезненная реакция на критику, появление новых знакомых, секретные разговоры и телефонные звонки, использование в речи жаргона и сленга, постоянные просьбы дать денег, пропажа из дома ценностей, потеря интереса к прежним увлечениям, неопрятность внешнего вида. Каждый из этих признаков по отдельности может ничего не значить, но наличие нескольких признаков — это сигнал!

Определить, употребляет ли Ваш ребенок наркотики или нет, достаточно сложно, особенно, если ребенок употребил наркотическое средство в первый раз или употребляет эпизодически.

Одним из наиболее эффективных методов диагностики употребления наркотических веществ является участие в профилактических медицинских осмотрах, проводимых в наркологическом кабинете, по результатам социально-психологического тестирования в школе.

Профилактический медицинский осмотр - позволяет осуществить своевременное выявление первых проб наркотических и токсических веществ на ранних стадиях, и оказать своевременную психологическую и медицинскую помощь.

Сведения о результатах профилактического медицинского осмотра по отдельным лицам-участникам являются конфиденциальными, не разглашаются, не сообщаются в образовательную организацию.

Ранняя диагностика незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ является сдерживающими факторами вовлечения в наркотизацию, позволяют осуществить раннее выявление потребителей веществ, оказать своевременное профилактическое вмешательство с целью сохранения здоровья подростка.

Даже однократный прием наркотика может привести к тяжелым отравлениям и передозировкам, требующим проведения реанимационных мероприятий, а нередко - к летальному исходу, когда жизнь ребенка уже не спасти!

Рекомендации для родителей:

1. Чаще разговаривайте друг с другом. Будьте рядом: важно, чтобы дети понимали, что у них всегда есть возможность поговорить с вами. Планируйте общий интересный досуг, активно развивайте интересы ребенка.

2. Проявляйте собственный родительский пример ответственного отношения к своему здоровью, оказывая влияние на формирование такой же установки у несовершеннолетнего по отношению к себе.

3. Организуйте родительский контроль в виде сетевых фильтров, родительских программ слежения и прочих технических возможностей при пользовании ребенком компьютером, посещении социальных сетей и приложений.

4. При появлении признаков отравления наркотическими веществами или психотропными средствами необходимо срочно вызвать скорую помощь!

5. До приезда врачей ничего не трогать, не выбрасывать коробки из-под лекарств, блистеры, пузырьки, флаконы – это может помочь врачам быстрее определить проблему и найти антидот.

При появлении сомнений в отношении своего ребенка - не теряйте времени!

Только своевременно оказанная медицинская помощь на ранних стадиях начала употребления психоактивных веществ поможет предотвратить развитие серьезных и опасных последствий. От того, насколько своевременно будут приняты действенные меры, зависит успех преодоления этой проблемы.

За консультацией и медицинской помощью Вы можете обратиться вместе с Вашим ребенком, либо самостоятельно – это поможет вам выработать верную тактику поведения в данной ситуации.

ГБУЗ «Наркологический диспансер» министерства
здравоохранения Краснодарского края
Диспансерно-поликлиническое отделение № 2
г. Краснодар, ул. Евдокии Бершанской, д. 17
Телефон: 8 (861) 266-34-90, 8 (861) 266-74-60 Единый
консультативный телефон:
8 (861) 245-45-02 www.narco23.ru