



ПИГМИЯ

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 29 ноября 1998 года
№ 89 (4862)

Я выбираю жизнь! Я выбираю свет!
Я выбираю путь, где наркотиков нет!

ИнформБюро

Специальный выпуск стал возможным благодаря пониманию остроты проблемы наркомании депутатами Каменской районной Думы, поддержке председателя Думы Н. Н. Шинкевича, практическим действиям главного врача наркодиспансера О. А. Огарова, и. о. генерального директора центра медико-психологической помощи «ХОЛИС» Ю. Н. Корнева и заместителя главы администрации района А. П. Будаева.



Не потерять подрастающее поколение!

Сегодня, когда перед жителями района стоит вопрос: «Как выжить?», когда администрация района прилагает все усилия, чтобы выплатить зарплату учителям, медикам, культработникам, изыскивает возможность сохранить школьное питание, одеть и обуть сирот детдома, поддержать пенсионеров, бедствующих без пенсий, помочь разваливающимся сельхозпредприятиям сохранить производство — проблему наркомании многие посчитают третьестепенной.

● Прочти слова

Но я, в ряду других социальных вопросов, отвожу ей приоритетное место. Это кровоточащая рана нашего общества, болезнь и слезы родителей. Многие годы мы стыдливо замалчивали, казалось бы, безобидные увлечения детей: «понюхать клей», «отведать лак», «побаловать» наркотиком из мака, конопли». Не придавали серьезного значения «ребячьим забавам». Страусиная политика привела сегодня к мучениям и страданиям подростков и их

близких. Впору подавать сигнал «SOS» — «Спасите наши души». А как же иначе, если на учете в наркодиспансере состоит 495 жителей района. Разве это не повод для тревоги? Кого может оставить равнодушным этот факт?

Бешеным темпом распространяется наркомания. Педагоги, врачи, родители, милиция, общественность стремятся оградить от большой беды детей, подростков, молодежь. Но, к сожалению,

принимаемые меры еще не носят комплексного характера, порой формализованы, неконкретны.

Недостаточно освещается эта тема и средствами массовой информации. Насущный вопрос: «Что делать, как уберечь детей от наркотиков?» — порой остается без ответа, родители растеряны...

А между тем наркотическими и психоактивными веществами поражается наиболее трудоспособный,

репродуктивный возраст населения — до 30 лет. Поэтому болезнь наркомании обретает не только медико-биологический, но и социально опасный аспект. Ставится задача — всеми средствами, формами противодействовать употреблению и распространению наркотиков, поставить щит наркомании!

Для этого необходим четкий анализ состояния наркоситуации в районе. Усиление пропаганды здорового образа жизни, активное развитие физкультуры, спорта, туризма. Досадно, что основная часть населения района находится в пассивном состоянии, не осознавая масштабов реальной опасности. Причина

(Окончание на 2 стр.)

● Прошу слова

(Начало на 1 стр.)

тому — неудовлетворительная информационно-просветительская работа. Следует по-настоящему развернуть ее среди молодежи, родителей, чаще рассказывать о вреде, пагубности употребления ядовитого зелья — этой чумы XX века.

Нужен ликбез для родителей, детей. Подтверждение тому встречи с родителями на сельских сходах, на заседаниях районной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Специалистам дано поручение подготовить массовое методическое пособие для родителей по этому вопросу. Только взаимодействие всех заинтересованных организаций обеспечит выход на конкретного человека, на результативность мер по профилактике и пресечению распространения наркотиков, их употребления, с последующим лечением и реабилитацией наркоманов. Пока же у нас предпринимаемые действия носят разрозненный, репрессивный характер, а первичной профилактике отводится не главная, а второстепенная, вспомогательная роль.

Решение проблемы требует комплексных долгосрочных межведомственных мероприятий, курсовой подготовки, обучающих семинаров учителей, воспитателей, психологов, общественности для профилактической работы, создание банка данных о детях группы риска (употребляющих одурманивающие препараты, вещества, о неблагополучных семьях). Порой ощущается нехватка свежей, местной информации, хотя, например, в школах проводятся и анкетирование, и работа с родителями, и рейды, и корректировка программ образовательных учреждений с акцентом на противодействие наркотикам.

Далеко не все сделано и правоохранительными органами, медициной, библиотечными, спортивными работниками. В сельских администрациях нет наступательности в этой работе, отсутствует девиз: «АТАКА!»

Не потерять подрастающее поколение!



Фотоколлаж В. Меркурьева.

Надо немедленно принять необходимые меры, меры быстрого реагирования на каждый сигнал, факт, попытку применения и распространения наркотиков. Здесь стоит объединить усилия с горожанами.

Представители района недавно участвовали в создании совместной с городским активом организации «Семья против наркотиков». Наркомания — неизбежное приобщение к криминальной жизни, поэтому требуется контроль за хранением, транспортировкой и реализацией наркотических и психотропных веществ со стороны руководителей, депутатам, управленческому аппарату изучить областной закон «О профилактике наркомании и токсикомании на территории

Свердловской области», опубликованный в «Областной газете» за 23 декабря 1997 года. Предстоит полнее использовать права, предоставленные этим законом руководителям образования, культуры, медицины, спорта, социальной защиты, главам сельских администраций.

В преддверии сессии районной Думы обращаясь к депутатам — при утверждении бюджета найти деньги на финансирование районной Программы по борьбе с наркоманией, разрабатываемой сейчас с центром медико-психологической помощи населению «ХОЛИС» г. Екатеринбурга. Именно найти, т. к. потери потом будут дороже, утраты невозможны. Уже сейчас главой администрации Н. Н. Шинкевичем подписано Пос-

тавление «О первоочередных мерах по профилактике наркомании». Начато осуществление неотложных мероприятий, создан координационный совет по борьбе с наркоманией.

Когда я слышу оправдывающие высказывания великих политических мужей страны о том, что для спасения общества нет национальной, объединяющей идеи, мол, в этом причина всех наших бед, разногласий — я отвечаю: «Не потерять подрастающее поколение» — вот это и есть идея, которая поможет объединить, консолидировать все слои населения. Ведь важнее спасения детей, их будущего — ничего нет.

А. БУДАЕВ,
зам. главы администрации
по социальным вопросам.

Лена, 36 лет, работает в швейном ателье:

— Сегодня ходила, носила сыну передачку в КПЗ. Его «закрыли» за кражу. С приятелями утащили у соседа куртку и продали ее. Сыну грозит срок. Ведь он уже был осужден за воровство. Тогда ему дали «условно». Я даже рада, что сын в камере — хоть на время отлучен от своих дружков-наркоманов. Муж меня бросил три года назад. Ваньке тогда было пятнадцать лет, его сестре — десять. Муженек ушел к другой женщине, дети ему не нужны. Сын очень переживал, первое время звонил отцу, приглашал на праздники, ждал в школу на родительские собрания. Но этот негодяй кроме юбки своей любовницы знать ничего не хотел. Однажды Иван убежал из дома. Через несколько дней нашла его у друзей, избивала до полусмерти. Думала будет бояться, отвяжется от хулиганской компании, но сын стал убеждать вновь и вновь. Потом заметила, что из дома стали вещи пропадать — кожаный плащ, норковая шапка, золотое кольцо. Вскоре узнала, что сын колется. Я и плакала и умоляла, но Иван злился и мечтал только об одном, о новой дозе. Я знаю, что в тюрьме сын не выживет. Но я уже смирилась. Сейчас у меня одна цель в жизни — спасти, уберечь дочку.

Катя, 34 года, служащая:
— Узнав, что мой сын наркоман, я испытала шок. Казалось мир рушится вокруг меня. Все стало безразличным, никчемным. Работа, которая занимала мои мысли 24 часа в сутки, деньги, которые копила на мебель, подружки, с которыми сплетничала по воскресеньям. Казалось, что бороться бесполезно, что я уже хороню своего ребенка. Сейчас немного успокоилась, но счастливой быть уже не смогу никогда.

Страдания этих женщин велики. Обычно, характеризуя свои чувства, матери наркоманов после первой шоковой реакции говорят: «Я стала деревянной, неживой, у меня нет никаких эмоций, кроме страха, мне все равно, что я ем, где я бываю, как я выгляжу». Ученые утверждают, что 70 процентов наших болезней так или иначе связаны со стрессом. Неудивительно, что домочадцы наркоманов, особенно матери, подвержены болез-

ням. Быть больной — типично для матери ребенка, употребляющего зелье. Узнав о несчастье, матери наркоманов, делают те же промахи, что совершали их предшественницы по несчастью. Знайте, отказываться от человеческих чувств небезопасно для здоровья. Это саморазрушающий процесс.

Люди издревле употребляли вещества, изменяющие сознание. Причины этому различны — ритуальные, лечебные и другие. Однако сегодня наркомания, принимая характер эпидемии, это поиск эйфории. Говоря о проблемах наркомании, следует говорить

направлено на следствие — прием наркотиков. А психологи в помощь врачам предлагают помощь в изменении сознания наркомана и его домашнего окружения.

Российское общество традиционно ориентировано на употребление легального наркотика — алкоголя. Если родители ищут в алкоголе способы забыться, уйти от проблем, то неудивительно, что в такой семье ребенка ждет судьба наркомана.

Чем большей авторитет родителей, чем здоровее, счастливее и полноценнее их жизнь, тем меньше риск

спросить себя: «Чего я боюсь сегодня?» Что сын опять уколется? Но ведь он болен, он наркоман и чуда однажды не произойдет и подросток не исправится в одночасье. Значит, надо раз и навсегда избавиться от иллюзий. Надо читать специальную литературу, беседовать с наркологами, с психологами, словом, надо посмотреть правде в глаза. Жить с открытыми глазами. «Ах обмануть меня не трудно, я сам обманываться рад», — это не для вас.

Матери наркоманов стыдятся людей, изводят себя чувством вины. Наркоман тоже живет с чувством вины, но инфантильные люди большие мастера направлять свое чувство вины на близких. Следует помнить, что копаясь в прошлом, ища ошибки в воспитании, вы тем самым тратите драгоценные силы, которые вам еще пригодятся в ваших жизненных испытаниях. Не спасут вас и вспышки гнева и затянувшиеся отчаяние.

Есть простая истина: мы не можем изменить других, но можем измениться сами. Первый шаг на пути к этому — подумать о себе, выздороветь эмоционально. Как? Здесь однозначных рецептов нет. Кому-то помогают ежедневные записи в личном дневнике, кому-то лучшая подруга, выступающая в роли доверенного лица. Издавна бытует мудрость: в здоровом теле — здоровый дух. Начните с утренней зарядки, с прогулки по зимнему парку. Помните, чтобы не случилось, вы истинная хозяйка своих чувств.

Следует быть готовой к распаду эмоциональных отношений со своим ребенком. Знайте, в любом событии есть и плюсы и минусы. Среди позитивных сторон распада отношений — это их всегда разрыв, это их перестройка. Мать не должна быть одержима своим чадом, но и не должна использовать ребенка для решения своих проблем.

Хорошими, по мнению специалистов, могут быть прежде всего счастливые родители. Несчастья взрослых, особенно матери, психологическая ловушка для ребенка.

Т. ИГНАШОВА.
В материале использованы исследования психолога ГНД О. В. Баталовой.

Спасите наши души

Мать наркомана

о психологической незрелости личности наркомана, о его отставании в эмоционально-волевой сфере. Чтобы уйти от реальности, требующей душевного и физического труда, чтобы достичь наслаждения легчайшим, как кажется, путем подросток пробует наркотик. На первой стадии зависимости человек, действительно, испытывает чувства, сравнимые с сильнейшим оргазмом. Вскоре возникает физическая зависимость, эйфория уже не возникает. Очередная доза становится нужна, чтобы снять болевые ощущения.

Считается, что чем раньше болезнь обнаружена, тем успешнее ее лечение. Касается наркомании это утверждение спорно. В такой ситуации матери совершают ошибку, волоча своего ребенка на привязи в диспансер. Следует помнить, решение освободиться от наркотической зависимости — дело добровольное. Лечение по принуждению бесполезно. Впервые мысль о лечении у самого наркомана появляется обычно от моральной и физической истощенности. Кроме того, «ломка» в условиях стационара облегчается медикаментозно. Но еще о жизненном выборе подростка — от тьмы к свету — говорить рано.

Специалисты считают, нет проблемы наркомании, а есть проблема ответственности перед самим собой за свою жизнь и проблема инфантилизма. Опыт показывает, что лечение наркомании часто

опасных пристрастий у детей. Очень тяжело переживается ребенком эмоциональное отвержение со стороны родителей. Порой подросток, начав принимать наркотики, пытается привлечь к себе внимание близких. Узнав, что ребенок — наркоман, иные взрослые берут на себя прокурорские карательные функции — запреты, разоблачения, угрозы, жесткое обращение. Другие занимают позицию жертвы, простака или спасателя. Увы, часто все неэффективно. Неэффективно и решение матери взять в свои руки инициативу избавиться от беды, потрясшей семью: «Мы лечимся, мы проходим курс процедур и т. д.» И поскольку это «мы» — симбиоз наркомана с наркоманом, то мать взваливает на плечи чужую ношу, чужую вину.

Специалисты видят материнскую ответственность в передаче ответственности самому ребенку за его жизнь. Случается, колеблясь между надеждой и отчаянием, женщины кладут свою собственную жизнь на алтарь спасения ребенка-наркомана. Однако, легко писать эти строки, но сколько требуется житейской мудрости и мужества, чтобы изменить свое отношение к жизни. Почувствовать ее вкус. Пускай, сначала горький, но все же вкус.

Тревога, страх, угнетенное настроение всегда присутствуют в семьях наркоманов.

♦ **Позиция****На войну идут
всем миром**

«Это война... А на войну идут всем миром!» — прозвучало из уст главы администрации города В. В. Якимова, который открыл учредительную конференцию общественной организации: «Семья против наркотиков», 2 ноября 1998 г.

Если в годы Великой Отечественной войны в городе из 30 тысяч, ушедших на фронт, погибло 10 тысяч, то за 5 лет город может потерять больше чем на полях сражений, но уже от «чумы 20 века» — наркотиков.

Сознание важности проблемы, ответственности за судьбу молодого поколения пронзило не каждого из нас. Посмотрите, как мы забаррикадировались от квартирных воров железными дверями и решетками. Вероятно, поняли, что только сами можем оградить свою семью от предприимчивых «оккупантов», а среди ворюшек, в основном, наркоманы... А кто должен оградить вашу семью от наркотиков?... Действительно — управлений, отделов, организаций по борьбе с этим злом много, но нет единой скоординированной систематической программы.

Цели организации «Семья против наркотиков» — искоренение наркомании, активизация здорового образа жизни, использование всех досуговых форм для отдыха и общения подростков, молодежи. Задачи организации — объединение всех сил, структур и организаций, обеспечение



информацией через газеты и телевидение, рекламно-издательская деятельность, связь с российскими и зарубежными организациями по борьбе с наркоманией, научные исследования эффективных методов лечения.

В городе уже создан центр реабилитации для наркоманов 1 степени зависимости, а ведь чем серьезней зависимость, тем дороже лечение. К сожалению, вылечить «стажиста» практически невозможно, 95% из 100 пролеченных вновь возвращаются к игле.

А как часто родители успокаивают себя, что их ребенок — воспитанный, здравомыслящий, откровенный в своих поступках. Иные взрослые убаюкивают себя мыслью, что «травка» и т. п. ничего страшного, что «шалость» пройдет. И очень часто родители боятся признать ребенка наркоманом, а это беда, порой непосильная для семьи. Попытки помочь (а это огромные средства на лечение) часто не удачны, ведь

окружение, среда пребывания не меняется, и охотников вернуть друга ох, как много. За этим злом, на котором наживаются наркоторговцы, огромные деньги. Задача обществу и вас, кто читает эти строки, создать неприемлемое отношение к наркотикам, нам нельзя бояться, хуже уже не будет. А вдруг и вы спасете чью-то жизнь?...

«Нет чужой беды, нет чужих детей» — идея работы общественной организации. И я обращаюсь к читателям, уже от имени совета организации, любую полезную информацию о торговцах, поставщиках, притонах, точках распространения, наркоманых сообщите в отдел по борьбе с наркотиками (тел. 3-80-78, 3-10-87) в ОПН РОВД тел. 3-53-55, дежурный РОВД — 3-44-31.

Помните: «На войну идут всем миром!»... На территории района действует оргкомитет под руководством А. П. Будаева, зам. главы райадминистрации.

И. МАСАЛКИНА.

♦ **Памятка****Что делать
родителям?**

— Содействуйте укреплению чувства самоценности у своего ребенка.

— Создавайте в своей семье атмосферу доверия и безопасности для самооценки ребенка.

— Выработывайте ясные и справедливые правила в совместной жизни, будьте последовательны в договоренностях.

— Поддержка, похвала и конструктивная критика дают значительно больше, чем наказание или постоянные придирки.

— Содействуйте инициативе и самостоятельности вашего ребенка.

— Содействуйте разнообразию контактов и интересов ребенка (друзья, спортивные секции, общественные молодежные организации, хобби).

— Участвуйте в мире ребенка (в его интересах, хобби, заботах, проблемах, друзьях, компаниях...)

**Почему нужно
поступать
именно так:**

— Дети и подростки, низко оценивающие себя, в первую очередь становятся жертвами наркомании.

— Без доверия к близким — к матери, к отцу... вряд ли ребенок обратится к ним в кризисной ситуации.

— Противоречивые несправедливые требования родителей часто ведут к болезненным кризисам у детей и подталкивают их к поискам «обезболивания».

— Наказания, несправедливые обвинения, упреки, оскорбления — все это отталкивает от вас ребенка, направляет на поиски поддержки в небезопасной компании.

— Если вы заберете всю ответственность у ребенка он никогда не будет сам чувствовать ответственность за свою жизнь и свое здоровье.

— Пустая, скучная, одинокая жизнь ОПАСНА, она вынуждает детей и подростков убежать в мир наркотических грез.

— Отвергая интересы и проблемы своего сына, своей дочери, оставаясь равнодушными к ним, вы лишаетесь их доверия.

♦ **Проблема****Ему пророчили карьеру...**

В конце семидесятых, начале восьмидесятых стать старшим лаборантом в пединституте означало одной ногой оказаться в числе преподавателей. Нынче кафедру русской и зарубежной литературы возглавляет бывший лаборант Светлана Ермоленко. Ее сменил в должности лаборант Борис Ц.

Борис был перспективным ученым, аспирантом. Ему пророчили сделать переворот в литературоведении. Необычно Борис вел семинары у студентов. Девчонки были от него без ума, а он женился на женщине старше себя, да еще и с двумя детьми. Сколько тут слез

пролило его преданные поклонницы! Но у мамы сразу же объявилась куча энтузиастов-помощниц. На дамском факультете преданный «гарем» вечно обсуждал великие события из жизни малышей. А порой свита помогала и материально обустраиваться в общезжитии.

Впрочем, старшие коллеги и парторганизация не оставляли научное семейство без своей опеки. Борис же умудрялся каждого одарить небольшими сувенирчиками, рассказывал анекдоты, помогал доставать дефицитные лекарства. (Его мать работала врачом в одной из Екатеринбургских поликлиник). С пустячными

затратами: получить в аптеке бесплатные лекарства по удостоверению инвалида ВОВ обращался часто ко многим студентам.

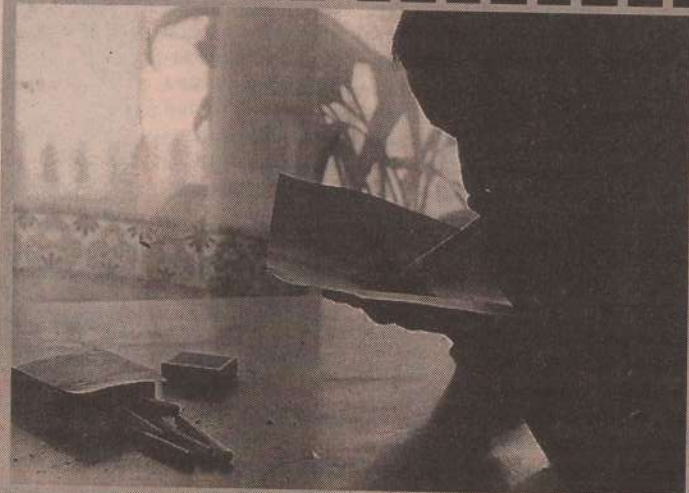
Но с лихой, беззаботной жизнью успешного, делового человека стали происходить непонятные метаморфозы: изменился цвет лица. Кожа превратилась в рыхлую, пористую, с бледными пятнами. Худоба и сонливость сковывали движения. На занятиях начинал заговариваться ему, мерещились ему сцены из истории литературы, случались и обмороки.

Объясняли его непонятное поведение большими нагрузками.

Как гром среди ясного неба появилась на факультете милиция. Огромные стопки рецептурных бланков вперемешку со шпаргалками и самиздатом были изъяты из рабочего стола старшего лаборанта. Бориса осудили за кражу личной печати какого-то

дательство «София» становятся наркоманами.

Борис часто вскользь упоминал примеры великих людей, употребляющих наркотики. Любимым его писателем был Михаил Булгаков (в то время еще не включенный в школьную программу). Может быть именно судьба Булгакова вселяла в него надежду, что жизнь может измениться.

СТАРШИЙ ЛАБОРАНТ

врача, за подделку документов, хранение, распространение и употребление наркотиков. Заведующая кафедры, выступавшая на суде в качестве общественного защитника, заставила зал рыдать. Ей даже пророчили адвокатские лавры. (Профессионально изучая творчество Пушкина, Проскурина, собирала детективы.) Сочувствие трудная судьба молодого аспиранта, конечно, вызвала, непонятным оставалось как человек может добровольно выбрать себе страшную болезнь, полностью подчиняющую его волю и судьбу.

Далекая буржуазная проблема существовала для нас где-то за тридевять морей в тридесятном царстве. У Бориса можно было почитать и сенсационные (даже для Запада) публикации. Хотя сознание наркомана фальсифицирует, романтизирует литературу о психотропных средствах, наркогипнозе и т. д. Не все же читающие эзотерическое из-

Как известно, Булгаков, однажды заразившись от больного, пристрастился к обезболивающим. Его жена стала подмешивать к наркотику дистиллированную воду, пока полностью не сняла писателя с иглы. Самостоятельно наркоманы не излечиваются. Да и с чужой-то помощью освободиться удается немногим.

Псевдо-романтика

В хит-парадах Каменска-Уральского по-прежнему лидирует песня семидесятых годов «Отель Калифорния». Этот альбом и само название «Иглз» — Орел появилось после поездки к мексиканскому магу Карлосу Кастанеде, писавшему об энергетических эманациях орла (сверхсущества), которого побеждают колдуны. Европейский антрополог, изучающий быт индейцев, стал принимать галлюциногенное растение пейотль (разновидность кактуса, из которого была получена ЛСД). В ре-

зультате тренировок появились парапсихологические способности. «Пейотль может съесть каждый, но магами становятся только упражняя свою волю годами», — пишет Кастанеда. У наркоманов же воли нет. Причем пейотль использовался только для самых тупых учеников, остальные добивались того же результата психотренингами.

После публикации Карлоса Кастанеды воспользоваться экстрасенсорными наркотиками с помощью ЛСД решил военно-морской флот США. И угрожал на это дело миллионы долларов. Возникли группы ЛСД-терапии. Одну из них возглавлял Олдос Хансли (впоследствии писатель-фантаст), другую Джон Лили, занимающийся метапрограммированием человеческого биокомпьютера. (Доктор медицины исследовавший одиночество и изоляцию в ограниченном пространстве, а также общение с дельфинами).

После злоупотреблений наркомафии в 1978 году опыты с ЛСД были запрещены. Многие ученые попытались получить те же эффекты с помощью более трудоемких техник. Так Станислав Грофф изобрел гипервентиляцию. Впоследствии оказалось, что современные исследователи заново открыли йоговские техники дыхания. В Китае во время крестьянских войн их использовали для ускоренной подготовки бойцов. Европейская оккультистка А. Безант в «Психической защите» написала: «Маги добиваются того же измененного состояния сознания, что и наркоманы годами работы, зато они контролируют свое поведение и результаты». Так что любители острых ощущений, чтобы избежать наркотических ломок, могут пройти через болезненные, но безопасные методы психотренинга.

**Советуем
прочитать**

1. **А. Ларионов** «Наркомания», Екатеринбург 1997 г.

2. **Н. Козлов** «Как относиться к себе и к людям», Москва 1996 г.

3. **Р. и Дж. Байярд** «Ваш беспокойный подросток», Москва 1991 г.

4. **А. Гозман** «Психология эмоциональных отношений», Москва 1987 г.

5. **А. Куликов** «Мозаика радости», Москва 1996 г.

Факты. Комментарии. Высказывания

«Два с половиной года назад была принята национальная программа «Психологическое здоровье населения России», которая профинансирована за это время на... два процента! А программа профилактики и лечения наркомании за три года практически не сдвинулась с места».

Руководитель отдела Московского НИИ психиатрии В. Галкин. Российская газета, 22 апреля 1998 г.

«Темпы роста потребления наркотиков таковы, что наша страна может стать одной из наркозависимых держав в мире».

Зам министра здравоохранения Владимир Стародубов. Российская газета, 22 апреля 1998 г.

«В России около двух миллионов человек регулярно потребляют наркотики, четыре миллиона их уже пробовали. К 2000 году ожидается двукратное увеличение этих показателей. Количество наркопреступлений за последние годы возросло в 10 раз».

А. Козырева.

Российская газета, 22 апреля 1998 г.

Свою лепту в благое дело по излечению от наркозависимости готова внести и православная церковь. Уже созданы приюты для больных. Учрежден и специальный орден — Орден Святого мученика Трифона, объединяющий тех, кто хочет помочь наркоманам.

По официальным данным, которые имеют мало общего с реальностью в 1997 году от употребления наркотиков в стране умерли 1666 человек.

Предположительно, ежегодный доход российской мафии от незаконного оборота наркотиков — 1,5 миллиарда долларов.

ЗАПОМНИ!

Наркотики — твой вечный враг!

ПОЙМИ!

Наркотики и счастье несовместимы!

ЗНАЙ!

Наркотики — пожизненная ломка!
Не ломай себе жизнь!

БЕГИТЕ ИЗ ЭТОГО ПОДЗЕМЬЯ

◆ **Исповедь**

«В жизни нужно попробовать все». Не помню, когда я услышал эту фразу. Но лет с четырнадцати взял ее за правило номер один. Тогда, первый раз я узнал вкус алкоголя. И «познакомил» свои легкие с никотином. Никакого криминала в этом нет. Каждый второй подросток рано или поздно соприкасается с негативной стороной жизни. А потом уже решает: «Быть или не быть?»

К моменту окончания школы, счет выпитым рюмкам я уже потерял. Курить не стал. Занимался штангой (боялся не достигнуть желаемого результата). А употребление спиртного пороком не считал — пили все мои друзья, не отказывались от рюмки подруги. Процесс закусывания перед танцами — стал особенным ритуалом.

По натуре человек застенчивый, научился выпивать для храбрости. Иначе я бы не рискнул подойти к понравившейся мне девочке, которую после эниго количества горячительного чуть ли не на руках выносил в центр танцевальной площадки.

Дальше студенчество — прекрасная пора. Тут уже ма-

лейший повод брался во внимание, а значит была причина скинуться на беленькое или красненькое. А то и вовсе на особомногоградусное. Думаю, что студенты сегодня мало чем отличаются от нашего поколения. Посиделки, вечеринки — и без этого нельзя. Но и с этим... а впрочем по-порядку.

В силу наркотика я тогда не верил. «Сущие это бредни — тяга к игле», — думал. Но сработало правило номер один: «В жизни нужно попробовать все». И я с ухмылкой протянул руку парню со шприцем. Хмель, вот что еще подтолкнуло меня на этот подвиг. Думаю тогда ни о чем не хотелось.

Ситуация повторилась и в следующий раз. Что я чувствовал? Тупое оцепенение, но я делал вид, что «кайфовал» как все, хотя помню, как ужасно чувствовал себя на первых порах. Но мне нравилось находиться в кругу «крутых» мужиков, которые, как говорили, расслаблялись после заморочек. Это сейчас я понимаю какой падалью они были, а тогда каждый из них был для меня царь и бог.

И вот однажды я почувствовал, что хочу уколоться и точка. Желание росло. Сказал другу, тот принес. Но и цена

сразу возросла в несколько раз. Тогда я и понял, что имели в виду мои «кореша», говоря о приуроченных. Я стал одним из них. И полетело, понеслось...

Я забыл об всем. Учебу, работу, стремления в жизни затмил холодный блеск иглы. Но самое страшное, я забыл об уважении к матери, милой моей маме... Когда опомнился было уже поздно.

Сегодня я инвалид. Передозировка. И ноги теперь лишь дополняют общий вид моего тела — бездействуют. Кто я теперь? Моральный урод в прошлом, физический в настоящем?

Без друзей, без профессии, без мамы. Ее не стало после той страшной ночи, тогда думали что я «приказал долго жить», но я выкарабкался. А мама не выдержала...



Фото А. ФОМИНЫХ

Вы хотели правды? Так слушайте. Все, все кто взял в руку иглу воткните ее в ... тем, кто вас с ней познакомил. И бегите, бегите из этого подземелья к людям, которые любят жизнь.

Записала Е. ГАККЕЛЬ

альном зле, но мы порой пропускаем мимо ушей важную информацию и начинаем читать специальную литературу только если «гром грянет»:

Пожалуй, нет семьи, которой не коснулись бы проблемы наркомании. Не всегда в прямую. Иногда — опосредованно. Вас обокрали? Наверняка, это наркоманы в поисках средств на очередную дозу. Именно наркоманы являются основными вирусносителями СПИДа, гепатита, болезней печени, венерических заболеваний.

Очувтившись один на один со своей бедой, матери наркоманов бегут за помощью к шарлатанам, рекламирующим новые, якобы чудодейственные методики. Но, если женщина собралась рожать, она идет не к главному врачу, не к массажисту, не к соседке по подъезду. Роженица за помощью идет к акушерке. Почему же в случае с наркоманией для некоторых наркологический диспансер является пос-

ледним шагом, когда уже потеряно время, когда уже израсходованы немалые деньги на сомнительных лекарей и экстрасенсов?

— Болезнь должен лечить специалист, — считает О. А. Огаров, главврач городского наркологического диспансера. ГНД обладает солидным потенциалом и опытом в борьбе с недугом. На базе диспансера проводилась региональная конференция по вопросам наркомании. Специалисты из Кургана, Челябинска, Свердловской и Тюменской области съехались, чтобы вместе искать пути решения проблемы. Каменцы, организаторы встречи, в своем арсенале имеют разработки, научные исследования, статистический учет, ценные не только для Урала, но и для всей России.

Среди специалистов, оказывающих помощь людям с наркологической зависимостью, в ГНД есть психологи, психотерапевты, наркологи. Коллектив, по словам Олега

Александровича, молодой, творческий, любящий свою работу.

А ведь в 1990 году диспансер хотели закрыть. Сегодня в планах развития ГНД — создание реабилитационного центра. К сожалению, очень сложно с финансами. Если взять пример Германии, где на профилактику наркомании и лечение больных отводится до 20% бюджета.

Существует договоренность с районной администрацией на оказание наркологической помощи сельчанам. По взаимозачетам ГНД получает овощи из СПК «Исетский», «Бродовской» и других. Хорошие взаимоотношения у ГНД с главой райадминистрации Н. Шинкевичем и главным врачом ЦРБ В. Киячиным.

Напоминаем телефоны ГНД

9-33-22, 9-57-80, 9-33-45, 9-33-57 (стационар)

◆ **Прошу слова**

Собратьям по несчастью

Продолжая тему о наркомании, мне хочется рассказать родителям молодых людей об организации — «Семья против наркотиков». Мне впервые пришлось присутствовать на совете родителей, которых уже коснулась беда — ребенок пристрастился к наркотикам... Как поступите вы, обнаружив эту привязанность у своего чада?.. Послушав матерей, я поняла, что такое бессонные ночи ожидания, слезы отчаяния, тяготы судебных процессов, хождения и унижения их, таких, детей в органах внутренних дел. А еще, услышала одно слово, привычное в их лексиконе — ломка... Видеть муки своего ребенка, какого бы он ни был возраста, всегда больно и страшно. И несчастные люди бросаются к любым новым методикам, лечением, чтобы облегчить страдания подростков, отвернуть ребенка от постоянной жажды поиска желанной дозы.

Не потерявшие надежду матери, при поддержке депутата городской думы Л. Г. Горевой, получили теплое здание, куда могут прийти со своими проблемами и болью родители с детьми. Планов по использованию этого клубика много, но все они добрые и необходимые. Каждую неделю по четвергам, в 18 часов собираются те кому нужна помощь. Если и у вас проблемы, приезжайте на улицу Карла Маркса, в здание во дворе дома школьников, здесь вам помогут, поймут, поддержат.

В планах у организации «Семья против наркотиков» совместная работа сельчан и горожан. Посильную помощь в решении проблемы обещает Н. Н. Шинкевич, глава районной администрации.

Я убедилась, что несчастье объединяет людей. Совет, консультацию можно получить по телефонам: 3-63-56, 3-64-91, 3-56-25.

Редакции газеты «Пламя» хотелось услышать мнение своих читателей по этой теме: исповеди, советы, пожелания и предложения, ваше неравнодушное отношение к общественной борьбе против наркотиков.

Ждем ваших писем по адресу:
ул. Ленина, 117, телефон 3-63-06.

И. МАСАЛКИНА.

◆ **Вырежи и сохрани**

Ваш ребенок еще здесь? Или уже там?

11 «отклонений» у подростков, употребляющих наркотики.

Резкие и частые изменения настроения вне зависимости от ситуации.

Заторможенность (до сонливого состояния) или излишняя бодрость, двигательная активность, говорливость.

Нарушение ритма сна и бодрствования (позднее засыпание — позднее пробуждение).

Всевозрастающая скрытность (перестает интересоваться внутрисемейными проблемами).

Заметное падение интереса к учебе и прежним увлечениям.

Стремление к уединению.

Нарастающая потребность в деньгах, обоснованная явно надуманными причинами.

Появление новых, подозрительных друзей.

Изменение размера зрачков (от суженных в точку до расширенных с «исчезновением» радужки).

Нарушение координации, когда движения становятся неуклюжими и порывистыми.

Повышенная агрессивность. Как утверждают специалисты Российской наркологической ассоциации, если у вашего ребенка имеется хотя бы 5 из этих признаков, то вы можете всерьез опасаться самого страшного.



◆ **Будьте здоровы!**



Не страшна ему простуда, для купанья есть посуда!

Фото В. Меркурьева.

Наступают холода — пусть спасает нас вода

Наступают холода, а с ними придет и простуда. Как защитить себя? Поднять защитные силы организма? Эти вопросы сегодня задают себе многие. Вот несколько советов.

Витаминный чай: листья малины, облепихи, мяты, земляники.

Закаливание. Лучше всего принимать контрастный душ, а также обливание холодной водой на ночь ног, питье холодной воды: 1-2 глотка перед выходом на улицу. Кстати, горячие сидячие ванны — 38-40° рекомендуются для тренированных людей (по совету врача), их тоже можно отнести к закаливающей процедуре. Это служит, кроме всего прочего, профилактикой атеросклероза.

Но если вы вдруг переохладитесь и не хотите заболеть, можно, сидя в горячей ванне или в бане, принять аспирин, запить горячим чаем с малиной или земляникой. Ребенку можно сделать так: одеть на ноги мокрые носки, а на них полиэтиленовый пакет, крепко завязать. Затем положить ребенка в теплую постель. Через несколько минут, когда он хорошо пропотев, переодеть его в сухое. Утром он будет здоровым и бодрым.

Чтобы не разболеться нужно сделать ингаляцию с растертым чесноком. Но если вы все-таки заболели, ингаляцию нужно проводить и дальше 2-3 раза в день.

Немаловажен в лечении — уход за больным. Его нужно изолировать, обязательно проветривать и вымыть помещение. Здоровым носить марлевые повязки. Больному давать морс, соки, витаминный чай. Аспирин с витамином С. Аскорбиновую кислоту по 0,5 2-3 раза в день. Обязательным в лечении является частое полоскание горла остывшим настоем чеснока или трав, настоем соды. Но основное лечение назначает все-таки врач, которого необходимо вызвать на дом.

Т. Герасимова,
инструктор отдела медицинской профилактики.

За советом — к специалисту

В последние годы наркомания приобретает эпидемиологический характер. Один наркоман втягивает в порочный круг до 16 человек. Возраст употребляющих наркотики уменьшается — если раньше это были юноши и девушки 21-22 лет, то сегодня основная масса больных этим страшным недугом подростки 15-17 лет. Велико число женщин, девушек-наркоманок.

Иные взрослые упрекают педагогов, медиков, средства массовой информации в собственном недостатке знаний по проблемам наркомании. Но это не так, считают специалисты.

В последние годы (особенно) достаточно говорится и пишется об этом соци-



ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА НА ГАЗЕТУ

"ПЛАМЯ" НА 1999 ГОД

Цены льготные

На первое полугодие: до востребования — 20 руб.
лей, до почтового ящика — 23 рубля.

СОГЛАСИТЕСЬ, ЭТО НЕ ДОРОГО!

Душа в обмен на удовольствие

Слово «наркотики» происходит от греческого («приводящий в оцепенение», «одурманяющий»)

Согласно статистике, человек, пристрастившийся к «винту» (наркотику, приготовленному из эфедрина и иных подручных средств), дольше пяти лет, как правило, не «протягивает». Одно из главных последствий подобного пристрастия — нервное и физическое истощение организма (после очередной дозы «винтовик» несколько суток не в состоянии принимать пищу).

В Книге рекордов Гинесса отмечено своеобразное «наркотическое достижение» короля Зогу I Албанского (1895-1961), выкуривавшего по 300 сигарет в день. «Традиционный» табак (как и спиртные напитки), с медицинской точки зрения, тоже относятся к разряду наркотиков. Быстрое привыкание к курению объясняется тем, что с каждой затяжкой очередная доза в считанные секунды достигает мозга.

В феврале 1982 года были официально оглашены результаты операции, которая и по сей день считается крупнейшей за всю историю борьбы с наркотиками. За те 14 месяцев, что продолжалась эта операция, совместными усилиями американских и колумбийских полицейских было изъято 3200 тонн колумбийской марихуаны и арестовано 495 человек.

По некоторым данным, каждый десятый российский школьник хотя бы раз попробовал наркотики.

20 декабря 1967 года Международный Олимпийский комитет принял решение о запрещении применения допинга в спорте и об организации антидопингового контроля на международных соревнованиях. Всевозмож-



ные стимуляторы были известны еще в древние времена. С конца XIX века допинг получил распространение в некоторых странах как средство повышения резвости лошадей на скачках и бегах, а чуть позже его стали использовать и в спорте.

Одно из тяжелейших в истории США преступлений было совершено в июле 1966 года в Чикаго, когда проникший в общежитие Ричард Фрэнклин Спек за одну ночь убил восемь медсестер. Как выяснилось, незадолго до преступления Спек, несколько дней до этого пьянствовавший и глотавший в больших ко-

личествах «таблетки», авел себе большую дозу героина. Преступник узнал о своем печальном рекорде из теленовостей, поскольку сам он практически ничего не помнил.

В 1980 году черный лабрадор по кличке Брамби во время очередного своего дежурства в аэропорту Хитроу в буквальном смысле унохал полторы тонны индийской конопли и героина (на общую сумму в почти три миллиона фунтов стерлингов). За выдающийся вклад в борьбу с наркотиками пес был удостоен почетного титула «Нюхач года».

♦ Памятка

Если ребенок употребляет...

Наркотические вещества, полученные из мака

Необычайно оживлен. Охотно отвечает на вопросы. Речь быстрая. Резкое сужение зрачков. Лицо бледное. Кожа и губы сухие. Кожный зуд, особенно часто в паху. По точечному следу от инъекций можно определить время наркотического опьянения: первые 48 часов след от укола красный, затем коричневый.

Снотворные, успокаивающие вещества

Состояние напоминает алкогольное опьянение. Даже без повода радость. Отвечает невпопад. Назойлив. Говорит громко, невнятно, как будто «каша во рту». При ходьбе пошатывание. Зрачки расширены, на свет реагируют вяло.

Вещества, полученные из конопли

Неудержимые приступы смеха по незначительному поводу сменяются острыми приступами страха с попытками бежать. Беспечен. Движения кажутся бессмысленными. Зрачки расширены. Лицо красное. Речь заплетающаяся. Дыхание учащено.

Растворители, лаки, краски, клей

Верхняя часть тела, голова горячие на ощупь. Дышит ртом. Вокруг губ кожа раздражена. Одежда, волосы имеют специфический запах химического вещества, которое он вдыхал. В карманах можно обнаружить тряпку, вату, пропитанную растворителями.

Эфедрин

Бессмысленная суетливость, болтливость. Нарушена координация движений. Бледное лицо. Расширенные зрачки. Сухие губы. Возбуждение может продолжаться несколько суток, до истощения, завершаясь длительным сном. Количество следов от уколов очень велико.

Крестьянское хозяйство

В. А. Ярославцева ликвидируется.

Полоса подготовлена по материалам российских и зарубежных СМИ.



Редактор
Т. Игнашова.

Издается с апреля 1965 года

Учредитель: Администрация
Каменского района.
Наш адрес: 623409, г. Каменск-
Уральский, ул. Ленина, 117.

Телефоны: редактор 3-63-06.

Зарег. в РИ № Е-1327

В розницу — цена свободная.
Время подписания в печать по гра-
фику в 17 час. Номер подписан в 16.30.

Издатель — Управление печати
массовой информации г. Екатерин-
бург, ул. Мамина-Сибиряка, 145.

Ин. 53861

Газета выходит два раза в не-
делю, компьютерный набор.
Объем 1 п. л.

Отпечатано в Шадринской
типографии ПО "Исеть".
Заказ № 2205. Тираж 5000.