

В последнее время наркомания значительно «помолодела». Средний возраст страдающих наркозависимостью находится в диапазоне 16-18 лет. По статистике от общего количества страдающих наркоманией 60% - это молодые люди от 16 до 30 лет. Пятая часть – это школьники, принимающие наркотики с 9-13 лет. Нередки случаи приобщения к наркотикам 6-7-летних детей. Наркоманов в возрасте 30 лет и старше менее 20%. Цифра не велика, поскольку большая часть зависимых просто не доживает до этого возраста.

Профилактика развития наркозависимости среди несовершеннолетних не может обеспечиваться усилиями только медицинской службы. Необходима совместная деятельность родителей, врачей, психологов, педагогов, правоохранительных органов, широкой общественности.



АНТИНАРКОТИЧЕСКАЯ КОМИССИЯ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

8(861) 262-40-01

АНТИНАРКОТИЧЕСКАЯ КОМИССИЯ
ГОРОДА КРАСНОДАРА

8(861) 259-05-78



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ АППАРАТА
КРАЕВОЙ АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ
КОМИССИИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

8 (861) 262-40-01

8 (861) 262-75-11

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
ТЕЛЕФОН НАРКОЛОГИЧЕСКОЙ
СЛУЖБЫ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

8(861) 245-45-02

Режим работы

Ильской поселковой библиотеки

ул. Первомайская, 110 А

понедельник – четверг: 10.00 – 18.00

суббота, воскресенье: 10.00 – 17.00

Пятница – выходной

МБУК МО СР «Межпоселенческая библиотека»,
Ильская поселковая библиотека, филиал № 5

**"НЕТ - ТВОЙ
ЕДИНСТВЕННЫЙ
ОТВЕТ"**



памятка

НАРКОМАНИЯ

происходит от греческих слов:

narke – «оцепенение», и mania – «бешенство, безумие»

Наркомания, как правило, сочетается с алкоголизмом. С одной стороны, те молодые люди, которые начинают в школьные годы начинают употреблять крепкие алкогольные напитки потом быстро переходят на наркотики. С другой стороны, отсутствие наркотиков многие наркоманы стремятся компенсировать алкоголем.

Три разновидности последствий наркомании:

- биологические

прогрессирующее падение активности, энергетического потенциала личности, угасание влечений, биологических потребностей (еда, сон и др.), снижение сопротивляемости, прогрессирующее истощение организма.

-социально-психологические

нравственно-этическая деградация личности, сначала снижается, а затем постепенно утрачивается ценность всех других интересов и потребностей, кроме употребления наркотиков.

- криминальные

наркоман, чтобы удовлетворить свое влечение, вынужден сначала пропускать, а затем совсем оставить учебу или работу, вынужден искать противозаконные пути их приобретения, чаще

всего путем краж, ограблений и т.д. При отсутствии денег наркоман не останавливается ни перед какими средствами для достижения цели, в том числе и убийством. Наркомания связана и с самоубийством, где основная причина - неудовлетворенность жизнью.

СПИД и наркомания неотделимы друг от друга

Рост наркомании резко обостряет проблему СПИДа.

Ежедневно во всем мире 6000 человек заболевают ВИЧ-инфекцией, из них 70% приходят к этому через внутривенное введение наркотиков.



Модно быть здоровым и успешным

Как быть здоровым и успешным?

Будь добрым и приветливым, вырабатывай позитивный взгляд на мир. Это располагает к тебе людей и продлевает жизнь.

Правильно питайся, выбирай полезные продукты. Это добавляет до 20 лет жизни.

Употребляй витамины. Они прибавляют 5-7 лет жизни.

Употребляй продукты, содержащие клетчатку, которая очищает желудочно-кишечный тракт. (Плюс 5-7 лет жизни).

Развивай свой ум, интеллект. Доказано, что люди с высшим образованием живут дольше. Тренируй естественные защитные силы организма. Занимайся фитнесом, больше двигайся, ходи пешком, закаляйся. Это добавляет ещё 7-10 лет жизни.

Не разрушай своё здоровье и жизнь!

Не будь злобным, угрюмым, не таи обид, избавляйся от негативного взгляда на мир. Это отталкивает людей и укорачивает жизнь.

Помни: - неправильное, неполноценное питание делает жизнь короче.

Недостаток движения, физических нагрузок, очень вредны.

Откажись от курения, оно укорачивает жизнь не меньше, чем на 20 лет и делает человека больным.

Не будь жертвой курильщиков. Пассивное курение (вдыхание табачного дыма) укорачивает жизнь до 10 лет.

Не употребляй психоактивных веществ, разрушающих ткани мозга и весь организм (алкоголь, наркотики).

