

## **НАРКОТИКАМ – НЕТ!**

### **ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О НАРКОМАНИИ**

Слово «наркомания» происходит от греческих слов «нарко»-сон, оцепенение и «мания»-страсть безумие.



Наркомания – это общее название болезней, проявляющихся во влечении к постоянному приёму наркотических средств, вследствие стойкой психологической и физической зависимости от них. При прекращении их употребления развивается крайне неприятное болезненное состояние– абстиненция, так называемая «ломка» (сильнейшая боль в суставах, потливость, тошнота, рвота, дрожание конечностей, неконтролируемое мочеиспускание и пр.). Это тяжелое состояние требует приёма очередной дозы наркотиков. Наступает временное облегчение, которое вновь сменяется абстиненцией и т.д. Образуется прочный круг. По мере привыкания, наркотики становятся необходимым уже для борьбы с тягостными мучительными симптомами. В таком состоянии больные представляют большую общественную опасность, так как потребность в приеме наркотиков настолько неодолима, что они могут совершить любой проступок, в том числе и тяжкие преступления, чтобы добыть денежные средства для приобретения наркотиков.

Наркомания – это страшная болезнь, которая наносит человеку тяжелый, непоправимый ущерб. Употребление наркотиков разрушительно сказывается на деятельности абсолютно всех органов и систем человека, а в первую очередь таких жизненно важных как сердечно - сосудистая система, печень, почки, легкие, желудок. Развивается импотенция. В итоге человек, как правило, становится инвалидом, значительно сокращается срок его жизни (до 10-15 лет). Появляются устойчивые психические расстройства. Человек становится нелюдимым, мрачным, злобным, раздражительным, подозрительным, черствым. Его преследует беспричинный страх. В дальнейшем употребление наркотиков приводит к серьезным психическим заболеваниям. Наркомания вредно отражается на потомстве. Дети рождаются уродами, слабоумными, страдающими серьезными психическими недугами. Все это потом передается из поколения в поколение. Наркоман деградирует как личность. Стремительно падает его интеллект, интересы становятся примитивными, слабеет память. Он утрачивает интерес к жизни, его покидают друзья и близкие. Внешность становится отталкивающей («бомжеватой»). Моральные и этические нормы для этого человека не существуют. В состоянии опьянения наркоман может совершать действия опасные для себя и окружающих.

#### ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

Химикаты - ингалянты. Употребление – сонливость, искаженное восприятие действительности, головокружение, недержание речи замедление реакции, невнятная речь, дрожь, повышенная чувствительность в свету, усиленное сердцебиение, боли в грудной клетке, помрачнение рассудка, сильная головная боль. Систематическое употребление – мышечная слабость, затруднения при ходьбе, болезненная потеря веса, нарушение работы печени и почек, серьезное повреждение головного мозга и нервной системы, проблемы с памятью, снижение способности мыслить. Передозировка – асфиксия (состояние нарастающего удушья), потеря сознания, кома и внезапная смерть.

Кокаин. Употребление – искаженное восприятие действительности, беспокойство, повышенное артериальное давление, усиленное сердцебиение, потеря аппетита, повышенная активность и утомляемость, нервная дрожь, головные боли, бледность, слабый пульс, тошнота, рвота, повышение температуры тела, холодный пот. Систематическое употребление – чрезмерная нервозность, частая необоснованная смена настроений, галлюцинации, изматывающая бессонница, подавленный аппетит наряду с постоянным чувством голода, импотенция, сердечная аритмия, мышечные спазмы, боль в груди. Передозировка – бред, учащенное нарушенное поверхностное дыхание, конвульсии, потеря сознания, смерть.

Экстази. Употребление – искаженное восприятие действительности, галлюцинации, сильное обезвоживание организма, тошнота, судороги, апатия и депрессия.

Систематическое употребление – разрушение печени, почек, импотенция, расстройства психики, сердечно - сосудистая недостаточность. Метамфетамины. Употребление – частое головокружение, потеря аппетита, сухость во рту, частое мочеиспускание, понос, искаженное восприятие действительности, галлюцинации, боль в груди, обмороки, повышенное потоотделение, лихорадка. Систематическое употребление – хронические проблемы со сном, беспокойство и напряженность, потерю аппетита вплоть до отвращения к пище, высокое артериальное давление, учащенное и аритмичное сердцебиение, сыпь, паранойя, бредовые симптомы.

Передозировка – жар, конвульсии, кома, кровоизлияния в мозг, смерть.

Маригуана. Употребление – нарушение кратковременной памяти, снижение внимания, восприятия и способности мышления. Замедление рефлексов и уменьшение двигательной активности.

Систематическое употребление – развитие заболеваний дыхательной системы, рак легких и развитие злокачественных опухолей мозга, поражение иммунной системы и развитие импотенции.

Героин. Употребление – искаженное восприятие действительности, головокружение, слабость, невозможность сконцентрировать внимание, апатия, усиленное мочевыделение, тошнота, рвота, потоотделение, изнуряющая бессонница, замедленное, поверхностное дыхание, пониженное артериальное давление, замедление сердечного ритма, неадекватное восприятие речи, на лице «маска клоуна». Систематическое употребление – рубцевание и сжатие вен в результате инъекций, заболевание печени и почек, физический и психический износ организма.

Передозировка – низкое артериальное давление, медленный и нарушенный ритм сердцебиения, низкая температура тела, глубокий сон, ступор (обездвиженность), кома, смерть. Высокая степень риска инфицирования гепатитом В и С, ВИЧ при инъекционном введении в организм наркотиков.

Миф: конопля – не наркотик, от него не бывает зависимости. На самом деле: химическое вещество тетрагидроканнабиол, содержащееся в конопле, вызывает обязательное привыкание.

Миф: если не колоть в вену - зависимости не будет. На самом деле: любой способ употребления наркотиков однозначно приводит к зависимости.

Миф: все современные музыканты сидят на наркотиках, и ничего... На самом деле: современные музыканты предпочитают воздерживаться от употребления наркотиков. Элвис Пресли, Фредди Меркурии и др. ушли из жизни раньше времени, употребляя наркотики.

Миф: чтобы «завязать», нужно постепенно снижать дозу. На самом деле: чем раньше человек перестает употреблять наркотики, тем больше шансов избавиться от зависимости и остаться в живых. Есть единственный действительно эффективный способ не стать зависимым от наркотиков – это **НИКОГДА, ни при каких обстоятельствах их НЕ ПРОБОВАТЬ!**

Как это сделать?

Найти в себе силы сказать: «НЕТ»!

Серьезно отказаться можно только один раз - первый.

Существует три способа сказать «Нет»!:

Способ первый—неуверенный.

Стоит тебе потерять настойчивость, сказать: «Ну, не знаю», или начать юлить: «Меня мама ругать будет» и т.д. Так и знай, все закончится, как планирует подстрекатель, и вскоре тебе потребуется помощь врача—нарколога.

Способ второй—агрессивный.

Можно, конечно, ответить грубо.

В таком случае может потребоваться квалифицированная медицинская помощь.

Но самым эффективным является третий способ—уверенный. Если твоя цель отказаться, на любые вопросы и предложения отвечай коротко и равнодушно: «нет». Нередки случаи, когда под воздействием наркотика совершаются самоубийства или от приема чрезмерной дозы наступает смерть.

Наркотики ставят человека в такую зависимость, что без этих веществ организм наркомана уже не может нормально

работать, и тогда при их несвоевременном приеме он может умереть.

**Мы выбираем ЖИЗНЬ!**

