

## ПАМЯТКА О НАРКОМАНИИ

Одной из важнейших современных проблем, волнующих многих вас, подростков, является всевозрастающее употребление наркотических и других токсических веществ.

Опасность заключается в том, что для токсикомании характерно быстро развивающаяся потребность, во все возрастающих дозах, ведущая к появлению болезненного пристрастия, когда ради получения наркотика люди способны на аморальные поступки, тяжкие преступления. Огромно отрицательное влияние наркотиков на здоровье.

Наркомания - это пристрастие, болезненное влечение к веществам, обладающее способностью вызвать состояние своеобразного опьянения. Все употребляемые для этой цели вещества вызывают изменение психического состояния человека, что может привести к извращению нормальных реакций; поведение человека, находящегося под влиянием веществ, становится непредсказуемым. Все вещества способны быстро вырабатывать влечения к ним. Например: наркотическая зависимость к эфедрону может сформироваться достаточно быстро в течение 2-4 недель систематического приема.

В развитии болезненного пристрастия к наркотическим веществам мы видим проявление некоторых закономерностей. Растут разовые и суточные дозы, способные обеспечить эффект. После прекращения действия наркотика наступает резкое ухудшение самочувствия - тягостные ощущения, ослабление сердечно-сосудистой деятельности, характерно практически полное отсутствие сна, аппетита, задержка мочеиспускания, общее физическое истощение, отсутствие интереса к любым событиям (дискотекам, встречам и т.д.), т.к. прекращается стимулирующее действие препарата. Повышается сонливость, апатия, снижается фон настроения, ощущение усталости, разбитости, раздражительности и грубости, что часто приводит к осложнению отношений с родителями, учителями, друзьями и т.д. Чаше злоупотребление различными лекарственными препаратами встречаются у подростков ввиду любопытства, подражания, чувства солидарности с членами группы. Те, кто длительно употребляют наркотики, заметны уже по внешнему виду: физическое истощение, серо-зеленый цвет кожи, морщины, опустошенный взгляд, отсутствие зубов, опущенные плечи, неряшливая одежда, множественные пигментные пятна, запавшие глаза.

Смерть людей по причине употребления наркотиков - дело нередкое. Основные факторы, способные вызывать смерть:

1. В результате передозировки смерть наступает либо вследствие повреждения дыхательного центра, либо вследствие остановки сердца.

2. Отравление некачественными заменителями наркотика.
3. Синдром позиционного сдавления, когда в состоянии наркотического оглушения принимает неудобную позу и сдавливает кровеносные сосуды и нервы руки и ноги. Через несколько часов наступает явление онемения тканей, а еще через несколько дней - смерть, вследствие того, что почки не справляются с очищением крови от продуктов распада омертвевших тканей.
4. Удушение рвотными массами.
5. Самоубийство во время состояния депрессии
6. Травматизм (частые дорожно-транспортные происшествия).
7. Переохлаждение. Наркотические вещества уменьшают интенсивность теплообмена в организме, что способствует понижению температуры тела, поэтому переохлаждение может наступить даже при плюсовой температуре.

Любые вещества, вызывающие оглушение человека, в том числе и эфедрон, обладают ядовитым действием. Это проявляется в том, что в результате приема препарата возникают перебои в сердце, кожные покровы бледные (лицо покойника), сухость во рту. При общей слабости порывистые движения. Человек становится суетливым, болтливым, излишне откровенным, речь быстрая. Появляются боли в области поясницы, что может быть связано с токсическим поражением почек. Возникновение респираторных заболеваний с последующим поражением легким и ментальных исходом в течение суток. Особенно вредное влияние оказывают наркотические вещества на половую систему, что ведет к ранней импотенции у юношей и фригидности у девушек. Не говоря уже о том, что женщины страдающие наркоманией или имеющие сексуального партнера, страдающего наркоманией, не могут и мечтать о здоровом ребенке, как психически, так и физически.

Как видите, ваша беспечность может привести к очень тяжелым последствиям. Существует в корне неверная оценка склонности к употреблению наркотических веществ. Это же можно наблюдать относительно употребления определенных суперстимуляторов, экстазинов, к которым некоторые прибегают перед тем, как пойти на дискотеку. Состояние это обманчиво, при первом эффекте стимуляции, возбудимости, желание танцевать до утра, которая дается результатом употребления этих препаратов имеет место обратная сторона медали. В результате повышенной активности наступает продолжительный сон со слабостью, разбитостью, вялостью до 3-х дней. Желание остаться одному, сверстники и друзья уже не интересуют. Как и при употреблении наркотиков формируется очень быстро зависимость,

желание увеличить дозу препарата, так как называемое состояние «кайфа» не наступает. Человек как бы попадает в ловушку, т.к. очень долго держится состояние дискомфорта, астении. Чтобы не было стремления прибегать к тем или другим средствам хочется вам поделаться: больше уверенности в себе, преодолевать пессимизм, найти для себя интересное увлечение.

Существует неправильное представление об удовольствии от жизни, отношении к нему, способам его получения. При положительном отношении к успеху в учебе, спорту, представителям противоположного пола, нет необходимости прибегать к различным стимуляторам. Стремление к удовольствию и одновременно к избежанию неудовольствия основные движущие силы человеческого поведения вообще. Удовольствие основа всех чувств. «Удовольствие от привычного и от взаимоотношений с другими людьми является источником нравственности» - полагает Ницше. Аргайл отмечает, что счастье - это общая удовлетворенность от различных сфер жизнедеятельности и чтобы его увеличить, необходимо вести журналы, дневники, с помощью которых устанавливать, какие события являются наиболее приятными. Эпикур полагает, что истинное удовольствие заключается в ясности ума, отсутствием страха, и только тот может иметь истинное удовольствие, кто благоразумен и предусмотрителен. Таким образом, готов отказаться от сиюминутного удовольствия ради удовольствия более устойчивого и надежного. И только человек не способный к истинной любви, радости и счастью может прибегать к употреблению психоактивных веществ, которые приносят угрозу здоровью, безопасности и социальному статусу. Ситуации в жизни успех-неуспех, господство-подчинение, возбуждение-успокоение, угроза-безопасность усиливает интенсивность переживания удовольствия. Эти приемы широко используются в искусстве. Человек, сделавший целью своей жизни употребление психоактивных веществ, быстро замечает, что оно все меньше дает ожидаемый результат. Употребление психоактивных веществ препятствует взрослению и контакту среди подростков и родителей. Помимо этого, употребление психоактивных веществ, способствует отрицательному влиянию, как на физическое, так и психическое здоровье людей, хотя многие подростки, особенно юноши, стараются об этом не думать. Но девушки, не смотря на это, более поддаются влиянию группы. Имеется закономерность, что чаще к психоактивным веществам прибегают в том случае, если низки достижения в учебе, пониженная самооценка.

Разные причины могут побудить к употреблению психоактивных веществ: попытка облегчить проблемы, более быстрый контакт со

сверстниками, как средство установления автономии, дистанцирования от родителей, способ познания самого себя

Как видим, причин употребления психоактивных веществ много, но положительного результата вы не достигните никогда.