

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О НАРКОМАНИИ

МИФЫ О НАРКОТИКАХ

Миф 1: Попробуй - попробуй все. Это не так: 80% подростков никотин да не пробовали наркотиков.

Миф 2: Существуют "безарзные" наркотики. Это не так. Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

Миф 3: От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться. Это не так. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

Миф 4: Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия. Это не так. Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.

Миф 5: Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет. Это не так. Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

Миф 6: Лучше бросать постепенно. Это не так. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ

Наркомания - болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ.

Наркотики - вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания. Одной из особенностей применения наркотиков является быстро возникающее привыкание.

Наркотические вещества, попадая во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. Они влияют на психику, приводят к духовной деградации и полному физическому истощению организма.

У наркомана изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни. Наркомания поражает всю личность человека: уничтожаются нравственные качества, человек становится психически неуравновешенным, зачастую он теряет друзей, семью, вовлекается в преступность, приносит несчастья себе и окружающим.

ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.

- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, и весь организм дрожит, как в старости.

- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманов слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.

- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.)

- Наркомания приводит к повышению риска заболеть онкологическими заболеваниями, повреждению головного мозга.

- Иммуитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.



КАК СКАЗАТЬ "НЕТ"?

1. Назови причину. Скажи почему ты не хочешь этого делать.

- Я знаю, что это опасно для меня.

- Я уже пробовал, и это мне не понравилось.

2. Будь готов к различным видам давления. Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будьте готовы уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.

3. Выбери союзника: человека, который согласен с тобой, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

4. Избегай подобных ситуаций. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах эти люди собираются. Постарайтесь быть подальше от этих мест, от этих людей.

5. Дружи с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики и не будут делать этого сами.

