Управление по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Тульской области

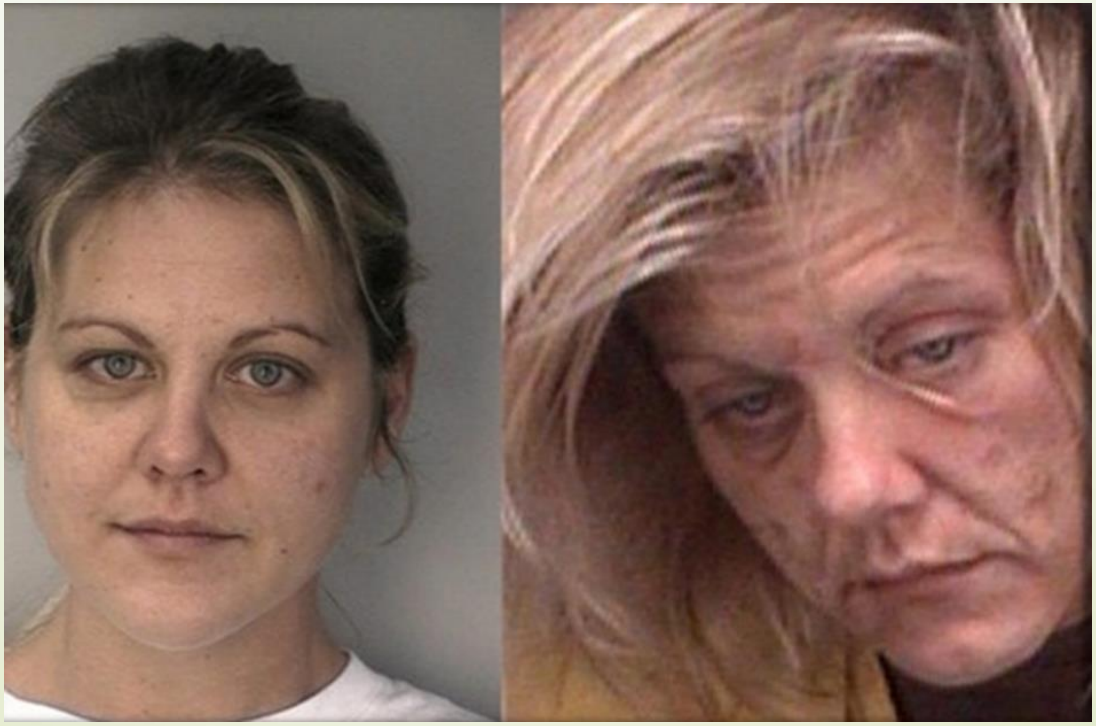
Аппарат антинаркотической комиссии в Тульской области

ГУЗ «Тульский областной наркологический диспансер № 1»

Это должен знать каждый!!!
Не дай себя обмануть!

Информационный материал, направленный на профилактику наркомании и формирование установок на ведение здорового образа жизни, для проведения занятий в рамках дистанционного обучения с учащимися 8-11 классов образовательных учреждений.

- Все мы разные, у каждого из нас своя жизнь, со своими интересами, проблемами и планами. Но одно общее желание объединяет нас – все мы хотим быть счастливыми и здоровыми.
- В современном обществе люди сталкиваются с многочисленными проблемами, одной из таких проблем является наркомания.



- **Наркомания – это болезнь в прямом смысле этого слова.**
- Это тотальное нарушение физического и психического здоровья человека, поражение его личности, потеря лучших нравственных качеств и собственного «я» вследствие потребления наркотиков.
- Характеризуется возникновением патологического влечения к наркотическому средству, т.е. формируется психическая зависимость, изменением толерантности к наркотическому средству с тенденцией к увеличению доз и развитием физической зависимости, проявляющейся абстинентным синдромом при прекращении его приема.

Наркотические средства – это вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в «Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров».

- Механизм формирования зависимости реализуется через процессы обмена веществ, протекающие в организме. Такая зависимость называется физической. Физическая зависимость развивается в результате того, что организм «настраивается» на прием наркотиков и включает их в свои биохимические процессы.
- После отмены приема психоактивного вещества человек начинает испытывать чувство дискомфорта, раздражительности, физическое недомогание.
- После приёма наркотика, который на время восстанавливает нарушенные им же обменные процессы в организме, симптомы недомогания пропадают, улучшается настроение.
- Но всё это временное чувство. Как только действие наркотика заканчивается, плохое самочувствие и настроение вновь возвращаются.

- Таким образом, человек оказывается в замкнутом круге - он использует наркотик для того, чтобы избавится от неприятных переживаний и ощущений. Однако использование психоактивного вещества всё больше и больше усиливает эти неприятные ощущения.
- Работа организма теперь зависит от наркотика, у человека формируется наркотическая зависимость, являющаяся основой болезни.
- Симптомы формирования зависимости, как правило, оказываются незаметными для употребляющего наркотик. Человек искренне считает, что он контролирует процесс: «Когда захочу – брошу!», не подозревая, что он уже не сможет этого сделать.

Наркотическая зависимость

Психическая

- Болезненное стремление человека постоянно или периодически испытывать приятные ощущения или снимать психический дискомфорт с помощью наркотических веществ.
- Возникает при неоднократном приеме наркотиков, но в некоторых случаях ее формирование может спровоцировать даже однократное употребление психоактивного вещества.

Физическая

- Тягостные, мучительные ощущения, болезненное состояние при перерыве в постоянном приеме наркотиков (то есть абстинентный синдром).

Основные симптомы абстинентного синдрома:

- Психомоторное возбуждение или наоборот, сильная разбитость и усталость. Возникают из-за хронической интоксикации.
- Тремор рук, век. В тяжелых случаях этот симптом невозможно скрыть, отмечается тремор всего тела.
- Головные боли. Возникают из-за спазма сосудов или повышения внутричерепного давления. Могут быть очень интенсивными.
- Бессонница. Нарушения сна имеются всегда, так как страдает процесс засыпания, укорачивается длительность сна. Абстинентный синдром часто сопровождается кошмарами, которые приводят к ухудшению общего состояния.
- Нарушается мышление, внимание, концентрация. Начинается депрессия с преобладанием тревоги, апатии, навязчивых фобий.
- Слуховые и зрительные галлюцинации.

Возникновение зависимости

- Первыми сигналами, предупреждающими об опасности, являются периодически возникающее желание употребить наркотик. Постепенно, в отсутствии наркотика у человека начинают ухудшаться самочувствие и настроение, сокращается временной промежуток между приемами вещества. И это свидетельствует о формировании физической зависимости.
- Не существует наркотиков, которые бы не вызывали зависимость, как не существует людей, для которых наркотики были бы безопасны.
- Лечение психической и физической зависимости процесс крайне сложный и длительный.
- Наркотик даёт ощущение эйфории, именно поэтому так тяжело прекратить его употребление.

Последствия употребления наркотических средств:

- развитие психической и физической зависимости;
- поражение центральной нервной системы: снижение памяти, внимания, интеллектуальных способностей, нарушения речи, мыслительной деятельности (понимания), координации движений, режима сна, потерю эмоционального контроля (резкие перепады настроения);
- психозы;
- психические нарушения различной степени тяжести, вплоть до полного распада личности (подобные при шизофрении);
- депрессии;
- изменение генетического кода (как следствие, негативное воздействие на репродуктивную систему: врожденные аномалии у потомства);
- снижение иммунитета;
- нарушение гормонального фона;
- риск развития обменных заболеваний, онкопатологии и т.д.;
- поражение сердечно-сосудистой системы;
- отравление - передозировка, смерть.

Мифы о наркотиках

- От одного употребления ничего не будет.
- Я контролирую ситуацию и смогу бросить.
- Есть легальные, «законные» наркотики.
- Передозировка может привести к смерти, а «правильная» доза безопасна и дает только кайф.
- Курить - не колоться.
- Есть «легкие» и «тяжелые» наркотики.

Я смогу бросить, мне не нужна помощь!

- Такого мнения придерживаются все люди, которые начали потреблять наркотики. Говорят, к примеру, так: «Я брошу, как только мне это надоест».
- Правда заключается в том, что человек не может самостоятельно навсегда покончить с наркотиками. Как показывает практика, даже квалифицированная медицинская помощь не дает никаких гарантий того, что человек вернется к ведению здорового образа жизни.
- Врачи наркологи говорят, что больше половины их пациентов после прохождения курса лечения через некоторое время вновь возвращаются к употреблению.

Как защититься от предложения наркотиков

- У каждого человека должно быть выработано осознанное убеждение **в недопустимости проб наркотика**. Именно оно должно побуждать говорить твердое «нет!» в ответ на предложение попробовать наркотик.
- Твердое «нет» свидетельствует о зрелости, силе воли и самостоятельности.
- Отказ от наркотиков должен происходить из-за нежелания рисковать своим здоровьем, счастьем, судьбой, будущим, жизнью.

Как сказать «НЕТ» наркотикам:

- Мы часто сталкивается с так называемыми «искусителями», которые предлагают нам заведомо опасные вещи, говорят нам: «Да ничего страшного» или «Ты только попробуй».

<u>Если Вас уговаривают попробовать наркотики:</u>

- говорите четкое «Нет»;
- не пытайтесь придумать «уважительные» причины и оправдываться. Это только раззадорит и спровоцирует на дальнейшие уговоры;
- категорически откажитесь продолжать разговор на эту тему.

Если Ваше твердое «НЕТ» вызвало атаку критикой

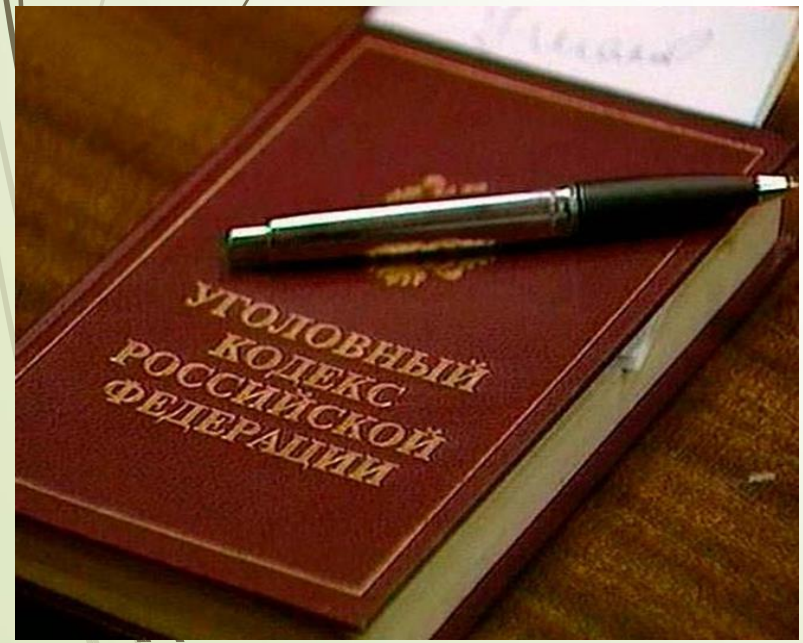
Не концентрируйтесь на сказанном в Ваш адрес. Основная ошибка-это попытка аргументировать свой отказ.

Ваше четкое и уверенное «Нет» приему наркотиков и есть истинное проявление независимости и позиции взрослого человека.

Способы отказа от наркотиков

Способы отказа	Фразы
«Выбрать союзника»	Мы с Катей не будем!
«Перевести стрелки»	Я никого из Вас ничего не заставляю делать?!
«Сменить тему»	Классный фильм идет в кинотеатре!
«Задавить интеллектом»	А ты знаешь, что спайс разрушает печень?
«Настаивать на своем»	«Нет – значит НЕТ!»
«Испугать»	Случится психоз, возможна смерть
«Обходить стороной»	«Меня среди таких людей никогда не будет!»

- Наркотическая зависимость толкает человека на совершение преступлений, таких как: распространение наркотиков, мошенничество, воровство, разбой, убийство.
- Находясь под действием наркотика, человек совершает преступные деяния, на которые в обычном состоянии никогда бы не решился.
- Человек, приобретающий наркотические вещества, вступает в связь с криминальными структурами и становится нарушителем закона.



- Административная ответственность наступает с 16-ти лет и предусмотрена Кодексом об административных правонарушениях РФ.
- За потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача и незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов и незаконное приобретение, хранение, перевозка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, предусмотрена административная ответственность в соответствии со ст.6.8, 6.9 КоАП РФ.
- Кроме того, незаконной является пропаганда наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ст.6.13 КоАП РФ). Например, размещение соответствующей символики на одежде и т.д.

- Уголовная ответственность за участие в незаконном обороте наркотиков наступает с 14 лет.
- Лица, достигшие этого возраста, могут быть осуждены по статье 229 УК России за хищение или вымогательство наркотических веществ.
- Лица, достигшие 16 лет, подпадают под ответственность по статьям: за незаконное приобретение, хранение, сбыт; склонение к потреблению наркотиков; незаконное выращивание наркосодержащих растений; за организацию наркопритонов (соответственно, статьи 228, 230, 231, 232 УК России), и могут быть осуждены на сроки от 6 месяцев (по ст. 231) до очень значительных (отягчающим вину обстоятельств всегда является совершение правонарушений в группе или повторно).
- За продажу или хищение наркотиков возможно наказание на срок до 15 лет заключения. За совершение сбыта наркотиков, предусмотренного частью 5 статьи 228.1 УК РФ предусмотрено наказание вплоть до пожизненного лишения свободы.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Мы сами создаем свое будущее, и только от нас зависит, каким оно будет!

Спасибо за внимание!