

# Памятка по профилактике наркомании среди подростков и молодёжи

## «Знак беды – наркотики!»

Наркотики – это вещества, способные вызывать состояние радостного опьянения, привыкание и зависимость.

### КАКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА ОКАЗЫВАЕТ НАРКОТИК?

Человек в состоянии наркотического опьянения перестает испытывать душевную и физическую боль, появляется ощущение легкости, комфорта. Ощущение легкости приводит к потере контроля над собой и утрате чувства реальности. Состояние наркотического опьянения продолжается только в то время, когда наркотическое вещество содержится в крови.

### КАК РАЗВИВАЕТСЯ НАРКОМАНИЯ У ЛЮДЕЙ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИКИ?

У того, кто постоянно употребляет наркотики, постепенно снижается чувствительность к ним. Через некоторое время для достижения радости обычных доз уже не хватает. Жертва наркомании вынуждена увеличить дозу. Впоследствии не хватает и этого, тогда происходит переход к более сильному наркотическому веществу. Так, постепенно, человек приобщается к сильным наркотикам, избавления от которых почти нет.

### КАКОЙ ВРЕД ПРИНОСЯТ НАРКОТИКИ?

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, мозг, половую систему, печень и почки. Как правило, люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не более десяти лет. Большинство умирает раньше. Весьма распространены случаи, когда люди, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества. Поскольку наркоманы пользуются не стерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь – СПИД, гепатит и другие. От этих болезней они часто умирают раньше, чем произошло отравление организма наркотиком.

### КАК ВЛИЯЕТ НАРКОМАНИЯ НА ДУШЕВНЫЙ ОБЛИК ЧЕЛОВЕКА?

Нарастает эмоциональное опустошение, возникает раздражительность, апатия, расслабление воли, а при употреблении отдельных наркотиков появляется слабоумие. Внешне все это проявляется вялостью, черствостью, грубостью, эгоизмом, лживостью. Человек, употребляющий наркотики, утрачивает контроль над своей жизнью, глубоко перерождается, становится совсем другим. Постепенно снижается интеллект.

## ОТ ЧЕГО УМИРАЮТ ЛЮДИ, СТРАДАЮЩИЕ НАРКОМАНИЕЙ?

В большинстве случаев от передозировки. Наркомана через несколько лет ждет полное разрушение печени и всего организма. Но многие не доживают до этого момента и умирают от аллергии, инфекционных и сопутствующих заболеваний, например, СПИДА или гепатита.

Многие заканчивают жизнь самоубийством или погибают насильственной смертью, так как наркоманы зачастую связаны с организованной преступностью. Наркоман теряет инстинкт самосохранения и легко может замерзнуть, стать жертвой преступления, попасть в аварию, погибнуть от несчастного случая и многих других причин.

## КАК МОЖНО РАСПОЗНАТЬ ПРИЗНАКИ НАРКОМАНИИ У ДЕТЕЙ?

**Уважаемые родители!** Обратите внимание на неожиданные изменения в поведении подростка: резкое снижение или повышение активности; потеря интереса к учебе, увлечениям, пропуски занятий; необъяснимая раздражительность, лживость, рассеянность; появление подозрительных приятелей, резкое изменение круга друзей; появление скрытости в поведении, отказ общаться о своем местонахождении; позднее возвращение домой в необычном состоянии; трудное пробуждение по утрам, невнятная речь; потеря аппетита, снижение веса, сонливость. Помните, что некоторые из перечисленных здесь признаков употребления наркотиков совпадают с типичными особенностями подросткового поведения.

**Вас должно насторожить:** исчезновение денег или ценностей из дома; увеличение требуемой суммы денег на карманные расходы; наличие у подростка медикаментов, шприцев, ампул, тюбиков из-под клея; непривычные запахи, пятна на одежде, следы на теле подростка.

**Основные причины, приводящие подростка к употреблению наркотиков** – причины, возникшие в результате неблагоприятных семейных отношений:

- Неадекватная заниженная или завышенная самооценка;
- Отсутствие четкой цели в жизни, отсутствие заботы о себе и о своем здоровье;
- Недостаток любви и поддержки в семье;
- Эмоциональная боль, разочарование в семье от психической (а иногда и физической) травмы, полученной в детстве от родителей;
- Гиперопека со стороны родителей, отсутствие навыков самостоятельного приема решений, повышенная внушаемость;
- Низкая устойчивость к стрессам, неумение справляться с трудностями;
- Неумение получать удовольствие, удовлетворение от повседневной жизни; отсутствие нравственных ценностей, внутреннего стержня.

## НАУЧИТЕ РЕБЕНКА ГОВОРИТЬ «НЕТ!»

*Телефон доверия для детей, подростков и их родителей:*

**8 800 2000 122**

*Служба экстренной психологической помощи по телефону на территории Иркутской области:*

**8 800 350 40 50**