

ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ НАРКОТИКИ – ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Всё, о чем здесь говорится, проверено практикой врачей-наркологов, ежедневной работой с тысячами несчастных людей !

1. ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?

Чаще всего это происходит в компании друзей. Спровоцировать первое употребление может многое: чувство любопытства; желание не показываться остальным «белой вороной»; неумение сказать «Нет»; присутствие в жизни серьезных проблем; «назло» кому-то или попытка повлиять на другого человека; просто плохое настроение или обыкновенная скука.

По незнанию человек уверен в том, что попробовать один раз – не страшно. К сожалению, весь этот грозный наркобизнес построен на том, что первый раз никогда не бывает последним. Пробуя наркотик, переходя через психологический барьер, человек одновременно переступает через физиологические (на уровне тела) и юридические, и нравственные барьеры. Каждый впервые употребляющий уверен в том, что «со мной всё иначе, всё под контролем». Эта уверенность только от неопытности, которой затем, зачастую, пользуются другие.

2. КАКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ МОГУТ БЫТЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ?

- самое главное –невозможность в дальнейшем жить без наркотика;
- появляется зависимость на уровне биологии и психики. Большое количество биологических процессов в человеческом теле начинает происходить извращенно;
- человек не контролирует себя как раньше, это делают за него люди, которые поставляют наркотики;
- разрушается нервная система, печень, почки, изнашивается сердечная мышца, срок жизни сокращается;
- прием наркотиков инъекционно сопровождают неизлечимые болезни: СПИД, гепатиты;
- человек, употребляющий наркотики, неизбежно «влезает» в криминал;
- растут требуемое количество наркотиков и расходы на их потребление;
- исчезают друзья, остаются собратья по несчастью, которые в любой момент, за дозу могут «кинуть» или подставить тебя;
- отношения с родственниками быстро превращаются в кризис, т.к. наркозависимый приносит близким людям только страдания;
- жизненные перспективы: хорошая работа, учёба, карьера, собственная семья и многое другое становятся иллюзорной, недостижимой мечтой;
- дети у наркозависимых, если и рождаются, то часто с серьезными отклонениями в здоровье, уродствами, психическими расстройствами;
- депрессия –основное состояние души; исчезает только после принятия очередной дозы наркотика;
- среди наркозависимых высок процент самоубийств. Не редки случаи, когда даже во время первой пробы, человек погибает от остановки дыхания или остановки сердца. В других случаях может развиваться паралич, нарушается способность говорить. Есть наркотики, после даже однократного приема которых может возникнуть психическое заболевание или психический дефект.

3. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ В КОМПАНИЮ, ГДЕ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?

В такой компании ты неизбежно сталкиваешься с предложениями «попробовать». По-другому не бывает. Вопрос во времени, раньше или позже. Так бывает всегда. В компании опасность по отношению к наркотику притупляется. Ты всегда рискуешь. Лучший выход из этого, если тебя не очаровывают описанные выше перспективы – уйти и найти себе более подходящий круг общения. «Будь Собой, уважай Себя». Но если ты находишься в такой компании – ты на «краю пропасти».

4. НАРКОМАНОМ МОЖЕТ СТАТЬ ЛЮБОЙ ИЛИ ЭТО ЗАВИСИТ ОТ ТОГО КАКОВ ЧЕЛОВЕК?

Любой человек, допускающий наркотики в свою жизнь, рискует стать наркоманом, хотя каждый в начале пути уверен, что это может быть с любым другим, только не с ним.

5. ПОЧЕМУ ИМЕННО ПОДРОСТКИ И МОЛОДЫЕ ЛЮДИ НАИБОЛЕЕ ЧАСТО СТАНОВЯТСЯ НАРКОЗАВИСИМЫМИ?

-именно в подростковом и молодом возрасте человек хочет обрести свою индивидуальность, отличаться от других, «пробовать в жизни все», освободиться от контроля и опеки взрослых, жить так, как хочется самому, устанавливать свои нормы и правила.

6. КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ ОТ ПРОБЛЕМ С НАРКОТИКАМИ?

-во-первых, сделать для себя недопустимой саму мысль о возможности когда-либо «попробовать»;
-во-вторых, нужно научиться говорить «НЕТ!!!» и себе и другим, когда речь идёт о наркотиках;
-в-третьих, избегать компании и места, где употребляют наркотики. Выбирать себе круг общения, в котором нет места наркотикам.

7. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТВОЙ ДРУГ НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?

Первый вариант – повлиять на то, что происходит самому или вместе с другими своими друзьями. Самый важный принцип -сделать так, чтобы не оттолкнуть от себя друга. Для спасения друга используй все свои знания, информацию данной памятки и любые другие доводы, которые сочтешь весомыми.

Второй вариант – если понимаешь, что ситуация вышла из-под контроля, поделись информацией со своими или его родителями, или теми взрослыми, кому ты доверяешь. Это смелый, но не простой поступок. Даже если тебя обвинят в «стукачестве» - на весах жизнь твоего друга. Сначала, наверное, будет честно и правильно сообщить ему о своем решении и причинах, по которым ты решился на этот поступок. Приготовься к атаке, реакция может быть любой (обвинение, агрессия и реакция-манипуляция). Люди, принимающие наркотики, становятся патологически лживыми, изворотливыми, сыграют любую роль с правдоподобностью профессионала. Вначале оцени, способен ли ты противостоять почти профессиональному натиску в ответ. Если не уверен, поговори об этом со своими родителями. Всё равно ведь нужно что-то делать, иначе твоему другу придётся плохо.

8. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ДРУГ УЖЕ СТАЛ НАРКОМАНОМ?

Очень высока вероятность того, что ты не сможешь ничего изменить в его жизни;
-высока вероятность и того, что он втянет и тебя в потребление наркотиков;
-если ты хочешь помочь другу - изложи ему своё личное отношение к наркотикам и тому, что с ним происходит. Не спорь и не поддерживай с ним дискуссию, пытайся что-то доказать бесполезно;
-обозначь свою готовность помочь ему справиться с бедой;
-никогда не содействуй в поиске денег, чем бы он не объяснял нужду в них;
-не решай за него проблемы, возникающие из-за приёма наркотиков, помогай только тогда, когда видишь активные действия для того, чтобы изменить свою жизнь, будь тверд и последователен. Собери для него информацию о том, какие медицинские организации в твоем населенном пункте занимаются этим вопросом. Знай, что лечение разрешено только государственным учреждениям здравоохранения. Доверяй только профессионалам от медицины.

9. ВОЗМОЖНО ЛИ ПОЛНОЕ ИЗЛЕЧЕНИЕ ОТ НАРКОМАНИИ?

Всё зависит от желания жить по другому. Чудодейственных методов, лекарств и операций, которые могут решить проблему вместо самого человека, не существует. Но без профессиональной помощи избавиться от наркотической зависимости весьма проблематично. У любого есть шанс. Но чтобы его использовать, нужно быть готовым к длительному труду.

10. ПОЧЕМУ КОНОПЛЯ СЧИТАЕТСЯ НАРКОТИКОМ?

Существует большое количество названий этого наркотика: гашиш, анаша, марихуана, план, «травка» и другие. Некоторые считают, что это не наркотики, и возможным «побаловаться травкой», утверждая, что это гораздо безвреднее, чем табак. Это заблуждение. Марихуана в 5 раз вреднее табака, от неё развивается зависимость с далеко идущими последствиями, которые себя проявляют не сразу. Ломки нет, но синдром отмены есть, просто он другой и проявляет себя не в теле, а в психике человека. Научный факт – марихуана непредсказуемый наркотик. Непредсказуемость в том, что может очень по-разному действовать на разных людей и в том, что даже если курить редко, могут появиться психические расстройства.

Если тебе или твоим близким потребовалась консультация врача-нарколога по вопросам, затронутым в этой памятке, позвони по телефонам доверия:

- Городская Наркологическая больница – 253-66-36;
- Нижегородский областной наркологический диспансер – 433-65-24;
- Молодежный телефон доверия – 433-09-69;
- Детское Диспансерное отделение № 1 – 245-11-20; 294-46-30;

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: КАК РЕАГИРОВАТЬ НА УПОТРЕБЛЕНИЕ РЕБЕНКОМ НАРКОТИКОВ

Распознавайте проблему вовремя!

Между возникновением факторов риска (в среднем - в 1-5-м классах) и началом употребления наркотиков (в среднем - в 6-9-м классах) проходит несколько лет. Это ваш шанс не допустить само начало употребления наркотика вашим ребенком.

Оцените факторы риска начала употребления вашим ребенком наркотиков еще в подростковом возрасте - до начала употребления им наркотиков:
Ухудшение успеваемости и желания (мотивации) учиться, особенно в 5-6-м классе или в 7-8-м; избегание учебы (откладывание домашних заданий, лживость - «не задали»). Исчезновение прежних увлечений (хобби) и отсутствие новых; стремится к простым делам - гулянию с друзьями, простым компьютерным играм, зрелищам и развлечениям. Стараются меньше времени проводить дома с вами.
Изменяется характер: ребенок становится более тревожным или хмурым; резко уменьшается число случаев переживания им радости; появляются колебания настроения в течение дня - депрессии, раздражительности.
В классе мало друзей или даже ситуация отверженности.
Заниженная самооценка или «комплекс неполноценности».

Преодолевайте проблему еще на стадии факторов риска!

Не старайтесь «перевоспитать» такого ребенка домашними методами, тем более - наказаниями, потому что все перечисленное выше не что иное, как серьезные кризисы развития личности ребенка.

Их надо преодолевать путем консультаций и психотерапии; в том числе в детской наркологической службе - телефоны приведены ниже.

Признаки начала употребления наркотика.

Ребенок становится скрытным - перестает рассказывать, что интересного и успешного было у него в школе, с друзьями. Перестает делиться переживаниями.
В ваших профилактических разговорах с ним о наркотиках становится незаинтересованным, начинает даже как бы «защищать» наркотики и употребляющих их.
Вы замечаете у ребенка слабые (отдаленные) признаки опьянения от наркотиков. При опьянении от героина - заторможенность (будто сонливость), резко суженные зрачки (до «маковых зернышек»), снижение аппетита, удлинение утреннего сна. При опьянении психостимуляторами (марихуаной, «спайсами», амфетаминами, т.н. «легалками») - двигательное и эмоциональное возбуждение (вместо эмоционального возбуждения с двигательным торможением, как при алкогольном опьянении), ускорение мышления и повышенная смешливость, повышение аппетита, позднее засыпание (если признаки опьянения возникли вечером).

В карманах ребенка вы можете найти сигареты или специальные (стеклянные или из другого негорючего материала) трубки («пипетки»), набитые табакоподобной измельченной травой с запахом не табака; реже - пакетики с травой, пахнущей коноплей.

В более тяжелых случаях, когда ребенок начинает употребление наркотиков сразу с героина, у него можно обнаружить шприц (1-2-миллилитровый или инсулиновые, с короткой тонкой или «инсулиновой» иглой), следы от уколов на локтевом сгибе, запястьях и голенях, реже в других более скрытых местах. Характерны пропажи денег, так как этот наркотик не дешевый.

Во всех случаях вы можете определить, что опьянение не похоже на алкогольное, не сопровождается запахом алкоголя изо рта.

Ваша реакция на начало употребления наркотика ребенком - реакция любящих ребенка родителей!

В качестве первой реакции не годятся злость, отчаяние, унижение, сравнение ребенка с другими более успешными детьми.

Помните: в любом случае начало употребления наркотика - это завершение какого-то нераспознанного вами серьезного кризиса развития личности у вашего ребенка. Этот кризис вам надо изучать и вместе преодолеть.

Не стремитесь в первой беседе достичь, во что бы то ни стало, признания ребенка в том, что он употребил наркотик. Рекомендуем вам, независимо от того, сознался ребенок или нет, заявить о своей безусловной любви к нему, но и собственную строго отрицательную позицию по отношению к наркотикам, в том числе и к их употреблению вашим ребенком.

Для прояснения ситуации вы можете предложить ребенку обратиться в химико-токсикологическую лабораторию Нижегородского областного наркологического диспансера для анализа на наркотики, алкоголь и другие психоактивные вещества: улица Ильинская-78а, круглосуточно, тел. 433-65-24.

Вы можете самостоятельно протестировать мочу ребенка тест-полосками из аптеки.

Немедленно психологически сблизьтесь с ребенком и вызовите у него доверие к себе:

- проводите с ним как можно больше времени, желательно - вообще непрерывно (за счет участия всех родственников в разрешении проблемы);
 - увеличьте ласковый физический контакт с ребенком: обнимания, поцелуи, поглаживания, массаж спины, шейно-воротниковой зоны, головы;
 - начните кормить его чаще (до 6 раз в день) и как можно более вкусно, интересно, разнообразно; совместно придумывайте блюда; давайте много витаминов группы «В», ноотропов для стимуляции интеллекта (пираретам, ноотропил, пантогам и др.);
 - говорите обо всем, что раньше интересовало ребенка и, по вашим предположениям, может его заинтересовать сейчас;
 - попробуйте присоединиться к его хобби, независимо от того, какими бы они вам не представлялись - просмотру или чтению боевиков или фантастики, компьютерным играм, кулинарии, и в них помогайте ему переживать ситуации успеха;
 - попробуйте найти новые интересные совместные занятия с ребенком (рукоделья, ремесла, творчество и др.);
 - определите у ребенка наиболее привлекательные для него школьные предметы и на их основе помогите ему быстро восстановить успеваемость и само желание (мотивацию) учиться; потом вы можете начать помогать по наиболее трудным предметам;
 - ежедневно подводите вместе с ребенком положительные итоги дня: что было у него успешного, интересного, радостного; ведите с ним дневник позитивных итогов дня. Описанный подход соответствует принципам позитивной психотерапии подростков.
- Если же вы ходите что-то критиковать в ребенке, то критикуйте только отдельные поступки или черты, но никогда не ребенка в целом как личность.
- Главное, чтобы каждый раз после критики вы (твердо и с оптимизмом!) перечислили ребенку все позитивные проявления его личности (дела, поступки, принятые решения и др.), которые, по вашему мнению, говорят о его способности преодолевать проблемы. Ваш ребенок должен точно знать ваши представления о сильных сторонах (ресурсах развития) своей личности - именно они-то являются психологической защитой ребенка от наркотиков.

Вместе с ребенком анализируйте его психологические проблемы.

Кроме приведенных выше факторов риска, началу употребления наркотиков в подростковом возрасте способствуют кризисы самого подросткового возраста: кризисы отношений влюбленности; подростковые попытки выйти из под опеки родителей; реакция на хронические конфликты или развод родителей.

Каждое обсуждение проблемы начинайте с детального рассказа ребенка о ней, а заканчивайте совместным поиском способов (алгоритмов) ее решения и составлением плана реализации этих способов; тогда на следующий день совместно анализируйте эффективность действия ребенка, поддерживайте его стремление выйти из кризиса.

В результате таких психологических бесед вы решаете важнейшие задачи:

- во-первых, учите ребенка планировать свои успехи, лучше понимать сильные стороны

своей личности;

- во-вторых, готовите ребенка к консультации у врача психиатра-нарколога или медицинского психолога детской наркологической службы.

Такое консультирование совершенно необходимо, даже если ребенок будет вас клятвенно заверять (манипулировать вами!), что он «все понял», «такого больше не будет».

Не доводите дело до повторного употребления наркотика, тем более - до систематизации употребления!

Консультирование в детской наркологической службе бесплатное, с сохранением врачебной тайны, вплоть до анонимности обращения и лечения.

Само консультирование ребенка, употребляющего наркотики (как и алкоголь), но без признаков зависимости от них, по нормам Минздрава России, должно длиться 1 год. Специально для родителей подчеркнем: если ребенок не хочет идти на консультацию к врачу психиатру-наркологу - это можно объяснить теми же подростковым реакциями. Главное, чтобы вы сами непрерывно консультировались у детского врача психиатра-нарколога и медицинского психолога, совершенствовали навыки психологического воздействия на ребенка - становились психотерапевтами для него.

Если ваш ребенок продолжает употребление наркотика - что делать?

Обычно это означает, что выявленный вами «первый» случай употребления наркотика был в действительности у ребенка не первым, и у него, может быть, уже есть зависимость от него.

Для этих случаев мы предлагаем:

- немедленно проконсультировать ребенка в детской наркологической службе (телефоны приведены ниже);

- организовать для ребенка своеобразный «стационар на дому»: круглосуточное пребывание с ним кого-то из родственников с применением описанной выше позитивной психотерапии и назначенного врачом лечения; можно временно вывести ребенка на домашнее обучение и общение со сверстниками тоже переместить в дом.

В отдельных случаях можно рекомендовать курс лечения ребенка в психоневрологической больнице или в наркологическом стационаре, но - только по решению вашего лечащего врача детского психиатра-нарколога.

При любом варианте организации лечения оно должно быть непрерывным: по нормам Минздрава России - 5 лет. Никакие отдельные «курсы лечения» или отдельные «чудодейственные» или «одномоментные» лекарства и методы не действуют.

Можно ли применять наказания ребенка в борьбе с употреблением им наркотиков?

Основной подход поведенческой психотерапии наркоманий - гармоничное сочетание поощрений и наказаний.

В качестве «наказаний» можно рекомендовать различные ограничения: на общение с психологически и наркологически «ненадежными» сверстниками; на «пустое» время препровождение; на выход из дома; на зрелища и другие простейшие способы развлечений и т.п.

Главное в том, что одновременно с «наказаниями» вы будете применять методы психологического сближения с ребенком и массу поощрений любых его успешных дел.

Можно рекомендовать составление «договора с подростком»: точно регламентировать, что он (совместно с взрослыми или самостоятельно) делает в течение дня/недели, за что и чем он будет поощряться; уместна и балльная система оценки успешности ребенка.

Дополнительная информация.

Обратите внимание на смс-сообщения в сотовом телефоне вашего ребенка - в них могут быть «зашифрованные» сообщения о заказе и получении наркотиков «спайсов».

Если вы их обнаружили, то должны знать, что ребенок точно потребляет наркотики, знает способы их приобретения, имеет общение с такими же потребителями, которые как раз и

снабдили его особыми «паролями», «шифрами» для связи с поставщиками наркотиков.
Приведем перечень таких зашифрованных исходящих сообщений - заказ наркотика:
«Работаешь?», «Есть что?», «?», «Скинь прайс», «Бро», «Есть ск, рос, рега, соль, цветы, микс?»
Перечень входящих сообщений - подтверждение, что заказ от ребенка принят: «Работаю»,
«Киви этот», «ск-1200, цветы - 700, рега - 2000», «Для тех, кто в теме», «Адреса сразу»,
«Четкие клады», «Работаю. Авт, Лен» или другие районы города.

Тема: «Наркомания в России»

Проблема наркомании

За последнее десятилетие Россия переживает не только дикий рост алкоголизма, но и наркомании.

«Наркомания в России принимает характер эпидемии, угрожающей генофонду нации», - к такому выводу пришли участники парламентских слушаний в Государственной Думе.

Незаконный оборот наркотиков – угроза национальной целостности России.

По оценке Национального антикоррупционного комитета, объем потребляемого в России героина колеблется от 100 до 300 тонн. По деньгам это 12 миллиардов долларов,

Количество потребляющих наркотики, по официальным данным, достигло 4, по неофициальным – 6 миллионов человек. Около 20 миллионов, в том числе 5 миллионов учащихся, пробовали наркотики.

По данным МВД РФ, число зарегистрированных преступлений, связанных с наркотиками, за десять последних лет выросло на 1407 %.

В восемь раз увеличилось число взрослых наркоманов, в 18 раз – наркоманов-подростков, в 24,3 раза – детей-наркоманов (требуется уточнения).

От продажи наркотиков мафия получает прибыль в 1 000 (тысячу) процентов.

На доходы от наркобизнеса открываются тысячи магазинов, рынков, ресторанов, кафе, где «отмываются» преступные деньги. Ежегодный мировой оборот наркобизнеса, по оценке Интерпола, 500-800 миллиардов долларов,

Средний возраст наркомана снизился с 30 до 24 лет.

В 1991-м году впервые взятых на учет с диагнозом наркомания подростков было 4,9 на сто тысяч жителей, теперь – 77,4.

С 1997-го года смертность от употребления наркотиков увеличилась в 12 раз, среди детей – в 42 раза. Продолжительность жизни наркоманов сократилась до 4 - 4,5 лет от начала употребления наркотиков.

Только один проведенный рейд сотрудников ФСБ и МВД по дискотекам и ночным клубам Санкт-Петербурга дал улов наркотиков минимальной стоимостью в 70 тысяч долларов. Это такие наркотики, как: «экстази», фенамин, кокаин, пришедших, как установило следствие, из Германии, Голландии, Польши, Литвы и Эстонии, а также с Ближнего Востока.

Россия – идеальная страна для наркоторговцев.

В распространение наркотиков по России вовлечены десятки, если не сотни тысяч граждан: курьеры, мелкие сбытчики, очень часто не только

ради наживы, больших барышей, но чтобы просто поправить тяжелое материальное положение, чтобы хоть как-то свести концы с концами.

65,7% вовлеченных в **наркотическую преступную деятельность** - молодые люди 18-30 лет. По данным МВД России, только в одной Москве, не считая области, активно работают **более 20 тысяч торговцев наркотиками.**

В последнее время в Россию идет не просто героин. Во многих перехваченных партиях содержатся примеси барбитуратов.

(Справка. Барбитуры - Группа лекарственных веществ, производных барбитуровой кислоты. Обладают седативным, снотворным, наркотическим и противосудорожным действием (сама барбитуровая кислота снотворного эффекта не дает). Оказывают тормозящее влияние на ЦНС. При повторном приеме может развиваться привыкание, при систематическом длительном приеме появляется психическая зависимость).

На **барбитуратовый героин** «подсаживаются» быстрее и крепче. Идет интенсивное вытеснение традиционных для России наркотиков мака, маковой соломки, более жесткими – опиум, его настойками, а также синтетическими и полусинтетическими – героином, кокаином, амфетаминами.

Наркоманы молодеют

С каждым годом наркоманы в России становятся все моложе, уже треть из них - несовершеннолетние, остальные - до 35 лет, и максимум два процента – среднего возраста.

Так, например, из каждых пяти подростков, поступающих в детскую Филатовскую больницу столицы, один ребенок – алкоголик, один – наркоман, два – токсикомана. Только один ребенок из каждых пяти – нормальный. Трое из каждых пяти, заметьте, - наркоманы! Речь идет об обычной, не специализированной на наркомании, детской больнице.

Как считает заместитель министра здравоохранения Ольга Шарапова: «В активном приобщении детей и подростков к психоактивным веществам определяющую роль играет недостаточность личностных защитных механизмов: незрелость волевых, интеллектуальных, эмоциональных систем...».

Но не воспитанием и укреплением этих защитных механизмов у молодых занято общество.

Напротив, многочисленные телевизионные программы, компьютерные игры, киноиндустрия, шоу-бизнес, множасься «хеллоуины» и «праздники пива» развращают, оскотинивают молодежь.

70 процентов учащихся старших классов Москвы и Санкт-Петербурга познакомились с наркотиками в школах и местах массового развлечения молодежи.

А каждый из **наркоманов** непременно пристрастит к зелью не одного своего друга.

В сутки наркоману требуется 1-2 чека (чек - доза в 0,1 грамма), в месяц наркоману нужно никак не меньше 500 долларов. Где взять? Один из путей – «подсадить» 10-15 друзей, и, обеспечивая их, отсыпать по чуть-чуть себе.

Но ведь и тем скоро понадобятся «клиенты». Так возникают пирамиды сбыта.

Расплодившиеся по стране клиники Маршаков и Гениных день и ночь неустанно, назойливо вкрадчивым, успокоительным тоном вещают с экрана телевизора: «Наркомания – это болезнь, и она излечима. Приходите к нам. У нас прекрасные условия».

Ну и почему бы не попробовать «словить» кайф, - рассуждает молодежь. - Если что - вылечусь.

!!!! Лечить наркоманов для маршаков и гениных не менее прибыльно, чем продавать наркотики.

Две стороны одной медали преступного бизнеса, два конца веревки, из которой вяжется петля.

В Москве вызвать нарколога на дом – 80-100 долларов. Лечение в частных клиниках – от 2 до 8 тысяч долларов.

В среднем тысяча московских наркоманов приносят врачам ежегодный доход в 1,5 – 2 миллиона долларов.

Наркомания плодит массу убийственных болезней

Профессиональная болезнь наркоманов - гепатит В и С.

Недавно врачи выявили новый вирус у наркоманов – гепатит «дельта», по своим проявлениям очень близко стоящий к вирусу СПИДА, так же, как и СПИД, он заразен и практически неизлечим.

СПИД - еще одна напасть, прогрессирующая бешеными темпами.

Руководитель федерального научно-методического центра Минздрава России по профилактике и борьбе со СПИДом академик Покровский полагает, что реальное число ВИЧ-инфицированных в России достигло миллиона и продолжает нарастать ужасающими темпами в молодежной среде.

Наркотик «крокодил» - что это?

Наркотик «крокодил» он же дезоморфин - кустарный наркотик относится к синтетическим опиатам, в сравнении с морфином быстрее вызывает стойкую зависимость.

Наркотическая зависимость от наркотика «крокодил» развивается уже после 2-х внутривенных инъекций.

Психическая зависимость от «крокодила» развивается быстрее физической, уже после первой инъекции наркотика «крокодил» возникает сильное желание повторить пережитые ощущения.

Наркотик «крокодил» еще называют наркотиком бедных, так как его приготовление довольно дешевое, как только у наркомана заканчиваются деньги на героин, он переходит на *наркотик «крокодил»*.

"Крокодиловая" наркомания – это довольно молодой вид наркомании, широкое распространение она получила после 2000 года, а стремительное распространение произошло после 2005 года.

Крокодиловая наркомания стоит на 2 месте после героиновой.

Почему наркотик «крокодил» стал так широко популярен среди наркоманов?

В 2000-х годах началась активная борьба с наркотиками, в результате которой из крупных городов исчезли героин, кокаин и др. наркотики, - это вынудило наркоманов искать другие пути получения удовольствия. Произошел парадокс, связанный с хорошей работой наркополицейских.

Наркотик «крокодил» - наркотик самоубийц

По степени вреда здоровью наркотик «крокодил» в несколько раз превосходит героин.

Именно поэтому наркотик «крокодил» называют наркотиком самоубийц.

Средняя продолжительность жизни героинового наркомана составляет 7 лет от начала употребления наркотика, а наркомана употребляющего «крокодил», - не более 1 года.

Смерть «крокодилового» наркомана наступает от множества осложнений, которые он вызывает.

Человек, употребляющий наркотик «крокодил» более 4 месяцев практически неизлечим и обречен на гибель.

Вред наркотика «крокодил»

Вещества, входящие в состав наркотика «крокодил», токсичны сами по себе.

В состав наркотика «крокодил» входят кодеин содержащие препараты, бензин, йод, бытовые растворители, бензин, серная кислота, сера, содержащаяся в спичечных головках и фосфор. В комплексе с такими же ядовитыми веществами они образуют «адскую смесь». (информация только для родителей)

Организм человека не в состоянии вывести всю эту гадость.

ПУТЬ «КРОКОДИЛА» В ОРГАНИЗМЕ

После укола ядовитые вещества начинают действовать на стенку сосуда, внутренняя нежная оболочка сосуда не готова вынести такое воздействие токсичных веществ, - она как бы обжигается изнутри и в месте ожога скапливаются соединительно-тканые клетки. В результате этого

просвет сосуда начинает значительно сужаться (вот почему наркоманы вынуждены искать новые вены).

Кровь по этому сосуду постепенно перестает поступать в конечность.

В месте укола происходит локальный некроз тканей (омертвление), появляются язвы, покрытые гнойной коркой. Кожа наркомана в месте укола становится похожей на кожу крокодила.

Дальнейшие инъекции наркотика в этих местах становятся невозможными и наркоман вынужден искать другие вены, что приводит к дальнейшему распространению некрозов и язв.

Омертвевшая ткань как бы сливается между собой и начинает отторгаться, в результате чего кожа буквально слезит с конечностей наркомана словно чешуя.

Далее наркотик «крокодил» разносится кровью в хорошо кровоснабжаемые органы, такие как печень, мозг, сердце, легкие и органы желудочно-кишечного тракта.

Частицы тяжелых металлов (содержащиеся в бензине) навсегда оседают в этих органах и оказывают прямое токсическое воздействие на них. Органы перестают нормально выполнять свои функции.

Кроме того сам процесс приготовления наркотика «крокодил» происходит в антисанитарных условиях, а значит несет вирусы и бактерии, которые так же оседают во внутренних органах – это еще более усложняет процесс.

Вирусы и бактерии проникают в кровь напрямую минуя естественные барьеры, кроме того под действием наркотиков происходит значительное снижение иммунитета.

Эти чужеродные клетки, осевшие в органах наркомана, способствуют образованию абсцессов (гнойников), у «крокодиловых» наркоманов страдают сразу ВСЕ органы, развивается полиорганная недостаточность, которая в 100% случаев приводит к смерти наркомана.

Спасти от «крокодиловой наркомании» можно только в первые 2 месяца от начала употребления «крокодила», пока еще иммунитет не «посажен» и организм хоть как то способен бороться с этой заразой.

ПОЧЕМУ КОНОПЛЯ СЧИТАЕТСЯ НАРКОТИКОМ?

Существует большое количество названий этого наркотика: гашиш, анаша, марихуана, план, «травка» и другие.

Некоторые считают, что это не наркотики, и можно «побаловаться травкой», утверждая, что это гораздо безвреднее, чем табак.

Это заблуждение. Марихуана в 5 раз вреднее табака, от неё развивается зависимость с далеко идущими последствиями, которые себя проявляют не сразу.

Ломки нет, но синдром отмены есть, просто он другой и проявляет себя не в теле, а в психике человека.

Научный факт – марихуана непредсказуемый наркотик. Непредсказуемость в том, что может очень по-разному действовать на разных людей и в том, что даже если курить редко, могут появиться психические расстройства.

КУРИТЕЛЬНЫЕ СМЕСИ

После попадания курительных смесей в список запрещенных они приравниваются к наркотическим средствам, поэтому употребление, приобретение, хранение и перевозка таких курительных смесей регламентируется теми же самыми законодательными актами, которые действуют в отношении наркотических средств.

Так за употребление курительных смесей, внесенных в перечень запрещенных, согласно ст. 6.9 КоАП РФ задержанному, грозит административный штраф в сумме от 4 до 5 тыс. рублей либо административный арест до 15 суток.

«ВЕСЕЛЯЩИЙ ГАЗ»- закись азота

Наркодавление на российскую молодежь не ослабевает, и изобретательности торговцев смертью нет предела.

После введения рецептурного отпуска кодеиносодержащих препаратов с 1 июня 2012 проблема дезоморфиновой наркомании стала не такой острой как была, уменьшилось» число притонов, снижается число тяжелых наркоманов, употреблявших крокодил».

Все полагали, что лето 2012 пройдет более спокойно, но этого не произошло. Страну накрыло облако «веселящего газа» -закись азота.

Закись азота-медицинский препарат для наркоза, пищевая добавка, техническое средство – она стала рекламироваться в качестве легальной замены алкоголю и наркотикам, навязываться молодежи для пьяного веселья. (предложение опередило спрос).

Результаты не заставили себя ждать. Нарушения психики, нелепое поведение, отравления, несколько смертельных случаев-негативные медицинские последствия не остановили роста продаж.

Распространение немедицинского употребления закиси азота приобрело эпидемический характер.

Закись азота не предназначена для розничной продажи, поэтому это подпадает под статью УК.

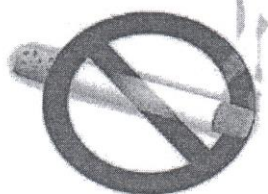
Ответственность за нахождение в одурманенном состоянии в общественных местах никто не отменял, так же как и ответственность за вовлечение несовершеннолетних в употребление одурманивающих веществ.

В настоящее время Правительство РФ решается вопрос о контроле за оборотом закиси азота на федеральном уровне. Однако это долгий и трудный путь.

Регулярно появляются новые вещества, представляющие угрозу здоровью нации, и не содержащиеся в Перечне наркотических средств и психотропных веществ, запрещенных к употреблению.

В связи с этим ФСКН России вышло с предложением о наделении Службы правом наложения временного запрета на оборот любого нового вещества, которое начинает представлять угрозу здоровью нации. За полгода такого запрета Минздравоохранения сможет подготовить свои заключения, и вещество либо вернется в свободный оборот. Либо к нему будут применены надлежащие меры контроля.

Здоровый образ жизни

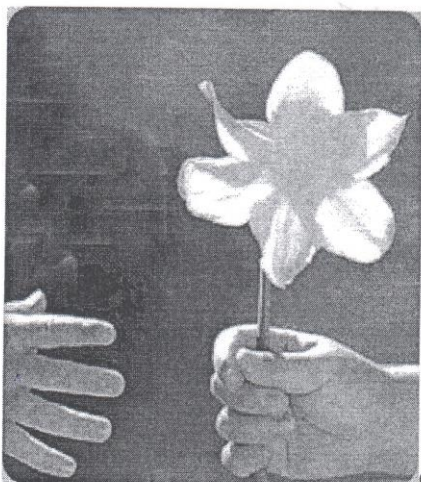


Здоровый образ жизни – понятие настолько обширное и разностороннее, что в одной статье его не охватить. Давайте просто попробуем разобраться, что же оно (это понятие) в себя включает и попытаемся уловить хотя бы самую суть вопроса. В последующих статьях мы подробно остановимся на каждом аспекте составляющих здорового образа жизни.

Итак, если мы курим, то о здоровом образе жизни говорить не приходится. Курение и здоровье не вяжутся между собой по определению и, если вы хотите обратить своё внимание на улучшение самочувствия, то немедленно бросайте курить! Сигареты на корню перечеркивают все предпосылки к здоровому образу, так что избавьтесь от них как можно скорее!

Алкоголь – не лучше сигарет, хотя умеренное его употребление может благотворно сказаться на вашем здоровье. Врачи советуют употреблять спиртное в мизерных количествах, дозировки называют разные, но все они приближаются к лекарственным дозам. Да, не как мы привыкли, а буквально наперсточные дозы! Только в таких дозировках алкоголь полезен для здоровья. В остальных же – вреден и опасен.

Табак и алкоголь отрицательно влияют на здоровье, это ясно. А что же ещё нам вредит? Плохое настроение, вот что стоит на третьем месте. Плохое настроение может свести на нет любое начинание на пути к здоровому образу жизни.



Старайтесь отслеживать все негативные эмоции, которые появляются у вас за день. Это трудно, но необходимо. Здоровый образ жизни базируется на исключительно положительных эмоциях, даже когда и веселится-то вроде бы нечему. Здоровыми людьми не бывают люди мрачные и злые, наоборот, у таких индивидов постоянно находятся всё новые и новые болячки. Болячки эти повергают ещё в большее уныние и так далее, без конца до самого конца. Не поддавайтесь грусти и скорби, будьте людьми весёлыми и жизнерадостными – это очень важный шаг к здоровому образу жизни.

Здоровое питание, оно очень важно. «Здоровое» - не значит обильное, скорее наоборот, следует недоедать. Организм человека так хитро устроен, что любое излишество отрицательно сказывается на его здоровье: будь то еда или что-то другое. Запомните: лучше недоедать, чем переедать!

Здоровая пища – это пища растительного происхождения, не содержащая в себе никаких консервантов. Любая добавка в продукт химических составляющих несёт в себе угрозу для вашего здоровья. Самая лучшая еда – это еда натуральная, та, что выросла на грядке или в поле, которая не подвергалась химическим воздействиям со стороны человека или иных сторонних сил. Про эти силы будет рассказано дальше.



Следующий фактор на пути к здоровому образу жизни – экология. Экология – это и есть те самые «сторонние силы», про которые говорилось в предыдущем абзаце. Вы скажете, что экология целиком и полностью зависит от человека и будет отчасти правы. Отчасти – потому что человек хоть и влияет отрицательным образом на экологию, но, всё же, не все его действия портят экологическую обстановку.

Чтобы иметь отменное здоровье, надо проживать в экологически чистом районе, где нет ни одного фактора загрязнения экологической обстановки. Такие районы найти трудно, но раз уж мы задались целью улучшить наше здоровье, то, приложив некоторые усилия, такие районы мы отыщем. Очень важно, чтобы рядом не было больших заводов и фабрик, не велась добыча природных ресурсов (полезные ископаемые, такие как нефть, уголь...). Также необходимо удостовериться, что поблизости напрочь отсутствуют залежи радиоактивной руды, особенно в открытом состоянии.

Радиация очень опасна для здоровья, даже если её показатели в норме. Норму эту никто точно определить не сможет, для этого необходимы дорогостоящие дозиметры, которые наверняка отсутствуют у местной администрации. Даже если дозиметры и есть, то их показания могут быть фальсифицированы явно или косвенно, на это также надо обращать внимание.



Здоровый образ жизни – штука достаточно дорогая и сложная. Но она окупается с лихвой, ведь здоровый человек способен вести достаточно продуктивную жизнь: у него с работой и работоспособностью всё в порядке, следовательно и заработок на высоте. Обладая здоровьем, можно горы свернуть и даже не заметить этого! Здоровье и ещё раз здоровье – вот главный лозунг, который должен присутствовать для каждого живущего на этой планете!

В здоровом теле здоровый дух – не даром древняя пословица дожила до наших дней в своём первоизданном виде. Имея здоровый организм, человек начинает и мыслить здраво, он смотрит на жизнь совсем другими глазами и радуется жизни на всю катушку. Ему не страшны депрессии и хандра, его здоровый образ жизни просто не принимает их в первооснове, человек весел и счастлив по определению – ведь он здоров!

Жить полноценной жизнью без **здоровья** невозможно. Больной человек не может иметь много денег, не может иметь счастливую семью, не может просто жить, как должен и мог бы. Для всего этого необходимо здоровье. И оно у вас будет, надо только захотеть этого и приложить некоторые усилия для овладения таким сказочным богатством, как **ЗДОРОВЬЕ**. Поверьте, это каждому доступно в той или иной степени.

Здоровый образ жизни – панацея от всех бед и неурядиц. Ведя его вы забудете раз и навсегда все те огорчения и перипетии, что встречались вам на вашем жизненном пути. Имея здоровье, вы раз и навсегда станете другим человеком и то, что вам не удавалось раньше, сейчас удастся с удивительной лёгкостью! Здоровье дорогого стоит!