

Памятка для подростков

Химические вещества, изменяющие состояние сознания



Составители: директор
Т. В. Барашихина,
педагоги-психологи
Тявокина О. Р., Шепова С. В.

(растительная вытяжка конопли),
экстази (синтетический наркотик).

4. Ингалянты. Попадают в
классификацию благодаря способу
употребления. Все вещества, которые
применяют путем распыления и
вдыхания паров. Чаще всего это
техническая или бытовая химия.

С точки зрения вреда от
употребления веществ, изменяющих
сознание, четкой классификации быть
не может, так как любое из них в
конечном итоге приводит к
нежелательным последствиям. Разница
только в том, насколько заметны для
человека негативные перемены,
происходящие в его организме и
психике. Как быстро происходит
привыкание, и какими последствиями
чревато употребление каждого из
веществ.

Восемь способов сказать «Нет»

- 1. Говори: «Нет, спасибо»**
- 2. Объясни причину отказа**
- 3. Повтори несколько раз**

свой отказ («заезженная пластинка»).

4. Уйди

5. Смени тему разговора

6. Избегай критических ситуаций (порой предвидя их). *Тебе знакомы места, где пробуют наркотики, ведут себя недостойно. Лучше не ходи туда, избегай таких мест.*

7. Используй так называемый «холодный душ»

– Ты чего вчера сбежал, побоялся выпить, покурить? Пойдем сегодня, попробуешь. Не обращая на него внимания, игнорируй его, уходи.

8. Сила в коллективе и в друзьях

Дружи и встречайся с теми, кто тебя понимает, кто поможет тебе в трудный момент, кто придет к тебе на помощь и поддержит тебя.

**Ваше здоровье в
ваших руках**

Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) даёт следующее определение: Наркотик – это вещество синтетического или растительного происхождения, которое может изменять нормальные функции организма и приводит к психической и (или) физиологической зависимости. Важно заметить: Вещество признаётся наркотиком, если оно соответствует трём критериям: медицинскому, социальному и юридическому.

ТЫ – УЖЕ ВЗРОСЛЫЙ

Ты, конечно, знаешь о наркотиках много, очень много. Родители выдыхают с ужасом: «Только не мой сын. Только не моя дочка». В школе регулярно проводят конкурсы плакатов, классные часы. А ты думаешь; «Достали уже. Я взрослый и сам все решаю». Конечно, ты уже взрослый, и никто не хочет тебе зла. А ведь оно рядом, оно не дремлет, и ты в опасности, если просто отмахиваешься от него. Не молчи, говори с нами, мы – твои друзья, мы хотим тебе помочь, хотим понять тебя, поддержать. Как люди становятся наркоманами? Ведь все видели ужасные фото и видео, где у жертв дешевых грязных наркотиков

гниют ноги, выпадают зубы и волосы, отказывают внутренние органы, слабеют память и интеллект и смещаются нравственные понятия, все слушают выступления представителей Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков, так почему же? «Все не так страшно, как нас пугают» - усмехаешься ты. Нет, страшно, очень страшно. Ты питаешься мифами, а это – самообман.



Классификация веществ, изменяющих сознание, включает в себя несколько условных групп. Для простоты понимания эти группы выделены по принципу воздействия и применения, хотя зачастую реакция организма на вещество может быть прямо противоположной, а сами вещества могут употребляться различными способами.

1. Стимуляторы. Вещества, активизирующие деятельность центральной нервной системы, способствующие усиленной выработке гормонов адреналина и дофамина. В эту категорию входят все виды амфетаминов, кокаин, ряд медицинских стимулирующих препаратов, а также никотин и кофеин.

2. Депрессанты. Субстанции, тормозящие деятельность ЦНС и головного мозга, такие как алкоголь, вещества группы опиатов, антидепрессанты.

3. Галлюциногены. Вещества, воздействующие на органы чувств, чаще всего на уровне слухового и зрительного восприятия. Галлюциногенным действием обладают некоторые виды растений. Из наркотических веществ к ним относятся ЛСД (на основе лизергиновой кислоты галлюциногенных грибов), каннабис