

Наркотикам - нет!

Информация по профилактике наркозависимости

Проблема наркоманий является одной из наиболее актуальных как для здравоохранения, так и для общества в целом. Это обусловлено тяжелыми медицинскими и социальными последствиями злоупотребления психоактивными веществами, среди которых на первом месте находятся характерные изменения личности.

Наркомания вызывает ряд социальных и медицинских последствий, отмечается низкий процент трудовой занятости, высокая частота криминогенного поведения и судимостей, нарушения семейных связей, повышенный суицидальный риск и высокую смертность больных наркоманиями.

Наркоманы являются группой высокого риска развития гепатитов, ВИЧ-инфекции.

Число больных наркоманией в Республике Беларусь ежегодно увеличивается.

Термином "наркомания" определяют группу заболеваний, вызываемых употреблением того или иного наркотика и определяющихся патологическим влечением к нему. Диагноз наркомании устанавливается на основании клинических признаков заболевания.

Статистика показывает:

45% начинают принимать наркотики из любопытства;

43% под влиянием друзей;

12% из желания убежать от проблем.

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.

Наркотическая зависимость носит более выраженный характер по сравнению с алкогольной. Очень быстро вытесняется все, быстрее наступает опустошенность. Круг общения сужается и охватывает в основном тех, кого

объединяет наркотическое пристрастие. Лица, злоупотребляющие наркотиками, стараются вовлечь в свой круг большее количество людей, препятствуют выходу из этой среды. Начинают проявляться характерные изменения личности по наркоманическому типу. Нарастают конфликты в семье, трудности в учебе или на работе. Больные становятся равнодушными по отношению к близким и своим обязанностям, безответственными, морально деградируют. Параллельно с личностным распадом развиваются серьезные нарушения на органном и психическом уровнях. Происходит ослабление первоначального действия наркотика, изменяется толерантность. Возрастающая потребность в увеличении дозы может повлечь за собой потерю контроля и смерть от передозировки. Наркотическая зависимость часто сопряжена с криминальной деятельностью.

Косвенные признаки употребления наркотиков и наркотической зависимости не абсолютны, но часто помогают в определении лиц, употребляющих наркотики. Наружность их не бывает совершенно ужасной. Если ориентироваться на внешние признаки, следует помнить, что они не подходят к наркоманам с небольшим стажем.

Среди косвенных признаков можно выделить следующие:

- длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки; неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения; отрешенный взгляд; часто - неряшливый вид, сухие волосы, отекающие кисти рук; темные, разрушенные, «обломанные» зубы в виде «пеньков»; осанка чаще сутулая; невнятная, «растянутая» речь; неуклюжие и замедленные движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта; явное стремление избегать встреч с представителями властей; раздражительность, резкость и непочтительность в ответах на вопросы;

- следы от уколов они обычно не показывают, но иногда их можно заметить на тыльной стороне кистей. Наркоманы со стажем делают себе инъекции куда угодно, и следы нужно искать во всех областях тела, не исключая кожи на голове под волосами, часто следы уколов выглядят не просто как множественные красные точки, а сливаются в плотные синевато-багровые тяжи по ходу вен.

Иногда общие для всех наркотиков признаки считают «вполне нормальным для подростка поведением», хотя это не совсем так. Вот они:

- нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями), сопровождающаяся учащением и увеличением времени «гуляний», у него падает интерес к учебе или к привычным увлечениям и хобби, родители узнают о прогулах школьных занятий, снижается успеваемость;

- увеличиваются финансовые запросы, и подросток активно ищет пути их удовлетворения (начинают пропадать деньги из родительских кошельков и ценные вещи из дома);

- появляются новые подозрительные друзья (но вначале молодой человек обычно встречается с весьма приличными на вид наркоманами) или

поведение старых приятелей становится подозрительным (разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении); настроение меняется по непонятным причинам (очень быстро и часто не соответствует ситуации).

Наркотики – это трагедия с первого раза, это мнимое удовольствие, приводящее к разрушению здоровья и личности. Доверительные отношения в семье, благоприятная психологическая обстановка, постоянное общение с родителями позволяют своевременно предотвратить интерес подростков к наркотикам. Регулярные занятия в школах по здоровому образу жизни и профилактике вредных привычек будут основой для правильных установок жизни.

Методы распознавания и признаки употребления наркотических средств и психотропных веществ

Большинство подростков знает, что употребление наркотиков причиняет вред их организму и может привести к гибели. Почему же они их употребляют? Чаще всего приобщение к наркотикам происходит в кругу друзей, когда в атмосфере приятельского общения подростки делятся своими желаниями или впечатлениями. Марихуану и некоторые другие наркотики нередко предлагают попробовать на вечеринках, когда новичку в этом деле трудно отказаться, чтобы не произвести впечатление человека неискушенного и слишком правильного. Многие подростки готовы в буквальном смысле подвергнуть риску собственную жизнь, если группа сверстников требует от них что-то сделать. *Такая потребность в общественном одобрении играет в большинстве случаев ведущую роль в ситуации приобщения подростка к наркотикам.*

Необходимо обратить внимание на симптомы эмоционального и физического характера, которые свидетельствуют об употреблении человеком наркотиков. Типичным признаком является воспаление век и носа. Зрачки или сильно расширены или сильно сужены в зависимости от того, какой вводится наркотик. Могут проявляться отклонения в поведении. Человек бывает заторможенным, угрюмым, отсутствующим или, наоборот, ведет себя истерически, шумно, проявляет чрезмерную подвижность. Аппетит может быть чрезмерно повышенным или совершенно отсутствовать. Может наблюдаться потеря веса. Происходят неожиданные изменения личностных особенностей. Человек может становиться раздражительным, невнимательным, пугливым или, наоборот, агрессивным, подозрительным, готовым взорваться по любому поводу. Появляется неприятный запах тела и изо рта. Проявляется небрежное отношение к личной гигиене и одежде. Могут возникнуть проблемы в системе пищеварения. Случаются поносы, тошнота и приступы рвоты. Часто болит голова и двоится в глазах. В числе других признаков физического разрушения организма можно назвать также изменения состояния кожного покрова (дряблая кожа) и общего тонуса организма. На теле можно обнаружить следы уколов, обычно они бывают на

руках: очень важный симптом! В эти места иногда попадает инфекция, и там появляются нарывы, язвы. Разрушаются представления о моральных ценностях, и они замещаются извращенными идеями.

Подростковый возраст – возраст становления. Подросток еще плохо знает окружающий мир, плохо знает самого себя. Он торопится жить. Он торопится войти в мир взрослых людей. Все хочет попробовать, обо всем хочет составить собственное мнение. Если добавить к этому массу новых проблем, от экономических до социальных, первые личные драмы и разочарования, то можно понять, почему именно подросток так уязвим для наркотиков. Результаты обследования школьников, употребляющих наркотики и алкоголь, показали, что *наиболее действенной причиной приобщения подростков к алкоголю и наркотикам является желание походить на своих друзей, знакомых, соответствовать своей группе сверстников.*

Существуют также факторы, которые удерживают подростков от употребления наркотиков даже в самой неблагоприятной обстановке.

К таким защитным факторам относятся:

1. Внутренний самоконтроль и целеустремленность подростка.
2. Привязанность к своим близким.
3. Возможность активного участия в значимой деятельности.
4. Успешность в овладении знаниями и умениями.
5. Признание и одобрение со стороны окружающих. Формирование ценностей, альтернативных наркотику.

Способы употребления наркотиков:

– *курят*: анашу, план, драп и все производные конопли (гашишная наркомания). Основными проявлениями гашишного опьянения у подростков являются аффективные перепады от безудержного веселья до мгновений страха и ужаса. Склонность к «эмоциональному заражению», потребность двигаться, общаться, высказываться;

– *колются*: ханка (или черняшка, как называют ее наркоманы), опиум, эфедрин и другие лекарственные препараты, ЛСД (диэтиламид лизергиновой кислоты), героин. Основные проявления: расширение зрачков, тахикардия, повышение артериального давления. Иногда возникают симптомы, напоминающие ОРЗ. При длительном применении развивается телесное истощение до дистрофического состояния, при применении ЛСД – галлюцинации;

– *токсикоманят*: хлорэтил, дихлорэтан, клей «Момент», «Ток», растворители и т. д. Однако токсикомания в меньшей степени, по сравнению с другими наркотиками, носит групповой характер. При данном опьянении имеют место сужение зрачков, торможение двигательных функций, быстрая смена настроения. Наркомания чрезвычайно активно способствует деградации личности и разрушению организма, а это, в конечном счете, дело не только самого наркомана, который живет среди людей и зачастую неизбежно становится источником серьезной опасности для окружающих.

Косвенные признаки употребления наркотиков и наркотической зависимости

Можно отличить наркоманов в уличной толпе по внешним признакам. Они не абсолютны, но все, же часто помогают. Вообще, наружность употребляющих наркотики не всегда бывает совершенно ужасной. Если Вы будете ориентироваться на внешние признаки, помните, что они не подходят к наркоманам с небольшим стажем:

Длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки.

Неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения.

Отрешенный взгляд.

Часто – неряшливый вид, сухие волосы, отекающие кисти рук; темные, разрушенные, «обломанные» зубы в виде «пеньков».

Осанка чаще сутулая.

Невнятная, «растянутая» речь.

Неуклюжие и замедленные движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта.

Явное стремление избегать встреч с представителями властей.

Раздражительность, резкость и непочтительность в ответах на вопросы.

После его появления в доме у Вас пропадают вещи или деньги.

Следы уколов наркоманы обычно не показывают, но иногда их можно заметить на тыльной стороне кистей, а вообще-то наркоманы со стажем делают себе инъекции куда угодно, и следы нужно искать во всех областях тела, не исключая кожи на голове под волосами. Часто следы уколов выглядят не просто как множественные красные точки, а сливаются в плотные синевато-багровые тяжи по ходу вен.

Косвенные признаки наркотизации могут быть специфичными для отдельных препаратов и общими, характерными для всех наркотиков. Что касается общих для всех наркотиков признаков, то они беспокоят внимательных родителей в первую очередь. Правда, иногда их считают «вполне нормальным для подростка поведением». Нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями). Часто она сопровождается учащением и увеличением времени «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками. Возможно, ребенок слишком поздно ложится спать и все дольше залеживается в постели с утра. Падает интерес к учебе или к привычным увлечениям и хобби, может быть, родители узнают о прогулах школьных занятий. Снижается успеваемость. Зато увеличиваются финансовые запросы, и молодой человек активно ищет пути их удовлетворения, выпрашивая деньги во все возрастающих количествах (если начинают пропадать деньги из родительских кошельков или ценные вещи из дома - это очень тревожный признак!). Появляются новые подозрительные друзья (но вначале молодой человек обычно встречается с весьма приличными на вид наркоманами) или поведение старых приятелей становится подозрительным. Разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении. Настроение

ребенка очень важный признак – меняется по непонятным причинам, очень быстро и часто не соответствует ситуации: добродушие и вялость в скандале или, наоборот, раздражительность в спокойной ситуации.