

# Умей сказать: «НЕТ»

Наркомания – тяжелое хроническое заболевание, которое приводит к множеству негативных последствий.

Если тебе предложат наркотики, сможешь ли ты отказаться? Как остановить тех, кто предлагает наркотики?



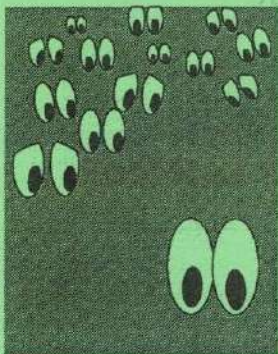
## ВОТ ВОЗМОЖНЫЕ ВАРИАНТЫ ОТКАЗА:

! Правильно мотивируй причину отказа:



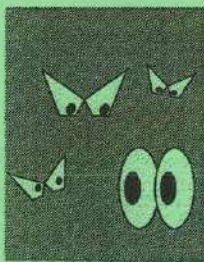
«Мне это не нужно»,  
«Я не хочу вредить здоровью»,  
«Для меня ценно мое здоровье»,  
«Мне это не нравится»,  
«Это опасно для меня»

! Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться. Распространители наркотиков очень изощрены, их задача получить прибыль, вовлекая все больше людей.



! Можно просто сказать «НЕТ» и уйти.

! Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.



! Умей избегать неприятных ситуаций. Старайся быть подальше от тех мест, где собираются наркоманы.

## НАРКОМАНИЯ КАК БОЛЕЗНЬ включает следующие синдромы и симпто.

### 1. Синдром измененной реактивности

Показывает, что в ответ на введение зифоризирующего (ЭВ), наступает качественно другая реакция, чем у организма, т.е. это показатель привыкания всех органов

- а) изменяется толерантность - увеличивается доза ЭВ;
- б) изменяется форма потребления - возникает способность ежедневно потреблять большие дозы;
- в) изменяется форма опьянения - меняется эффект от приема

### 2. Синдром психической зависимости

Психическое благополучие зависит от присутствия в организме ЭВ

- а) навязчивое влечение - желание принять наркотик;
- б) психический комфорт в интоксикации - т.е. вне приема удовольствия.

### 3. Синдром физической зависимости

Физическое благополучие зависит от присутствия в организме ЭВ

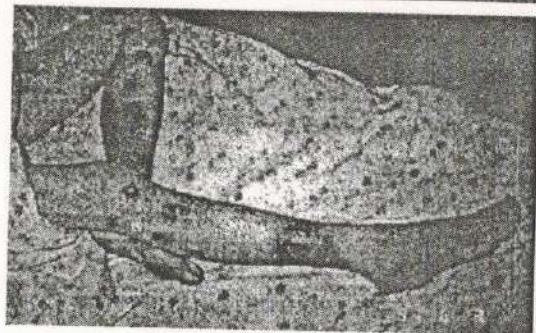
- а) неудержимое влечение - по интенсивности превышающее жажды и голода;
- б) физический дискомфорт в интоксикации - т.е. вне приема ЭВ внутренних органов нарушена;
- в) абстинентный синдром - при обрыве ЭВ наступает полон функций: боли, нарушения сна, жжение, тошнота, рвота...

Я, Ира, мне 20 лет. Сижу на игле 4 года.

Я не покажу Вам лицо, мне стыдно и больно, что я сижу перед Вами. Когда я стала колоться, мне казалось, что я умная, всех обхитрила, ведь у меня чистые вены на руках. Но это длилось недолго, меня стало ломать, и родители догадались. Они увидели мои гнилые ноги. Какой это был удар!

Мама слегла - инфаркт. Отец стал пьяницей. Но меня и это не останавливало, я продолжала колоться, обманывать и, конечно, тащить из дома вещи, чтобы уколоться. Я дошла до такого дикого состояния, что стала предлагать младшей сестре уколоться... будет хорошее настроение и весело.

За эти годы я потеряла все и всех. А так хочется жить по-человечески.



Меня зовут Наташа, мне 21 год. Но я уже наркоманка с 5-летним стажем. В старших классах я уже курила анашу, но со временем потянуло на что-то сильное. И мы с подружкой решили попробовать героин. Купили шар «баксов» (мама с папой у нас при деньгах).

Сначала нюхали, а потом присели на иглу. Шатались по барам, клубам, врал, что ходили заниматься, хотя институт уже давно забросили.

Когда все открылось, было уже поздно, для моих родителей это была трагедия. Я была наркоманкой и уже не могла жить без наркотиков. На меня страшные язвы, колюсь чем попало, лишь бы поймать кайф, так как жизни мне уже больше ничего не надо, да и я ни кому не нужна...



# Десять причин НЕ УЛЕТАТЬ

**Элвис Пресли**  
Король рок-н-ролла. Бархатный голос сводил с ума девушек всего мира, внешность – завораживала. Мировая известность, куча денег – он имел все... Но зависимость от наркотиков сделала свое дело: он сильно растолстел, нервы истощились. Элвис умер в 1977 году от сердечного приступа.

**Джим Моррисон**  
«...он употреблял время от времени кокаин и по-прежнему много пил...», «его нашли в ванне...» Так закончил жизнь лидер великой группы DOORS, обогатившей рок-музыку, оставив в наследство новое направление – психоделический блюз.

**Курт Кобейн**  
Лидер культовой группы НИРВАНА. Создатель нового течения в рок-музыке гранжа. Идол своего поколения, и он шагнул в эту пропасть. «...За две недели до самоубийства Курт крепко подсел на наркотики... Курт пытался «вылечиться» от болей в желудке, увеличивая дозу героина и кокаина». Он застрелился...

**Джимми Хендрикс**  
Великий гита-рист и блюзмен, умер от передозировки наркотиков.

Известный американский актер-комик **Джон Белуши** – умер от дьявольской смеси героина с кокаином.

Подготовила Юлия СЕСИНА

1. Ты уже взрослый, чтобы тебе ни говорили окружающие. Хотя часто тебе хочется ни за что не отвечать и оставаться в люльке.

2. Неприятности случаются у всех. И только прыщавые подростки чаще других решают, что они в тупике.

3. Прятаться от реальности при помощи химии – порошков, таблеток, жидкостей и дыма – признак слабости и недоразвитости.

4. Вокруг масса интересного, и если ты не видишь ничего, сними с головы кастрюлю или прочисти мозги.

5. Среди конченных уродов, которые тебя окружают, масса классных ребят и девчонок –

стоит только взглянуть на них с другой точки зрения.

6. Тебе лет через пятнадцать очень пригодится здоровье, которое сейчас можно запросто потерять из-за какого-то там клея.

7. Тебе еще надо что-то решать с работой, чтобы не просить у родителей деньги.

8. У тебя светлые мозги, и тебе вовсе не обязательно травить их и пудрить всякой дрянью.

9. Вместо спирта – спорт. Хочешь адреналина – скатись с горы.

10. Тебя все любят.

Газета «Ты»

ОАО «СТТ». Зак. 5115 – 2008, тир. 3500

Употребление наркотических средств представляет для ныне живущих и грядущих поколений не менее страшную опасность, чем эпидемия чумы, опустошавшие в предыдущие века целые страны.

Что делает возможным существование такого уродливого явления, как наркомания?

Чаще всего употребление наркотических веществ начинается в молодом возрасте, причем основным мотивом, толкающим молодежь к наркотику, являются любопытство и подражание, а иногда боязнь насмешек и упреков «опытных» знакомых.

Наркомания развивается стремительно. Невозможно заметить, как баловство превращается в рабскую зависимость человека от наркотика. Вскоре приходит и неминуемая расплата – упадок сил, бессонница, потеря аппетита, исхудание. Гнилые зубы, преждевременное облысение, желтушно-серая кожа, лицо с рваными морщинами – типичный портрет молодого наркомана.

Прием наркотика обязательно приводит к изменению психики человека. Наркоманы становятся грубыми, эгоистичными. Исчезает интерес к прежним увлечениям, близким друзьям, родственникам.

Наркоманы неуживчивы и трудны в общении. Все их помыслы направлены лишь на добычу и прием наркотика.



Мучительная потребность любым способом добыть наркотик толкает его на различные проступки и преступления.

Исход болезни – тяжелая инвалидность и преждевременная смерть.

Среди тех, кто употребляет наркотики, отмечается очень высокая смертность. Наркологам редко приходится видеть наркомана-старика, поскольку не то что до старческого, но даже и до среднего возраста наркоманы не доживают. Связано это не только с истощением организма, но и с частыми попытками самоубийства, передозировкой наркотика и развитием целого ряда сопутствующих заболеваний.

Наркоманы губят не только себя и своих близких, но и потомство, так как их дети рождаются с глубокими психическими и физическими уродствами.

Лечение следует начать как можно раньше, так как в противном случае требуются огромные усилия всего медицинского персонала и длительное время для возврата к жизни.

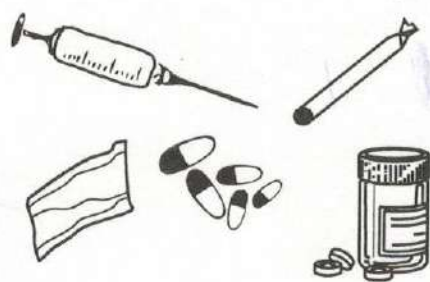
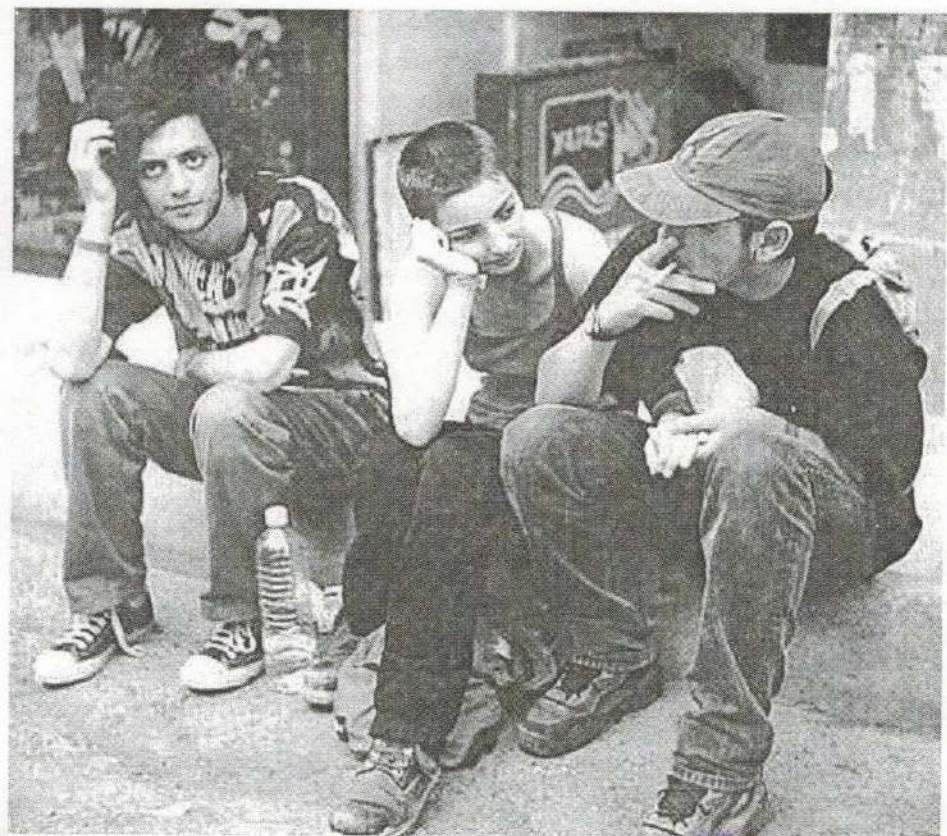
**ЮНОШИ И ДЕВУШКИ! ПОМНИТЕ:** Наркомания – это тяжелейшее заболевание, приводящее к серьезным расстройствам здоровья, инвалидности, распаду личности и смерти в молодом возрасте.

Даже однократный прием наркотиков может сформировать это заболевание.



областной наркологический диспансер

Наркомани Я



**Нет**

**такого падения,  
после которого  
нельзя**

**подняться!**



## **Наркомания: угрожающие состояния, смерть.**

### *Передозировка*

Является одной из главных причин развития угрожающих жизни наркомана состояний. Сейчас особенно часто встречается у злоупотребляющих наркотиками опиатной группы. Хотя не менее опасна для использующих кокаин, экстази и снотворные. Передозировка опиатов или снотворных вызывает остановку дыхания напрямую, без каких-либо дополнительных причин. Остановка дыхания в этом случае не является внезапной, она как бы «развивается» постепенно, то есть дыхание больного становится все менее глубоким и все более редким, «угасает». Внешне это выглядит так, как будто человек просто глубоко спит. Кожа в таких случаях очень бледная, холодная на ощупь; губы, кончики пальцев и ушей - синюшной окраски.

### *Гипертермия*

Существует состояние, которое развивается практически у каждого регулярно вводящего наркотики внутривенно. На наркоманском языке оно называется «тряска», или «трясучка». На медицинском - гипертермическая реакция, или гипертермия. Гипертермия возникает от того, огромная доза микробов попадает прямо в кровь вместе с раствором наркотика. Это значит, что при гипертермии (правда, очень редко) сепсис может возникнуть сразу, без предварительного тромбоза, абсцесса или флегмоны.

Если больной рассказывает Вам, что сразу после наркотика почувствовал себя не хорошо, а наоборот, плохо - появились сильный озноб, недомогание, слабость, ломота в суставах, тошнота, головная боль - значит, он ввел себе «пропавший» раствор, и у него гипертермическая реакция.

### *Тромбофлебит*

**Тромбофлебит** - воспалительный процесс внутри вены. На поврежденной инъекцией стенке вены образуется тромб из клеток крови, и микробы попадают внутрь этого тромба уже при его образовании. Затем они начинают размножаться (а чего бы им не размножаться - тепло, и пища есть, а иммунитета нет). В результате отток крови из конечности по этой вене прекращается, и рука (или нога) больного сильно отекает. Поскольку процесс сопровождается воспалением, конечность становится красной и горячей на ощупь. Покраснение кожи и боль распространяются прямо по ходу вены. Если больного не лечить, инфекция начинает разноситься по кровеносным сосудам. Результат - сепсис. Есть еще одна опасность непосредственно от тромбоза: если это поражение бедренной («паховой», как ее называют наркоманы) вены, то дело может кончиться ампутацией конечности. Кроме этой вены путей оттока из ноги практически не существует, и полное прекращение циркуляции крови в ней сопровождается некрозом (отмиранием) тканей нижней конечности.

### *Абсцесс*

**Абсцесс** - органическое гнойное расплавление подкожной жировой клетчатки. Попавшие под кожу бактерии, не встречая сопротивления, начинают бурно размножаться, «переваривают» клетчатку и в результате образуется «мешочек», содержащий гной. Внешне абсцесс выглядит как очень болезненная, ярко-красная, отечная область в том месте, куда раньше был сделан укол. Обычно сопровождается повышением температуры тела. Если «мешочек» прорвется в глубже лежащие ткани, то будет флегмона, а если в кровеносный сосуд - сепсис.

### *Флегмона*

**Флегмона** - почти то же самое, что и абсцесс, только не в виде «мешочка», а в виде свободно распространяющихся по межмышечным промежуткам затеков гноя. Опасна, помимо возникновения сепсиса, гнойным расплавлением нервов, сосудов, мышц, костей и всего, что попадет ей на пути.

### *Сепсис*

Видите, в результате любого из гнойных процессов возможно развитие сепсиса. Сепсис - очень тяжелое состояние и очень опасное. В дальнейших условиях оно неизбежно приведет к смерти, да и в госпитальных условиях с ним крайне трудно бороться. Признаками сепсиса являются: выраженная слабость; высокая температура, которая то пропадает, то подскакивает до 39,5° С и выше; обильный пот; снижение кровяного давления. Могут быть необязательные признаки вроде сыпи по всей коже. Как правило, сепсис имеет «ворота инфекции» - те самые тромбозы, флегмоны или абсцессы, с которых все началось.



# СОПУТСТВУЮЩИЕ ПРИЗНАКИ

*Сопутствующие признаки — вещь очень серьезная.*

Итак, если вы нашли:

- папиросы "Беломорканал", "Казбек" или "Север", причем ваш ребенок раньше их не курил;
- половинки купюр по 100, 200 или 500 рублей;
- странного вида трубку, которая пахнет вовсе не табаком;
- закопченную ложку;
- фольгу или лезвие с частицами белого порошка или бурой грязи;
- шприц;
- таблетки димедрола...

**ТО СОМНЕВАТЬСЯ УЖЕ НЕ В ЧЕМ!**

## РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ВИДЫ НАРКОТИКОВ

- препараты конопли (анаша, марихуана, гашиш...)
- опиаты (героин, кодеин, "ханка", "химка"...)
- кокаин
- эфедрон
- галлюциногены (ЛСД, эрготамин, псилоцибин...)
- амфетамины (фенамин, первитин, "винт"...)
- экстази ("доллар", "солнышко", "дракончик"...)

## НАРКОТИЧЕСКОЕ НЕЗДОРОВЬЕ

*Общими признаками опьянения наркотическими или одурманивающими веществами являются:*

1. Внешний вид и поведение. В той или иной мере напоминает состояние алкогольного опьянения при отсутствии запаха алкоголя.

2. Изменение сознания. При изменении сознания утрачивается способность к целенаправленным действиям, распадается последовательная связь оценки происходящих событий, а окружающая среда воспринимается и расценивается неясно и нечетко. Опьяневший лежит или сидит, прислонившись к чему-нибудь, его конечности расслаблены, голова свисает на грудь. В ответ на обращение к нему опьяневший бессмысленно улыбается, что-то невнятное бормочет или, напротив, начинает раздражаться.

3. Изменение настроения. Сопровождается возникновением беспричинного веселого настроения, расторможенностью, чрезмерной болтливостью, дурашливостью. Повышенное настроение по мере уменьшения глубины опьянения, т.е., вытрезвления, сменяются подавленным, мрачным, тоскливым настроением, нередко со злобностью и агрессивностью к окружающим.

4. Изменение двигательной активности. Отмечается повышенная жестикуляция, неусидчивость. Например, опьяневший не может долго усидеть на стуле, он вскакивает, постоянно переступает ногами, руками трогает и передвигает различные предметы, лежащие на столе. Или же, напротив, индивидуум в состоянии наркотического опьянения вял, расслаблен, неподвижен, его тянет подремать. Он просит, чтобы окружающие оставили его в покое, и предоставленный самому себе, может быстро погрузиться в сон.

5. Изменение координации движений. Движения могут быть скованными или замедленными, а при некоторых нормах опьянения (снотворными, транквилизаторами, гашишем) - размашистыми, резкими, грубыми, неточными.

6. Изменение речи. Речь может быть ускорена. Подчеркнутая выразительность речи отмечается при злоупотреблении опиатами, эфедрином, гашишем. При других формах опьянения (снотворными, транквилизаторами, вдыхании паров летучих растворителей) речь чаще всего замедлена, невнятна, с нечеткой артикуляцией, словно у больного "каша во рту".

7. Изменение цвета кожных покровов. При опьянении гашишем, снотворными, транквилизаторами, средствами бытовой химии к лицу приливает кровь, оно становится красным, отмечается покраснение белков глаз. При опьянении опиумом, эфедрином кожные покровы лица и туловища неестественно бледные.

8. Изменение зрачков. При опьянении другими наркотическими и одурманивающими веществами зрачки расширены, реакция на яркий свет либо вялая, либо отсутствует.



# НАИБОЛЕЕ ХАРАКТЕРНЫЕ ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ:

## ОПИАТЫ

(морфин, промедол, героин)

- сонливость и заторможенность в дневное время;
- способность засыпать на непродолжительное время в любом положении и в любой ситуации;
- нарушения ритма и продолжительности сна;
- расслабленность сменяется оживлением с выразительной мимикой и жестиком; затрудненное дыхание;
- рассеянность и задумчивость перемежаются вспышками общительности;
- невнятная речь с растягиванием слов;
- сужение зрачков, отсутствие реакции на свет;
- изменчивость настроения вне связи с окружающим;
- стремление уединиться или наоборот - навязчивость;
- снижение болевой чувствительности к ожогам, порезам;
- снижение кровяного давления, пульса, частоты дыхания;
- снижение полового влечения, повышение риска почечных инфекций и хронических заболеваний мочеполовой системы;
- нарушение работы печени, подверженность гепатитам;
- бледность кожи;
- снижение температуры тела;
- снижение иммунитета.

При приеме морфина характерны желтушность кожи, резкое истощение, пигментные пятна и рубцы на локтевых сгибах и бедрах от инъекций.

Начальные симптомы «ломки» через 6-8 часов после последнего приема наркотика: раздражение, эмоциональное напряжение, чихание, слюноотечение, озноб, потливость, зевота, «гусиная кожа».

В интервале 48-72 часов усиливаются боли и судороги во всех мышцах, области сердца.

При остром отравлении наблюдаются спазмы желудочно-кишечного тракта, влажная и липкая кожа, нитевидный пульс, потеря сознания вплоть до комы.

## КАННАБИОИДЫ

(гашиш, марихуана)

- постоянная эйфория (повышенно радостное состояние), расслабленность;
- нарушение координации движений, головокружения;
- безудержная болтливость, быстрая речь скороговоркой, неадекватный безудержный смех;
- непредсказуемая смена возбужденного состояния на заторможенное и наоборот;
- изменение зрительного, слухового, обонятельного восприятия окружающего;
- отсутствие реального представления о времени и месте;
- расширение зрачков, отсутствие их реакции на свет;
- учащение пульса; повышение кровяного давления;
- опухшие и воспаленные глаза;
- колебания температуры тела;
- тошнота или сильный голод;
- ухудшение концентрации внимания;
- повышенная тактильная чувствительность (к прикосновениям);
- галлюцинации;
- хроническая усталость, быстрая утомляемость;
- постоянная потребность двигаться, разговаривать, принимать неестественные позы в состоянии покоя.

При остром отравлении марихуаной возможны бред, паранойя, беспокойство, сведение мышц, паника, нарушения мозгового кровообращения, затрудненная речь.

Характерны проблемы с памятью, все эффекты табакокурения (бронхиты, фарингиты, рак легких, отеки дыхательных путей).

Нарушаются способности к деторождению у обоих полов

## ПСИХОСТИМУЛЯТОРЫ

(кодеин, амфетамины, кокаин и другие)

- эйфория, состояние психического возбуждения, прилив сил, гнетущее беспокойство;
- повышение сексуальной активности, коммуникативности;
- нарушение аппетита и сна;
- потливость или озноб;
- галлюцинации; бред преследования с выходом в агрессию;
- расширение зрачков; резкое снижение зрения;
- истощение нервной системы, выражающееся в однообразном повторении слов или текстов,

# ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- нарушение походки и координации движений;
- необратимые изменения в половой сфере;
- состояния депрессии, с возможным выходом в суицид.

Прием больших доз вызывает покалывание кожи лица, резкое истощение, скрежетание зубов, тремор (дрожь), сильное сердцебиение, вердечные приступы, спазмы кишечника, разрушение легких, печени и почек.

Для курения «льда» (амфетамина) характерны ожоги пальцев.

## СНОТВОРНЫЕ И ТРАНквилизаторы

- аналоги алкогольного опьянения (оглушенность, нарушение походки и поведения, смазанная речь);
- резкая смена настроения;
- снижение частоты пульса и артериального давления;
- нарушения памяти;
- бессонница;
- судорожные припадки.

При продолжительном приеме наступает истощение печени и сердечной мышцы. Нарушаются дружеские связи, высок риск суицида.

## МЕТАДОН

- эйфория, психологический комфорт;
- сужение зрачков;
- потливость, зуд и покраснение кожи лица и тела;
- усиленное сердцебиение,
- сухость слизистых рта, носа, глаз;
- снижение чувствительности к боли;
- снижение памяти;
- расстройство сексуальной активности;
- нарушения деятельности кишечника, появление запоров;
- рост содержания сахара в крови и артериального давления.

## ГАЛЛЮЦИНОГЕНЫ

(ЛСД, мескалин, экстази и другие)

- разнообразные галлюцинации;
- искажение чувства времени и места;
- искажение восприятия звука и цвета;
- расширение зрачков;

- повышение артериального давления, учащение пульса;
- резкое ухудшение работы печени.

Резко изменяется психика. Периодически возникают состояния паники, появляется мания преследования, агрессивность и другие признаки, сходные с шизофренией. Пагубны последствия для генетического аппарата (повышается риск рождения детей с наследственными заболеваниями), нарушается сексуальная функция. Развиваются заболевания крови.

## ИНГАЛЯНТЫ

(летучие бытовые вещества - клеи, растворители, лаки, бензин)

- состояние возбуждения, выкрики;
- нарушение координации движений;
- бессмысленные поступки;
- нарушается работа печени и почек;
- расширение зрачков, понижение артериального давления, частый и неритмичный пульс.

При длительном применении нарушаются память и речь, задерживается умственное развитие.

## АНАБОЛИЧЕСКИЕ СТЕРОИДЫ

(применяются для наращивания массы тела)

- сильно изменяется внешность - увеличивается вес тела, редкуют и выпадают волосы, одновременно появляются на нетипичных участках тела, на коже появляются багрово-красные подтеки, лицо и шея отекают, сальные железы воспаляются, тембр голоса грубеет;
- нарушается психика: возрастает агрессивность, появляется склонность к жестокости и даже к насилию;
- настроение резко колеблется;
- нарушается сон, появляется склонность к депрессии;
- снижается способность к обучению, слабеет память;
- изменяется половая функция, вплоть до импотенции и бесплодия;
- развивается хронический гепатит.
- развивается склонность к суицидам.