

Дорога в «никуда»

ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

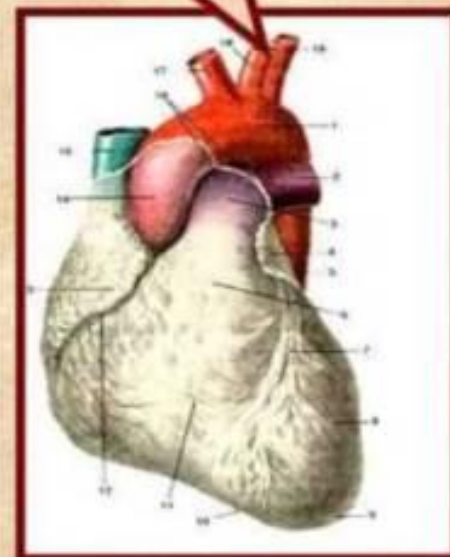
Зовёт нас
Родина-мать
убрать с Земли
наркодилеров рать!



Все наркотики обязательно повреждают: нервную систему (в том числе головной мозг); иммунную систему; печень; сердце; легкие.

Очень страдает при употреблении наркотиков сердце, потому что происходит общее отравление организма. Это ускоряет частоту сердечных сокращений, что приводит к перегрузке сердечной мышцы.

Отравление – частое сердцебиение, нарушение ритма, инфаркт.



Перегрузка быстро истощает ресурсы сердца. Кроме того отравление приводит к нарушению ритма в работе сердца. Пульс становится неровным, «выпадают» отдельные удары пульса.

Мамы и папы!

По возможности старайтесь чаще беседовать с детьми на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чем бы вы ни говорили с детьми, постарайтесь ненавязчиво дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности.

Если есть опасность приобщения к наркотикам вашего ребенка, необходимо немедленно принимать все меры против этого.

Будьте настоящим другом своему ребенку, если у него уже возникли проблемы с наркотиками, помогите ему принять решение, убедите обратиться за помощью!

Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик...



Помощь ребенку – это не разовая акция, а большая ежедневная работа на длительный срок.

Будьте другом своему ребенку.

Общение. Старайтесь быть инициатором, открытого доверительного общения со своим ребенком. И тогда вы сможете достичь самого главного – откровенности своего ребенка.



Умение слушать:

- быть внимательным к ребенку;
- уважительно относиться к его точке зрения;
- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка.

Важно знать, чем занят ваш ребенок. Иногда внешнее отсутствие каких-либо нежелательных действий скрывает за собой вредное занятие.

Проводите время вместе. Очень важно, когда родители умеют вместе с ребенком устраивать совместный досуг. Это обязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет простой поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или даже совместный просмотр телевизионных передач.

Дружите с его друзьями. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей, поддаваться чувству единения с толпой. Поэтому здесь необходим ненавязчивый контроль со стороны родителей

Помните!
Предотвратить беду гораздо проще, чем бороться с недугом...



Будьте здоровы!

**Сегодня модно быть
успешным, активным,
талантливым
и здоровым!**



*Учитесь управлять собой,
Во всем ищите добрые начала
И, споря с трудною судьбой,
Умейте начинать сначала.
Не злодействуйте. Не исходите злом.
Не радуйтесь чужой беде.
Ищите лишь добро везде,
Особенно упорно в тех, кто рядом.*

**УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ
ПРИВОДИТ К НЕОБРАТИМЫМ
ПОСЛЕДСТВИЯМ!**



**ОЧЕНЬ ВАЖНО УМЕТЬ
ВОВРЕМЯ ПОВЕРНУТЬ
ИЛИ ОСТАНОВИТЬСЯ...**

**СПОРТ
КРАСОТА
ЗДОРОВЬЕ**

ВАЖНЫЕ ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ

- Принимай правильные решения по вопросам интимных отношений, половой жизни и употребления наркотиков, и твердо придерживайся таких решений.
- Всегда прогнозируй результаты своих поступков.
- Умей распознать ситуацию с высоким риском для жизни.
- Помни: ни одна вещь не стоит того, чтобы ради нее рисковать своим здоровьем и безопасностью.
- Чувствуй разницу между смелостью и глупостью. Задавай себе вопрос «А как это пригодится мне в жизни?»
- Умей спокойно встречать отказы, запреты, преодолевать трудности, стрессы, неприятности.
- Будь уверенным и независимым, но знай, где и как просить помощи и поддержки.
- Управляй собой и своим поведением, умей правильно выражать свои чувства.



Правда и мифы о наркотиках

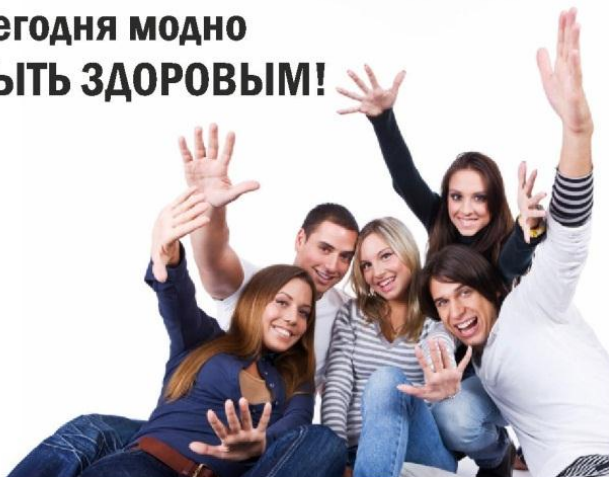
МИФ

Наркотики раскрашивают краски серые будни, привносят в жизнь что-то новое, необычное.

ПРАВДА

Однако это только в самом начале и очень мгновенно.... Чем дальше, тем больше жизнь перестает быть радужной картинкой. Начинаются проблемы – где взять денег, чтобы купить очередную дозу. Веселье и новизна ощущений исчезают. Приходит, озлобленность, агрессия, депрессия....

**НАРКОТИКИ - это уже не круто.
Сегодня модно
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



Правда и мифы о наркотиках

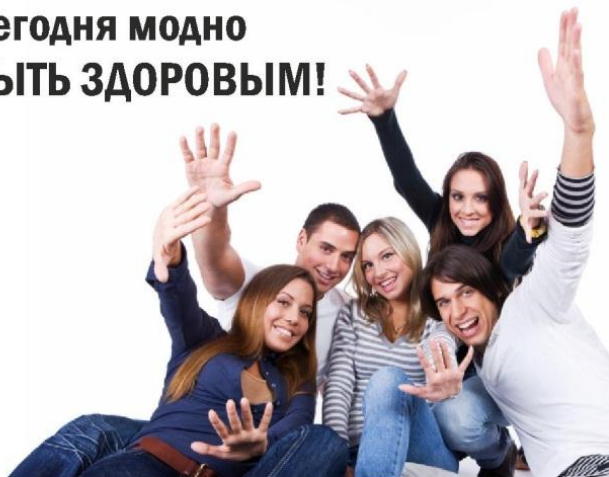
МИФ

Наркотики помогают справиться человеку с жизненными проблемами, конфликтами с родителями, пустотой, неуверенностью в себе и в завтрашнем дне.

ПРАВДА

Человек вместо того, чтобы решать сложные вопросы, устраняется от них, позволяя событиям развиваться самостоятельно. А в реальности еще и другие проблемы присоединяются – это как снежный ком, все к одному.... Таким образом, проблемы только усугубляются.

**НАРКОТИКИ - это уже не круто.
Сегодня модно
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



Правда и мифы о наркотиках

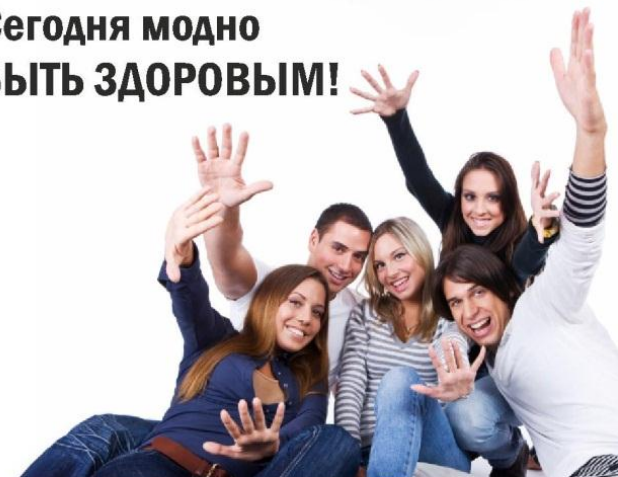
МИФ

Существуют «легкие» наркотики и они совершенно безопасны.

ПРАВДА

Наркологи не разделяют наркотики по степени легкости. Тяжелые последствия для человеческого организма вызывает любое наркотическое вещество, все дело во времени. Любой наркотик вызывает привыкание и делает человека своим рабом. К тому же **срок за хранение и распространение любых наркотических средств одинаковый.**

**НАРКОТИКИ - это уже не круто.
Сегодня модно
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



Дорогие папы и мамы!

Мы, дети, растем, и растут вместе с нами вопросы, которые задаем вам и всему миру взрослых:

- Что такое наркотики?
- Как они меняют состояние здоровья?
- Как развивается зависимость?
- Зачем люди их употребляют?
- И почему не употребляют?
- И как нам сделать правильный выбор?

Признаки и симптомы употребления наркотиков

- бледность кожи
- расширенные или суженные зрачки
- покрасневшие или мутные глаза
- замедленная речь, плохая координация движений



- следы от уколов
- шприцы, маленькие ложечки, капсулы, бутылочки
- нарастающее безразличие
- уходы из дома и прогулы в школе
- ухудшение памяти
- невозможность сосредоточиться
- бессонница
- частая и резкая смена настроения
- неряшливость



Как же уберечь наших детей от этого зла?

Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.

- Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте,



свой первый контакт с алкоголем, табаком.

- Умейте слушать. Поймите, чем живет ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.
- Не говорите категорично, задавайте вопросы, выражайте свое мнение.
- Предоставьте ребенку знания о наркотиках, не избегая разговора о положительных моментах удовольствия от них, ведь вам необходимо помочь сделать ему правильный сознательный выбор между непродолжительным удовольствием и необратимыми длительными последствиями.
- Научите ребенка говорить НЕТ. Важно, чтобы он в семье имел это право, тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.
- Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- Учите ребенка, как решать проблемы, а не избегать их.

Наркотики – это вещества, употребление которых приводит к физической и психической зависимости. Это опий, гашиш, снотворные средства, стимуляторы центральной нервной системы и др.

Порядка 70% ВИЧ инфицированных больных получили смертельный вирус вследствие употребления наркотиков.

Приобщение к наркотикам чаще всего происходит из любопытства. Этим увлекаются подростки из числа тех, кто безразличен к учебе, к труду, ведет беззаботную жизнь. Молодые люди употребляют наркотики, не зная страшных последствий разрушающего действия на здоровье.



В ЧЁМ ВРЕД НАРКОМАНИИ?

- Организм начинает разрушаться, сгорают нервные клетки, снижаются защитные реакции организма. Наркотики вызывают предраковые процессы в лёгких, атрофию мозга, разрушают кровь.
- Идёт общая деградация личности в 15-20 раз быстрее, чем от алкоголя.
- Наркоманы - потенциальные преступники: стремясь получить свою дозу наркотика, часто прибегают к насилию, преступлению.
- Наркоманов преследуют навязчивые идеи, чрезмерная раздражительность. Часто наркоманы прибегают к попытке покончить с собой.

Даже разовое употребление наркотиков вызывает необратимые изменения в организме, причём, чем младше по возрасту человек, тем изменения их более губительны. Кстати, по мнению наркологов, разовым употреблением наркотиков ограничиваются немногие. Большинство людей втягиваются и становятся зависимыми. Вред наркотических веществ возрастает пропорционально частоте их употребления.

За последнее десятилетие в пересчёте на 100 тысяч населения в Беларуси в семь раз увеличилось количество наркозависимых.

