

**СБОРНИК
методических рекомендаций по профилактике
психоактивных веществ среди детей и молодежи**

Оглавление

1 РАЗДЕЛ. Психоактивные вещества, наиболее часто употребляемые подростками и молодежью

1.1 Отравления ядовитыми веществами.....	3
1.2 НАСВАЙ.....	6
1.3 СПАЙС.....	9
1.4 Токсикомания.....	11
1.5 Марихуанна.....	13
1.6 Веселящий газ.....	17

2 РАЗДЕЛ. Рекомендации для специалистов и родителей

2.1 Методические материалы для сотрудников медицинских и образовательных учреждений.....	19
2.2 Памятка для родителей и педагогов.....	25
2.3 Как узнать, употребляет ли ребенок наркотики.....	28
2.4 Как пробиться через механизмы психологической защиты ребёнка.....	36
2.5 Когда каждая секунда на счету.....	39
2.6 Подростку о названии.....	42

3 РАЗДЕЛ. Беседы со школьниками по профилактике наркомании

3.1 Содержание бесед для младших школьников.....	43
3.2 Содержание бесед для среднего звена.....	54
3.3 Содержание бесед для старшего звена.....	70

Список используемых источников.....	78
-------------------------------------	----

ПРИЛОЖЕНИЕ (полезные Интернет-ссылки).....	79
--	----

1 РАЗДЕЛ. Психоактивные вещества, наиболее часто употребляемые подростками и молодежью

1.1 Отравления ядовитыми растениями

Отравления беленой черной, дурманом и красавкой

Белена черная, дурман и красавка принадлежат к одному семейству пасленовых и имеют существенное сходство как во внешнем виде, так и в картине вызываемого ими отравления. Ядовитым началом в этих растениях являются алкалоиды гиосциамин (атропин) и скополамин (гиосцин), которые блокируют парасимпатические нервы. Ядовитым является все растение. Отравление беленой возможно либо при употреблении молодых сладких ростков (апрель - май), либо при поедании семян, напоминающих маковые. Отравление дурманом также бывает при поедании семян. Отравление же красавкой чаще всего связано с употреблением ягод, очень похожих на дикую вишню. Одно из народных названий этого растения - «пьяная вишня».

Картина отравления очень характерна. Прежде всего, обращает на себя внимание острое психомоторное возбуждение с галлюцинациями, бредом, иллюзиями, сильнейшей двигательной активностью. Кожа больных красная, сухая, глаза блестящие, с расширенными зрачками. Реакция на свет отсутствует. Пульс очень частый - иногда до 150-200 ударов в 1 мин, кровяное давление умеренно повышено, температура тела субфебрильная. Слизистые оболочки сухие, отчего больной жалуется на затруднения глотания и потерю голоса. Постоянными являются нарушения зрения - двоение в глазах, невозможность видения на близком расстоянии. Исход отравления, однако, обычно благоприятен для жизни. Смерть может наступить при явлениях острой сердечной слабости. Галлюциноз, нарушения зрения и запоры могут продолжаться в течение нескольких дней и даже недель.

Сходная картина наблюдается при отравлении лекарственными средствами, содержащими атропин и скополамин, а также при отравлении пантерным мухомором.

Лечение

Необходимо срочно промыть желудок пострадавшего и вызвать «скорую помощь». При большинстве отравлений растительными ядами он промывается слабо-розовым раствором марганца или водой.

Если же яд попал на кожу или слизистые, то пораженный участок необходимо обильно омыть водой.

При высокой температуре тела - холод на голову, обертывание влажными простынями.

Берегите детей! Постоянно напоминайте им, что среди растений есть очень опасные, рассказывайте об этих растениях, предупреждайте, что незнакомые цветы и травы нельзя пробовать на вкус!

Уничтожайте заросли сорняков, особенно вблизи детских учреждений, жилья и в тех местах, где чаще всего играют дети.

БЕЛЕНА ЧЕРНАЯ



Белена чёрная в народе называется бешеной травой, и не случайно если человек вел себя не как обычно, говорили, что он белены объелся. Растение очень ядовито и вызывает у людей безумие. Белена издаёт неприятный запах, которого избегают животные, но человек этого запаха не чувствует.

Растет белена на заброшенных пустырях, у обочин дорог, в канавах, около жилья.

Если вдохнуть дым от семян белены, он вызывает состояние необычайного возбуждения, гнева, блаженства и полёта, также начинается непроизвольное мочеиспускание, появляются галлюцинации и может наступить смерть. Человек

погибает от паралича дыхания. В очень малых дозах белена успокаивает, в больших – возбуждает. Известны случаи отравления мёдом, собранным с белены и мясом зайцев, которые питались беленой.

Описание: двулетнее растение семейства пасленовых. В первый год образует розетку из прикорневых крупных яйцевидных или продолговатых листьев. На втором году вырастает ветвистый стебель высотой 20-115 см. Стеблевые листья продолговатояйцевидные, выямчатоперистонадрезанные, мягкие, покрытые клейкими беловатыми железистыми волосками, с неприятным одурманивающим запахом. Прицветные листья продолговатые, почти цельные, цветки довольно крупные, с воронковидным грязно-желтоватым венчиком длиной 2-4,5 см и колокольчатой чашечкой. Плод - кувшинчатая коробочка длиной 21-32 мм, открывающаяся наверху крышечкой, заключенная в отвердевшую чашечку с растопыренными наверху зубцами. Семена мелкочаеистые, буровато-серого цвета. Цветет со второй половины мая до августа, плодоносит в июне-августе.

Состав: алкалоиды – атропин, скополамин, гиосцин и гиосцинамин. Последние два для человека смертельны. А также гликозиды – гиосципикрин, гиосцерин, гиосцирезин. В семенах содержится жирное масло, в состав которого входят олеиновая кислота, линолевая кислота и ненасыщенные кислоты. Также белена содежит сахар, белковые вещества, камедь и др.

Применение: в очень малых, строго установленных дозах вещества, входящие в состав белены, используются в фармацевтической промышленности при изготовлении некоторых лекарств. Препараты белены (в том числе астматол) отпускаются в аптеках только по рецепту врача в виду их особой токсичности. Ни в коем случае, не применяются для лечения детей или беременных!

Противопоказания: по причине смертельной ядовитости белены, не рекомендуется проводить эксперименты с употреблением её внутрь.

При отравлении сначала возникают сухость в полости рта, покраснение кожных покровов, затем сыпь, жажда, тошнота и рвота, нарушение сердечной деятельности, судороги и, наконец, психическое расстройство. Проявляются симптомы весьма быстро: от 10 мин. до 15 ч.

Если несчастье произошло, немедленно доставьте пострадавшего в больницу, чтобы успеть сохранить здоровье: там примут необходимые меры, чтобы как можно скорее удалить из организма яд. Если до больницы далеко, вызовите врача и до его прихода с этой же целью как можно больше поите ребенка теплой водой и добейтесь у него рвоты, а также рекомендуется съесть 1 кофейную ложку молотых зёрен кофе. Медицина обязательно поможет.

ДУРМАН ОБЫКНОВЕННЫЙ



Дурман обыкновенный – свое название растение получило из-за галлюциногенных свойств. В народе его еще называют *шаленая трава, дурнопьян, трава колдунов*. Растение имеет неприятный, одурманивающий запах, особенно, если его трогать. А приложение к вискам масла из семян вызывает галлюцинации.

Растет на огородах, пустырях, свалках и мусорках. Многие используют его как декоративное растение, но это очень опасно – дурман очень ядовит!

Описание: высокое (до 1м) травянистое растение рода пасленовых. Он достаточно кустистый с прямостоящим, толстым стеблем. Цветки одиночные, крупные, белые, пахучие. Цветет растение в июне-августе. Плод – крупная яйцевидная коробочка, покрытая шипами. При созревании открывается на четыре створки.

Ядовито полностью все растение, но больше всего ядовиты плоды, в состав которых входят алкалоиды – вещества с спазмолитическими свойствами.

Признаки отравления дурманом обыкновенным

Чаще всего отравление наступает при потреблении растения в пищу, особенно опасны семена – там концентрация яда максимальная. Условно отравление можно поделить на несложное и тяжелое. При несложном наблюдается сухость во рту, расстройство речи и глотания, расширение зрачков, нарушение ближнего зрения, боязнь света, бред, галлюцинации и возбуждение. При тяжелом отравлении возможна потеря ориентации, резкое двигательное и психическое возбуждение, судороги. Иногда возможна потеря сознания и развитие коматозного состояния.

Первая помощь при отравлении дурманом обыкновенным

Для оказания первой помощи при отравлении дурманом нужно промыть желудок (лучше слабозаваренным чаем с высоким содержанием танина). Дать 10-15 таблеток активированного угля (с расчета две таблетки на 1кг веса) и сердечных капель. При необходимости вызвать рвоту, повторно промыть желудок и дать лекарства. Если улучшение не наступает в скорейшем времени доставить пострадавшего в больницу.



КРАСАВКА, БЕЛЛАДОННА



Красавка относится к многолетним растениям семейства пасленовых, произрастает в лиственных и смешанных лесах, в зарослях. Цветет в мае — июне. Все части растения (свежего и высушенного) ядовиты, особенно семена. Отравление может наступить при попадании яда в организм через кожу и особенно конъюнктиву глаз. У детей тяжелые отравления, иногда заканчивающиеся смертельным исходом, могут наступить после употребления 2—3 ягод, а у взрослых — 15—20 ягод.

Активным компонентом растения является алкалоид атропин, который оказывает психотропное, нейротоксическое, холиноблокирующее действие на организм, способствует возбуждению центральной нервной системы.

Признаки отравления

Симптомы отравления появляются через 10 минут или несколько часов после попадания отравляющего вещества в организм человека.

Возникают сухость во рту, жажда, тошнота, рвота, сухость слизистых оболочек, нарушение функций слезных и слюнных желез, расстройство глотания, хрипота или осиплость голоса, покраснение кожных покровов, расширение зрачков, нарушение аккомодации, задержка мочеиспускания, расстройство перистальтики кишечника, запоры, учащенная сердечная деятельность и аритмия, повышение температуры тела.

Со стороны нервной системы наблюдаются: нарушение психомоторной деятельности, характеризующееся беспокойством, двигательным возбуждением. При тяжелых отравлениях наступает чувство страха, нарушение координации движений, судороги, нарушение памяти, дыхательная недостаточность и недостаточность кровообращения, дезориентация, зрительные и слуховые галлюцинации, потеря сознания. Первая помощь — такая же, как при отравлении беленой.



1.2 НАСВАЙ

Насвай (или как его еще называют насыбай, нос, нас) — содержит в своем составе табачную пыль, относится к тому же наркотическому виду как и обычная сигарета, т.е. слабый наркотик. Помимо табака в состав насвая входят гашёная известь, растительное масло, зола растений и др. Известь совместно с золой добавляются в насвай для более быстрого всасывания никотина через капилляры ротовой полости. Насыбай чаще всего можно встретить в виде мелких скатанных шариков зеленого цвета. Иногда в состав насвая добавляют различные пряности и ароматизаторы. А иногда даже коноплю, кизяк или куриный помет. Для достижения психотропного эффекта.



На сегодняшний момент насвай распространяется с невероятной силой по стране. Приезжие с восточно-азиатских стран привозят насвай мешками, там он продается просто на рынках, и распространяют его здесь. Насвай получил большую популярность среди школьников и спортсменов школьного возраста, которым тренеры запрещают курение обычных сигарет. Для школьников огромным плюсом считается его низкая стоимость, она ниже,

чем цена сигарет. К тому же среди школьников бытует мнение о том, что с помощью насвая можно бросить курить. Бросая курить с помощью насвая, школьники начинают употреблять его в таких же количествах, а то и больших, как и обычные сигареты. Родителям порою становится очень сложно распознать, употреблял ли их ребенок насвай или нет. Если в случае с сигаретами все более или менее понятно, имеется запах изо рта, от рук и одежды. То с насваем нет никаких видимых признаков его употребления, эффект длится около десяти минут.

Употребление насвая

Насвай употребляют орально – кладут в рот под губу тот самый маленький зеленый шарик. Шарик начинает растворяться в слюне, которую стимулирует к обильному выделению гашеная известь. Эту слюну ни в коем случае не рекомендуется глотать, потому что, она может привести к серьезным последствиям для желудка и желудочно-кишечного тракта. Так же нужно вспомнить условия в каких изготавливалась данная смесь, никто не контролировал там санитарные нормы. Поэтому в том, что могут проглотить «закидывальщики» насвая, может присутствовать целый набор инфекционных заболеваний. И все равно после употребления насвая начинается понос, тошнота и рвота. Всю гадость не удастся выплюнуть. Так же при попадании насвая на губы на них появляются волдыри в виде ожогов.

Растворяясь в слюне из насвая в кровь впитывается большое количество никотина, которое содержит табачная пыль. Именно с этим связана пропадание желания курить после употребления насвая. Может возникнуть легкое головокружение, покалывание в руках и ногах, помутнения зрения. Продолжительность «кайфа» около 10 минут.

При довольно долгом и частом его употреблении этот вид наркотика несет за собой тяжелые последствия для «насвайщика». Очень быстро развиваются такие заболевания как рак губы, рак языка и рак гортани.

Последствия после употребления насвая

Самое основное это никотиновая зависимость. Если раньше это были сигареты, теперь насвай. Содержание никотина в нем больше чем в обычной сигарете.

Насвай причина заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Насвай причина ухудшения состояния зубов. Кариес, пародонтоз, периодонтит, пульпиты – это все спутники насвая.

Насвая является главной причиной возникновения злокачественных опухолей слизистой ротовой полости.

Не редко в насвай подмешивается дополнительный «ингредиент», например, марихуана, эфедрин, кизяк. А значит риск перейти в дальнейшем на более тяжелые

наркотики увеличивается.

В странах «производителях» насвая нет его фабричного производства, т.е. его изготавливают в домашних условиях. А если это домашние условия, значит никто не несет ответственности за то что туда подмешали и каким образом. В насвае не редки случаи обнаружения таких инфекционных заболеваний как гепатиты и туберкулез.

Тезисы о насвае:

- Насвай вызывает никотиновую зависимость, а это значит, что организм человека будет постоянно требовать насвай или человек станет курильщиком.
- Никотин вызывает сужение всех сосудов из-за чего мозг, сердце и другие органы начинают испытывать кислородное голодание. Под действие никотина стенка сосудов истончается и может развиться инсульт. Сердце употребляющего насвай работает как у спортсмена, только из-за суженых сосудов не получает достаточно кислорода, а это приводит к постепенному износу сердечной мышцы и развитию инфаркта.
- Насвай вызывает рак!
- Насвай вызывает заболевания зубов такие как: пародонтоз, кариес и др.
- Насвай вызывает гастрит и может приводить к язве желудка. Кроме того кустарный способ изготовления насвая не гарантирует чистоты продукта, поэтому инфекционные заболевания (например, гепатит) спутники употребляющих насвай.
- Нередко в насвай добавляют другие психоактивные вещества, поэтому может развиться зависимость от других веществ.
- Подростки употребляющие насвай не способны должным образом усваивать учебный материал, у них серьезные проблемы с памятью, постоянная растерянность.
- У подростков употребляющих насвай отмечаются изменения личности, нарушения психики.
- Подростки, которые стали регулярно употреблять насвай, вскоре могут перейти на более тяжелые наркотики.
- Потребители насвая страдают заболеваниями полости рта (пародонтоз, кариес и др.), кишечные инфекции, вирусные заболевания.
- У людей, которые употребляют насвай, отмечены нарушения в детородной функции (нарушается выработка спермы, сперматозоиды неактивные). По данным института медицинских проблем АН: Насвай приводит к бесплодию, и восстановить нарушенные детородные функции практически невозможно.
- Производители насвая для большей «привязки» покупателей часто добавляют эфедрин, эфедрон и др., а это приводит к еще большей зависимости. Помимо никотиновой зависимости развивается и другая химическая зависимость, которая как утверждают наркологи, лечится очень тяжело.
- Насвай нередко содержит в своем составе тяжелые металлы (кадмий, свинец), а это приводит к токсическому поражению печени и почек.

1.3 СПАЙС



Спайс (от англ. «spice» — специя, пряность) – разновидность травяной смеси, в состав которой входят синтетические вещества, энтеогены (растения, в состав которых входят вещества психотропного действия) и обыкновенные травы. Появились спайсы в начале 21 века в Европе и продавались под видом благовоний.

К эндерогенам можно отнести следующие растения: крathom - *mitragyna speciosa*, калея закатеичи - *calea zacatechichi*, йопо - уоро, орех кола - *cola*, гуарана катуаба, голубой лотос - *nymphaea caerulea*; сальвия - *salvia divinorum*; гавайская роза - *argyreia nervosa*.

Последние три были запрещены в России в законодательном порядке.

Кроме того в состав спайсов входит специальное вещество JWH-018 (или синтетический каннабис), который в 5 – 6 раз вреднее натурального.

Каковы же последствия курения спайсов?

В первую очередь от употребления подобных курительных смесей страдает человеческая психика, воздействие на нее оказывается, так же как и при применении сильнодействующих наркотических веществ. При частом употреблении «спайса» появляются галлюцинации, тревога, рвота, чувство панического страха. Очень часто любители покурить спайса попадают в дурдом.

Страдает так же и весь организм в целом: легкие, печень, фильтрующая нечистую кровь, мозг, и, так или иначе, ряд других органов. Очень пагубно воздействует курение спайса на мозг. Капилляры мозга, пытаясь не пропустить яд к «основному центру управления», резко сужаются. В результате кровь просто не может снабжать кровь кислородом. Как и любые другие клетки, клетки мозга, лишенные кислорода, просто погибают. Именно этот эффект и нравится подросткам – возникает ощущение легкости и беззаботности. Да, легкость наступает. Но стоит ли платить за несколько часов «счастья» своим мозгом?

У мужчин этот наркотик снижает потенцию, у женщин становятся нерегулярными менструации. В ряде случаев это приводит к бесплодию. Поэтому каждой девушке следует всерьез задуматься, прежде чем впервые попробовать spice, и решить, что же является для неё более приоритетным – получить несколько часов сомнительного удовольствия или же в будущем иметь возможность создать нормальную семью.

Человек «превращается в овощ». В отличие от растительных препаратов, допустим, конопли, действие курительных миксов на человеческий организм в 5...10 раз сильнее. Практически сразу после их принятия наступают мощнейшие галлюцинации, которые могут привести к трагическим последствиям, например, возникнет желание броситься под колеса автомобиля или выпрыгнуть из окна 10-этажного дома. Уже установлено несколько десятков случаев со смертельным исходом.

Беда в том, что миксы для курения становятся первым шагом на пути перехода к более тяжелым наркотикам.

Немецкие наркологи описали случай синдрома отмены (ломки), связанный с продолжительным употреблением "Спайса". Статья, подготовленная сотрудниками Дрезденского технического университета под руководством Ульриха Циммермана (Ulrich S. Zimmermann), опубликована в журнале *Deutsches Drzteblatt International*.

По данным авторов публикации, у обратившегося за медицинской помощью

молодого человека наблюдались типичные признаки зависимости от курительной смеси, которая длительное время распространялась в Европе как легальный заменитель марихуаны.

Молодой человек обратился в больницу Дрездена после девяти месяцев систематического употребления курительной смеси "Spice Gold". За этот период ежедневная доза курильщика "Спайса" увеличилась с 1 до 3 граммов. Тяга к психоактивному веществу сохранялась и усиливалась несмотря на то, что длительное пребывание в измененном состоянии сознания приводило к серьезным проблемам на работе.

Временное прекращение употребления "Спайса", вызванное перебоями в его поставках, привело к появлению признаков синдрома отмены в виде тревожности, депрессии, тремора конечностей, учащенного сердцебиения, головных болей, тошноты и рвоты. После госпитализации и окончательного прекращения приема наркотика эти симптомы возобновились и были зафиксированы врачами.

На сегодняшний день спайсы запрещены во многих странах мира. В России 21.01.2010г. вступило в силу постановление № 1186 «О внесении изменений в некоторые постановления Правительства РФ по вопросам, связанным с оборотом наркотических средств». Согласно постановлению к перечню наркотических средств и психотропных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен, добавились 23 синтетических каннабиноида, входящих в состав курительных смесей, однако их можно спокойно купить через Интернет магазины как благовония.

Вред от курения спайса



На сегодняшний день *вред от курения спайса* можно даже не ставить под сомнение. Достаточно посмотреть, сколько жизней унес этот якобы «легальный» наркотик. А про то количество судеб, которые разрушил спайс можно и не.

Эксперты уверены, что курение ароматизированных смесей сказывается на организме человека в целом и на каждом его органе в отдельности. Больше всего от курения спайса страдает печень, половая и сердечно-сосудистая система и мозг. Потому как спайс это химия, а химия попадая в кровь разносится по всему организму моментально. У людей курящих спайс постоянно снижается интеллект, изменяется поведение самого человека, нарушается работа нервной системы человека. Очень часто можно услышать об обращениях к ним с жалобами на сердце. При чем сердце болит не только под «кайфом», но и просто в обычном состоянии. Не редки случаи остановки сердца при передозировке спайсом. К тому же, курение таких якобы миксов трав заметно влияет на эрекцию, эти смеси могут замедлять подвижность сперматозоидов или сбивать цикл менструации у женщин.

Люди, часто курящие этот наркотик, рассказывали, что спайс вызывает у них психически активные эффекты, эйфорию, изменение временного восприятия, ощущение нереальности происходящего. У многих после употребления спайса появлялись тактильные и зрительные галлюцинации, а после того как действие курительной смеси заканчивалось, у них наблюдалось общее плохое самочувствие, депрессия, нервозность, желание вернуть то состояние, которое было вчера. В некоторых случаях на утро был так называемый эффект похмелья.

У многих людей курящих спайс постоянно, иногда под «кайфом» возникали

мысли убить себя. В таком состоянии люди могут пойти на что угодно лишь бы избавиться от тех ощущений которые приносит им спайс, они не раздумывая могут пойти и прыгнуть с балкона или крыши могут без капли сомнения шагнуть под колеса грузовика. Им не нужен сам суицид как таковой, они не хотят своей смерти. Просто у них случаются сильнейшие галлюцинации, и страх таких галлюцинаций заставляет людей идти на крайние меры, чтобы избавиться от страха, они готовы на все.

Задумайтесь над этим, перед тем как попробовать, что-либо в компании. Может не стоит подвергать свою жизнь такой опасности.

1.4 Токсикомания

Токсикомания – вдыхание психотропных веществ с целью получения наркотического опьянения.

Впервые токсикомания была зафиксирована в США (1960 г.) - поступило сообщение о том, что подростки доводят себя до состояния наркотического опьянения путём вдыхания различных газообразных веществ (бензин, растворители, лаки, краски и др.).

В СССР токсикомания началась в конце 60-х годов – сперва поступили сообщения о вдыхании пятновыводителей, затем бензина, а конце 80-х годов - одним из сортов клея «момент».

Основным действующим веществом в бытовой химии являются - алифатические и ароматические углеводороды.

Токсикомания бензином

Опьяняющее действие бензина объясняется входящими в его состав ароматическими углеводородами – бензол, ксилол, толуол. По мере поступления паров бензина в легкие, происходит раздражение верхних дыхательных путей (кашель, першение), затем происходит покраснение лица и особенно склер. Зрачки становятся широкими, пульс частым, речь становится невнятной, движения не координированы, походка становится шаткой, затем наступает эйфория. Если в этот момент прекратить вдыхать пары бензина, то через 15-30 минут признаки опьянения проходят, и появляется вялость, головная боль, раздражительность. Если же вдыхание паров бензина продолжается, то постепенно на фоне легкого оглушения развивается делирий (психическое расстройство со зрительными галлюцинациями и бредом). Человек как бы отключается от происходящего вокруг и погружается в свои галлюцинации. Галлюцинации носят чаще устрашающий характер, видятся монстры, чудовища, звери, бандиты и т.п. Могут присоединиться и слуховые галлюцинации, которые всегда тематически связаны со зрительными (слышится рычание зверей, угрозы и т.п.). Подросток теряет контроль над ситуацией и может броситься бежать или спастись, отбиваясь от мнимых кошмаров.

Бензиновая токсикомания характеризуется продолжительными головными болями, сильной тошнотой, вялостью, апатией. Были случаи, когда подростки вдыхая бензин, пытались закурить, происходило воспламенение паров, были смертельные случаи от тяжелых ожогов верхних дыхательных путей.

Токсикомания ацетоном

При ингаляции паров ацетона на фоне легкой эйфории быстро развивается дезориентировка во времени и наступают галлюцинации. Во время этих галлюцинаций подростки оглушены, сидят с опущенной головой, глаза полузакрыты, на лице улыбка, на окружающих не реагируют, невнятно бормочут. При длительной ингаляции паров ацетона может наступить кома. Иногда перед комой подростки испытывают сильный страх. Сильный запах изо рта подростка позволяет заподозрит

его в токсикомании. Галлюцинации могут длиться несколько часов, а затем сменяются раздражительностью, апатией, сильной слабостью, тошнотой и рвотой.

Токсикомания растворителями нитрокрасок

Главным действующим веществом является толуол. При первых вдыханиях происходит нарушение сознания, двигательное возбуждение, быстрая смена экстаза сильной злобой. При повторных вдыханиях развивается «кайф» с ощущением душевного подъема и легкостью в теле. Изменяется восприятие окружающего в виде яркости красок, ощущения обострения зрения и слуха, затем наступают галлюцинации. Наркотическое опьянение зависит от дозы и может длиться от нескольких минут до двух часов. После наркотического опьянения наступает сильная слабость, отвращение к окружающему, сильная головная боль, головокружение с рвотой.

Токсикомания клеем

Для ингаляции клея подростки используют целлофановые пакеты, наливают туда клей и натягивают пакеты на голову. Не редки случаи, когда в состоянии глубокого наркотического опьянения подростки не могли стянуть с себя эти мешки и погибали от удушья.

Наркотическое опьянение начинается с эйфории, за которой начинаются галлюцинации и угнетение сознания до оглушения. Галлюцинации похожи на мультипликационные фильмы (говорят: смотрю «мультки») развлекающего и смешного характера. Эйфория сохраняется на всем протяжении наркотического опьянения. Отмечается плохая координация движений, речь всегда смазанная. После опьянения наступает слабость, сильная головная боль, тошнота и рвота, отвращение к окружающему.

Токсикомания и злоупотребление

Злоупотребление ингалянтами чаще бывает групповым. Численность группы от 2 до 15 человек, все сверстники. Группа токсикоманов формируется по месту жительства. Большинство впервые пробуют ингалянты в 12-14 лет иногда и раньше. Большинство детей перестают токсикоманить, но некоторые переходят на более тяжелые наркотики. Причинами токсикомании являются: любопытство, желание испытать новые ощущения, стремление не отстать от сверстников, обилие свободного времени и неумение занять себя нужным делом, скука. Зависимость от ингалянтов развивается крайне редко, в основном подростки переходят на более тяжелые наркотики. Признаками сформировавшейся токсикомании можно считать переход от групповой токсикомании к одиночному вдыханию паров ингалянтов, регулярное (в течение дня) вдыхание паров. Подростки которых застали взрослые и «сломали кайф» тут же проявляют свою агрессию, при этом могут тут же возобновить ингаляции прямо перед взрослыми.

Последствия токсикомании

Если на протяжении нескольких недель и даже месяцев человек продолжает ингалировать токсические вещества, то развивается хроническая интоксикация ингалянтами. Ее развитие ускоряется, если человек по несколько часов ингалирует вещества. В результате хронической интоксикации развивается токсическая энцефалопатия. Подростки буквально на 4 глазах тупеют, становятся заторможенными, плохо ориентируются в окружающей обстановке, не способны быстро принимать нужные решения. Здоровые подростки обычно сразу замечают своих «тормознутых» сверстников. Токсикоманы неспособны усваивать учебный материал – это служит причиной того, что они остаются на второй год и с трудом заканчивают 9 класс. Кроме того при токсикомании серьезно страдают и внутренние органы, т.к. при вдыхании в организм попадают крайне токсические вещества. Через

месяц постоянной токсикомании развиваются эпилептические припадки, которые будут сохраняться даже если подросток перестанет ингалировать вещества. Это связано с тем, что токсические вещества приводят к органическим поражениям головного мозга.

1.5 Марихуана



Марихуану получают из растения Каннабис Сатива(Cannabis Sativa). Внешний вид - Растение марихуаны в основном имеет нечетное количество листьев на стебле. Готовая к употреблению марихуана - высушенная, измельченная, коричнево-зеленого цвета - имеет сходство с "ползучим орегано" (вид душицы). Марихуану обычно курят в виде сигарет-самокруток ("косяков"), а также набивают в трубки, добавляют в пищу.

Симптомы употребления:

«Трудное» или компульсивное питание (марихуана нарушает кислотность желудка, что вызывает всевозможные расстройства пищеварения), воспаленные, красные, слегка косые глаза(человек может испытывать трудности, пытаясь держать их открытыми), «ватный рот» (сухость во рту), неумный, бесконтрольный смех, забывчивость, временная потеря памяти, крайняя вялость, замедленная моторика, нерегулярные приступы паранойи (когда происходит сильная интоксикация или когда человек не знает, что марихуана смешана с другими наркотиками), галлюцинации, лень, отсутствие стремлений, отупение, тошнотворный запах пота на теле, волосах и одежде, сильные перемены в настроении и поведении, когда человек находится в наркотическом опьянении.

Потребители наркотика могут также носить с собой и часто употреблять глазные капли, жвачки, духи или одеколон, стараясь скрыть те или иные эффекты или запахи. Марихуана оказывает на организм стимулирующее и седативное воздействие, дополняемое при более высоких дозах галлюциногенными эффектами.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ МАРИХУАНЫ:

- опухание слизистой глаз, воспаленные глаза
- учащение пульса, усиление сердцебиения
- повышение кровяного давления
- нарушение двигательной функции
- расслабленность
- колебания температуры тела
- головная боль
- головокружение
- тошнота
- ощущение голода

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ МАРИХУАНЫ:

- релаксация
- снижение психомоторной активности
- ухудшение концентрации внимания, нарушение способности правильно оценивать расстояние
- снижение способности к вождению автомобиля и другой деятельности, требующей внимания

- быстрая речь, безудержная болтливость

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ЭФФЕКТЫ:

- эйфория, чувство благополучия
- беззаботное состояние, чередующееся с состоянием тревоги и беспокойства

НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ:

- ухудшение краткосрочной памяти, понимания, способности выполнения какой-либо задачи
- изменение восприятия времени и пространства
- повышенная тактильная чувствительность
- обострение зрительного и слухового восприятия, обоняния
- снижение болевого барьера
 - изменения в сфере сексуальных эмоций-галлюцинации
 - потеря осознания себя как личности, деперсонализация
 - психоз (при высоких дозах)

Последствия употребления марихуаны

МОЗГ. Марихуана влияет на мыслительные способности, способность к пониманию, абстрактному мышлению, обучению и на ближнюю память. В зависимости от силы средства и восприимчивости потребителя она может вызвать состояние паники, беспокойство и токсические психозы. Долговременное потребление может привести к структурным и функциональным изменениям.

ЛЕГКИЕ. Курение марихуаны вызывает все вредные эффекты, свойственные табакокурению: бронхиты, фарингиты, синуситы, рак легких. Марихуана в большей степени, чем табак, способствует развитию заболеваний верхних дыхательных путей и отеков.

СЕРДЦЕ. Использование марихуаны вызывает усиленное сердцебиение, учащение пульса и повышение кровяного давления. Курение марихуаны особенно опасно для людей, страдающих сердечными недугами.

СИСТЕМА РЕПРОДУЦИРОВАНИЯ (мужчины). Курение снижает содержание тестостерона, основного мужского гормона. Упорное и продолжительное применение может изменить гормональный фон настолько, что нарушается развитие половой функции подростков. В тяжелых случаях наблюдается уменьшение числа сперматозоидов и их подвижности и увеличение числа аномальных клеток в сперме.

СИСТЕМА РЕПРОДУЦИРОВАНИЯ (женщины). Каннабиноиды накапливаются в женских репродуктивных органах. Изменения мозговой деятельности может привести к нарушениям овуляции и уменьшению плодовитости. Каннабиноиды могут оказывать токсическое действие на развитие плода, вызывая отклонения при вынашивании, тяжелое протекание родов и раннюю смерть младенцев. Так называемый "фетальный синдром марихуаны", характеризующийся снижением веса рожденных детей и отклонениями развития, наблюдается в 5 раз чаще, чем "фетальный алкогольный синдром". Вместе с молоком матери каннабиноиды переходят в детский организм при кормлении.

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ. Курение марихуаны может оказывать влияние на умственные и физические реакции, нарушать координацию и увеличивать время реакции. Нарушается ответная реакция человека на световые и звуковые сигналы, ухудшается способность к выполнению последовательных операций и степень восприятия. Появляется сильная потребность двигаться, ходить, разговаривать; характерны неестественные позы в состоянии покоя.

ДРУГИЕ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА. Хроническая усталость, головные боли,

тошнота.

СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

- социальная самоизоляция
- переход к более "тяжелым" наркотикам
- связь с преступностью

Противоречивость имеющихся у специалистов данных обуславливает дискуссию о толерантности и зависимости как неизбежных следствиях употребления марихуаны. Принято, что толерантность развивается дополнительно ко многим эффектам марихуаны и наиболее вероятна при длительном употреблении больших доз. Физическая зависимость - относительно слабая и развивается не всегда, поэтому синдром отмены также не выраженный. Психическая зависимость - сильная при употреблении марихуаны

ГАШИШ



Гашиш - смолистое вещество темно-коричневого цвета, которое получают из верхушки растения конопли. Оно содержит намного больше тетра-гидроканнабинола (ТГК), чем обычная марихуана. Ему придаются различные формы в виде брикетиков или капсул. Физиологическое действие гашиша напоминает действие опия. Развивается эйфория, сопровождающаяся двигательным и речевым возбуждением, яркими красочными галлюцинациями, ощущением беззаботности и веселья, впоследствии развиваются дремотное состояние и сон с яркими сновидениями. Психические нарушения проявляются в виде нарушений восприятия длительности времени и пространства; наблюдаются деперсонализационные расстройства - ощущение увеличения размеров тела, его невесомости и парения в воздухе. Возникающие галлюцинаторные расстройства чаще всего укладываются в рамки онейроидного синдрома с грезоподобными фантастическими переживаниями. Могут быть и состояния, близкие к делириозным с соответствующим двигательным возбуждением и возможными агрессивными действиями. Э.А. Бабаян описал следующую смену симптомов гашишного опьянения:

Моторное возбуждение, появление потребности двигаться. Наблюдаются попытки контролировать свое поведение. Ослабление контроля за поведением, когда ум постоянно заполняют мысли, чуждые субъекту, заставляющие концентрировать на них свое внимание. Состояние дурмана, в котором наркоман высказывает свои сокровенные мысли, которые находят свое отражение в движениях, иллюзиях, галлюцинациях. Диссоциация идей совпадает с появлением потребности в разговоре и желанием высказаться. Гипертрофия "Я" проявляется в том, что субъект считает себя высшим человеческим существом, на других смотрит с презрением. Бредовое возбуждение сопровождается утратой точного представления о предметах. Это состояние характеризуется необычной обостренностью чувств, их гипертрофией, теряется их ясность и определенность. Появляются гиперстезии, снижается порог ощущений, что сопровождается обостренным, иногда болезненным восприятием раздражителей. В этом состоянии наркоман может испытывать навязчивое ощущение каких-либо звуков, при этом возникает путаница мыслей, моменты просветления становятся все более короткими, наркоман оказывается полностью во власти своих внутренних переживаний, не обращает внимания на окружающих. Нарушение представлений о времени проявляется в том, что

субъективно время начинает течь бесконечно медленно. Нарушение представления о пространстве также достигает выраженной степени, оно растягивается настолько, что расстояние между двумя рядом расположенными предметами представляется огромным, недостижимым.

Несмотря на обостренное восприятие, в особенности зрение и слух, происходит искажение восприятия; могут возникать дереализационные расстройства, меняться форма и цвет предметов, появляется иллюзорное восприятие. Ощущение раздвоения личности, которое испытывает наркоман при гашишизме, заключается в том, что субъект одновременно воспринимает свое обычно существующее "Я", а рядом чувствует относящееся к нему же другое фантастическое существо, которое продуцирует у первого бесчисленные идеи, часто имеет место расщепление сознания. Появление повышенной внушаемости приводит к своеобразному нарушению восприятия типа эйдетизма, когда произнесенное слово становится осязаемым, "оживает" перед глазами. У многих возникают галлюцинации, которые носят неприятный, угрожающий характер и сопровождаются страхом и идеями преследования.

Гашишное масло



Гашишное масло - это жидкий темно-коричневый экстракт, полученный из марихуаны, может содержать более чем 20 % ТГК. Маслом часто добавляют в обычные сигареты, которые затем курят. Эффекты - эйфория, чувство беззаботности; недостаток мотивации действий; несдержанность, повышенная разговорчивость; сухость во рту и горле; увеличение аппетита, обжорство ("свинак"); нарушение координации, снижение сосредоточенности, ухудшение памяти; учащенное сердцебиение;

Вред от употребления

Снижение результатов в школе, на работе; так называемое "перегорание" - неразбериха в мыслях, разочарованность, депрессия и ощущение изолированности; замедленное половое развитие и созревание, включая нарушения спермообразования и менструального цикла; поражение легких и дыхательной системы (один "косяк" марихуаны приравнивается к 25 сигаретам); при приеме большой дозы наркотика могут возникнуть галлюцинации и паранойя; повышенный риск для здоровья и безопасности в силу замедленного реагирования и снижения работы нервной системы;

Зависимость

Длительное потребление марихуаны часто вырабатывает у курильщиков психологическую зависимость. Кроме того, марихуана является "стартовым" наркотиком. Непостоянный курильщик марихуаны часто становится хроническим потребителем этого зелья, или становится поклонником других наркотиков таких, как кокаин, ЛСД, других галлюциногенов; толерантность - при продолжительном использовании курильщику требуется все большее количество марихуаны, чтобы получать приятные ощущения ("приход")

Абстинентный синдром

Синдром отмены - постоянные курильщики марихуаны при прекращении приема наркотика часто сталкиваются с бессонницей, беспокойством, раздражительностью, депрессией и постоянным желанием снова принять наркотик.

1.6 Веселящий газ

Продажа закиси азота (N₂O) возможна только для медицинских учреждений

(по данным официального сайта Управления Роспотребнадзора по Курганской области)

В последнее время, особенно в молодежной среде, распространилась практика употребления закиси азота (N₂O), так называемого «веселящего газа».

Закись азота имеет допустимые области применения:

- в качестве лекарственного средства для ингаляционной анестезии (только для стационарного применения в медицинских учреждениях);

- для технических целей - в промышленности для сварочных работ, в электронной промышленности, для калибрования различного оборудования, для улучшения технических характеристик двигателей внутреннего сгорания;

- в пищевой промышленности – для охлаждения, замораживания и хранения пищевых продуктов, в качестве консерванта, пищевой добавки E942, как пропеллент и упаковочный газ.

В государственном реестре лекарственных средств <http://grls.rosminzdrav.ru/grls.aspx> в качестве лекарственных препаратов с торговым наименованием «Азота закись» зарегистрирована продукция ООО «Торговый дом «Медицинский Газовый Сервис» (162510, Вологодская область, п. Кадуй, ул. Октябрьская, 13, <http://www.medgazservice.ru>) (рег. № ЛС-001797) и ООО «Стиролбиофарм» (Украина, 84610, Донецкая область, г. Горловка, ул. Горловской дивизии, 97, <http://pharm.stirol.net>) (рег. № П N016199/01).

Это значит, что данные препараты отпускаются только медицинским учреждениям, их нахождения в свободной продаже и индивидуальное приобретение и потребление недопустимы.

Закись азота упаковывается в металлические баллоны с высоким давлением (в основном – объемом 10 литров), и относится к категории опасных грузов, транспортировка, хранение и использование которых подразумевают не только соблюдение требований техники безопасности, но и наличие у лиц, работающих с ними, специальных разрешений на работу.

Между тем, в сети «Интернет» имеются многочисленные предложения по приобретению закиси азота для индивидуального потребления посредством вдыхания данного газа с целью получения «веселящего эффекта». Подобная «продукция», называемая «кислородными шариками», «воздухом Ибицы» и позиционируется как абсолютно безвредная, легальная, доступная, модная и популярная.

В связи с этим, Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека полагает, что продажа закиси азота, товара по определению предназначенного исключительно для использования в медицинских целях в условиях стационара, а также в технических и промышленных целях, не предполагающих нахождения данного газа в свободном обращении на потребительском рынке, содержит в себе все признаки противоправных, в том числе, уголовно наказуемых деяний.

Поскольку розничная продажа закиси азота в настоящее время не предусмотрена в принципе, в действиях лиц, осуществляющих подобную торговлю, в том числе, дистанционно, могут усматриваться признаки административного правонарушения, выражающегося в «незаконной продаже товаров (иных вещей), свободная реализация которых запрещена или ограничена законодательством». За что статьей 14.2 Кодекса Российской Федерации об административных

правонарушениях предусмотрена ответственность.

Кроме того, принимая во внимание агрессивное побуждение со стороны распространителей «кислородных шариков» и «воздуха Ибицы» к их активному и безмерному употреблению в качестве «безвредных» аналогов наркотических средств, такие действия могут содержать признаки преступления, предусмотренного статьей 230 Уголовного кодекса Российской Федерации за «склонение к потреблению наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов».

Также, учитывая, что рассматриваемый газ, произведенный ООО «Торговый дом «Медицинский Газовый Сервис» и ООО «Стиролбиофарм», не имеет обязательного подтверждения соответствия в качестве безопасного продукта, предназначенного для розничной продажи в целях приобретения для личного потребления, то лицам, осуществляющим в различных вариантах продажу закиси азота непосредственно гражданам, может быть инкриминировано совершение уголовно наказуемого деяния, наказание за которое предусмотрено статьей 238 Уголовного кодекса Российской Федерации «Производство, хранение, перевозка либо сбыт товаров и продукции, выполнение работ или оказание услуг, не отвечающих требованиям безопасности».

Поэтому, Управление Роспотребнадзора по Курганской области при выявлении фактов, свидетельствующих о «свободной» продаже закиси азота в качестве «веселящего газа», будут принимать в рамках компетенции меры, направленные на их прекращение (пресечение) и недопущение, в том числе, посредством направления соответствующих материалов в правоохранительные органы.

Обо всех известных вам случаях продажи «веселящего газа» Управление Роспотребнадзора по Курганской области просит сообщать незамедлительно прямо в ведомство, а также в правоохранительные органы

Признаки употребления закиси азота:

При краткосрочном применении - глупое поведение, беспричинный безудержный смех, головокружение, частые головные боли, частые падения в обморок и частые потери сознания.

При долгосрочном применении - кратковременная амнезия, эмоциональная неустойчивость, нарушение мыслительных процессов, ухудшение слуха и осязания, шаткая походка, невнятность речи, постепенная атрофия мозга.

2. РАЗДЕЛ. Рекомендации для специалистов и родителей

2.1 Методические материалы для сотрудников медицинских и образовательных учреждений

Составитель: Социальный педагог ГКУ «Курганский областной Центр медицинской профилактики» Е.А. Скипина

Вдыхание летучих веществ – это игра со смертью. Те, кто начинают «нюхать», конечно, даже и не собираются умирать. Их цель – достичь опьянения. Но грань между состоянием опьянения и потерей сознания очень зыбкая.

История злоупотребления

Вдыхание летучих веществ имеет давние традиции. Уже в конце 18 века люди заметили опьяняющее действие летучих газов. Время от времени в качестве опьяняющего средства использовали эфир. Но вдыхание паров эфира и других газов все же не было проблемой для общества. Оно приобрело характер эпидемии лишь в последние 50 лет.

К 1948 году относятся первые сведения о злоупотреблении растворителями в Швеции. Всего было зарегистрировано около 130 случаев.

В середине 1960-х годов волна злоупотреблений летучими веществами охватила весь западный мир. Продолжалась она до конца 70-х годов.

В России возможность опьянения от растворителей и бензина была известна лишь определенным профессиональным группам – например, малярам, шоферам. В 80-е годы, вскоре после того, как в продаже появился клей «Момент», любопытные подростки обнаружили его опьяняющее действие. Они выдавливали клей в полиэтиленовые пакеты и вдыхали его пары. Через некоторое время многие школьники начали использовать для достижения опьянения бензин и ацетон, смачивая им тряпку и подолгу вдыхая пары.

После всплеска в 80-90-ых годах прошлого столетия злоупотребление летучими веществами пошло на спад, но по-прежнему сохраняется среди бездомных и беспризорных детей. Наибольшее распространение токсикомания получила среди подростков. Восприимчивые, любопытные, без достаточной критики своего поведения, неустойчивые в волевых побуждениях, подростки нередко оказываются вовлеченными в токсикоманию. Они часто предаются своему опасному занятию в подъездах, подвалах и других помещениях с плохой вентиляцией. Многие подростки погибают от удушья с полиэтиленовым пакетом на лице либо от паралича дыхания в результате воздействия самого растворителя.

Кого называют токсикоманом и что такое летучие наркотические вещества?

Токсикоман - это тот, кто опьяняет себя так называемыми «летучими наркотическими веществами» (или ЛНВ). Эти вещества объединяет способность быстро испаряться и превращаться в газ при нормальной комнатной температуре. Именно газообразные пары глубоко вдыхают в легкие токсикоманы. Летучие вещества есть в разных химико-технических препаратах, таких как: растворители для

красок, бензин, ацетон, горючий газ в баллонах и газ для зажигалок.

Причины приобщения подростков к ЛНВ

Токсикомания у подростков развивается под влиянием нескольких причин.

Социальные причины,

в том числе семейное неблагополучие, один из факторов, способствующих развитию подростковой токсикомании и наркомании. Это может быть реакция на плохое отношение родителей к ним, насилие или безразличие в семье. В семьях, где родители злоупотребляют спиртными напитками, ребенок с раннего возраста предоставлен самому себе, пребывание дома тягостно для него - он становится «уличным», проводит время в компаниях таких же обездоленных детей. Подростки старшего возраста становятся для ребенка источником информации о наркотиках, а затем – источником снабжения наркотиками. Пример родителей, ведущих асоциальный образ жизни, играет огромную роль в приобщении ребенка и подростка к употреблению спиртных напитков, а затем и наркотических веществ. Этому способствует типичная детская поведенческая реакция – реакция имитации. Ребенок склонен подражать родителям независимо от социальной направленности их поведения.

Психологические причины

У подростков наблюдается потребность в самостоятельности и независимости от взрослых, связанная с чувством взрослости, они легко поддаются негативному влиянию, в том числе и увлечению токсикоманией.

Потребление наркотиков может быть реакцией на одиночество, ощущение ненужности, неуверенности в себе. Если причина в этом, очень важно выявить ее и помочь подростку преодолеть трудности другими средствами, не пользуясь наркотиками. Для повышения его самооценки родители должны постоянно повторять ребенку, что они его любят, дорожат им.

Одной из причин употребления подростками ЛНВ может быть - любопытство. Подростку подвернулась возможность, и он решил попробовать, что это такое? Необходимо поговорить с ребенком о последствиях, связанных с употреблением ЛНВ, но информация должна быть абсолютно достоверна.

Что происходит в организме?

Наибольшая опасность летучих наркотических веществ заключается в том, что они, минуя желудочно-кишечный тракт и печень, где могли бы частично нейтрализоваться, сразу попадают через лёгкие в кровь и с ее током поступают в головной мозг. Поэтому опьянение наступает быстрее, чем в случае приема алкоголя.

Всем известно, что ЛВП широко используются как в промышленности, так и в домашнем хозяйстве из-за их способности легко растворять жиры. Попадая в мозг, растворители или бензин начинают растворять жиры, из которых состоят оболочки нервных клеток. Клетки разрушаются, нарушая работу центральной нервной системы.

Как и при любом опьянении, сначала страдает кора полушарий головного мозга, затем мозжечок, и в самую последнюю очередь – продолговатый мозг. Если опьянение доходит до продолговатого мозга, это может вызвать остановку дыхания и смерть. Еще до того, как будет затронут продолговатый мозг, у человека могут начаться тошнота и рвота. Но при длительном регулярном злоупотреблении токсическим веществом в больших количествах тошнота и рвота появляются намного

позднее.

Многие ЛНВ только через несколько дней полностью выводятся из организма.

Опьянение. На начальных этапах своего действия дурманящие ароматические вещества вызывают веселое настроение: говорливость, желание двигаться, приятное самочувствие, состояние благодущия, хохот, нередко появление зрительных галлюцинаций. Опьянение наступает очень быстро, длится, как правило, 10-30 минут и также быстро исчезает.

Эффект может оказаться более длительным, если использовать высокие концентрации ядов – например, при помощи полиэтиленового мешка. В этом случае можно выделить несколько стадий опьянения.

1-ая стадия. Ухудшается координация движений, замедляется реакция, ослабевают рефлексy, и человек чувствует нечто вроде эйфории. Токсикоману сложно руководить своими действиями, а когда опьянение проходит, наступает вялость и головная боль.

2-ая стадия. Если продолжать вдыхание, притупляются болевые ощущения. Кожа становится не чувствительной к боли. Если вдыхание повторить, наступает фаза «мультиков», наплыв галлюцинаций, в основном зрительных. Галлюцинации яркие, подвижные, мелких размеров, проецируются вовне, как на экране, и опьяневший уже не может их остановить. Слуховые обманы возникают как шум, звон, гудение, изменение естественности звуков, необычность голосов, громкость далеких звуков и слабость близких, голоса приобретают эхо. Бывают обманы осязания, когда кажется, что по телу ползают мыши и насекомые, зубы вращаются, выпадают челюсти. Происходит отчуждение восприятия себя, своего тела. Можно видеть со стороны части своего тела, часто мозг, видеть свое тело изнутри. Эти галлюцинации открываются внутреннему зрению. Психосенсорные расстройства разнообразны, кажется, двигаются стены, обваливается пол, иногда переживается не только чувство полета, но и падения. Все вокруг кажется иным, измененным. Иногда опьяневшие чувствуют себя в иных мирах. Галлюцинации нарастают, психические проявления неуправляемы, происходит полная деперсонализация, распад целостности личности, отделение души. Опьянение длится до двух часов. При вдыхании бензина опьянение более бедное, сознание помрачается неглубоко. Но даже если опьянение длится несколько минут, кажется, что прошло очень много времени. При выходе из опьянения наступает ослабление и угнетение психических функций, утомление, вялость, при высоких дозах — тошнота, рвота.

Если опьянение очень тяжелое, у человека может развиться состояние, практически по всем признакам сходное с потерей сознания или с комой.

Последствия употребления ЛНВ

Употребление всех летучих веществ дает осложнения, которое могут иметь как краткосрочный, так и долговременный характер. Поскольку многие летучие вещества, например, такие, как толуол, растворители для красок и трихлорэтилен используются в химической промышленности, их вредные эффекты подробно изучены.

Долговременный контакт с растворителями может вызывать головокружения, астению, стать причиной заболеваний мозга и нервной системы, поражения внутренних органов, дыхательных путей, заболеваний кожи, органов зрения, влиять на репродуктивную функцию, нарушать течение беременности, а также вызывать рак.

Психические отклонения

При вдыхании летучих наркотических веществ восприятие окружающего искажается, а мечты и фантазии смешиваются с реальностью. Возникают галлюцинации. У всех психически нормальных людей существует защитный барьер, разделяющий реальность и выдумку. Вдыхание ЛНВ (как и курение конопли) разрушает этот барьер, и граница между реальным и выдуманным стирается. Некоторые считают, что это здорово – ненадолго попасть в мир мечты. Но не для всех эта встреча с мечтой бывает приятной. Она может оказаться очень страшной. У людей, находящихся под воздействием токсических летучих веществ, иногда возникают ужасающие фантазии, ощущение надвигающейся опасности, смертельный страх. Их следствием становятся тревога, приступы паники или такая глубокая депрессия, что появляются мысли о самоубийстве.

Несчастные случаи

Опьянение, приводящее к нарушениям мышечных рефлексов и чувства равновесия, координации движений, замедлению реакции и помрачению сознания, часто становится причиной разного рода несчастных случаев. Люди, находящиеся под действием летучих токсичных веществ, часто попадают в различные неприятности, получают травмы, становятся жертвами дорожно-транспортных происшествий, оказываются втянутыми в драки и т.д. У некоторых токсикоманов возникают галлюцинации, и им кажется, что они превращаются в суперменов, а это может быть еще более опасным.

Ожоги

Многие летучие вещества легко воспламеняются. Когда злоупотребление ЛНВ сопровождается курением, часто происходят ожоги.

Удушье

В некоторых случаях опьянение может привести к потере сознания, а в самых худших – к нарушению работы дыхательного центра, остановке дыхания и смерти. Особенно опасно «нюхать» газ для зажигалок. Выходя из баллона, он расширяется и остывает. Когда холодный газ попадает в дыхательные пути, организм реагирует выделением жидкости в легкие (так называемый «отек легких»). От него человек может умереть, задышавшись, будто он тонет.

Осложнения, проявляющиеся с течением времени

Чем дольше злоупотреблять летучими веществами, тем, соответственно, больше риск развития неблагоприятных последствий. Длительная токсикомания может стать причиной заболеваний печени и почек. Некоторые растворители, такие как бензол, поражают ткани костного мозга, производящие клетки крови, что приводит к снижению иммунитета, а так же к возникновению лейкемии («белокровия») – смертельного заболевания крови.

Нередкие спутники токсикомании – насморк, кашель или першение в горле, равно как повышенная общая усталость и частая головная боль. Но для окружающих – семьи и друзей – еще более заметным является то, что токсикоман постепенно меняется как личность. Он или она становится «другим человеком», более раздражительным, тревожным, рассеянным и подавленным. Изменения в характере частично вызваны отравлением летучими веществами, а частично – изменением жизненной ситуации из-за наркотиков. Удалось доказать, что люди, в течение долгого времени имеющие контакт с ЛНВ, страдают серьезными заболеваниями мозга.

Кроме того, велик риск возникновения мозговых расстройств – например, энцефалопатия, которая выражается в снижении интеллекта, нарушении памяти на текущие события, неспособности контролировать свои чувства.

Изменения в характере также могут быть следствием того, что жизненная ситуация токсикомана ухудшается. Регулярное употребление наркотиков неизбежно приводит к возникновению разного рода конфликтов. Появляются проблемы в школе, учителя постоянно вызывают родителей, которые, в свою очередь, начинают все больше волноваться. Друзья токсикомана сторонятся его, и вся жизнь наполняется ложью, конфликтами и неуверенностью.

Токсикомания препятствует нормальному развитию

Подростки более чувствительны к токсическим веществам, и на них наркотики влияют сильнее, чем на взрослых. У подростка мозг и другие органы еще не полностью сформированы. Кроме того, недостаточно зрелая личность подростка находится на перепутье двух миров – детского и взрослого. Переходный возраст иногда называют «революцией» в жизни человека. Одновременно с быстрой физической трансформацией аналогичные изменения происходят в характере и в духовном мире личности. Подросток также должен развиваться в социальном плане. Общаясь с другими взрослыми, получая образование, а затем и работу, необходимо найти свою социальную роль в обществе. Подросток находится прямо в центре всех этих «задач развития». Большинству переходный период дается нелегко. Они чувствуют себя неуверенно, все вызывает раздражение, апатию, а может быть и тревогу. Отсутствие уверенности в себе вызывает ощущение душевной нестабильности.

Токсикомания и наркомания заставляют воспринимать реальность в искаженном виде. Опьянение может представляться как «освобождение» от болезненных явлений подросткового развития. Появляется обманчивое чувство, как будто решение проблемы найдено, но на самом деле, если начать «нюхать» или принимать другие наркотики, развитие личности останавливается. Грезы наяву вытесняют активность, упрямство и агрессивность, свойственные подростковому периоду созревания. Если развитие останавливается, то человек так и остается инфантильным, беспомощным, полностью зависящим от других.

Злоупотребление ЛНВ может вызвать зависимость

Эйфория, вначале ощущаемая при опьянении, через некоторое время может показаться недостаточной. Летучие вещества начинают все больше овладевать мыслями и чувствами и, в конце концов, даже если человек сам этого и не замечает, появляется влечение к достижению все большей степени опьянения. Тогда токсикомания становится проблемой. Человек оказывается не в состоянии воспринимать действительность такой, какая она есть. Ему «необходимо» видеть ее искаженной, какой она предстает в иллюзиях, возникающих, когда мозг поражен наркотиками. Зависимость при употреблении ЛНВ обычно бывает психической, но может возникнуть и физическая зависимость. Регулярное применение ЛНВ может вызвать развитие толерантности, при которой токсикоману нужны все более высокие дозы, чтобы достичь такого же опьянения, что и раньше. Другим следствием изменений в организме является возникновение абстинентного синдрома. Симптомами абстиненции являются бессонница, озноб, головная боль, раздражительность и в некоторых случаях судороги. Острые расстройства проходят через два дня, но воспоминания об иллюзорном чувстве счастья в состоянии опьянения остаются надолго и могут стать причиной возврата к злоупотреблению

даже через несколько лет.

Шаг к другим наркотикам

Токсикомания – это типичный групповой феномен, возникающий оттого, что естественная потребность человека в социальной общности способствует распространению моды на вредные и опасные стереотипы поведения. Кто-то из подростков начинает «нюхать», друзья следуют примеру, и возникает целая компания токсикоманов.

Для многих токсикомания – лишь эпизод в жизни, они попробуют лишь один раз и больше никогда не вдыхают ЛНВ. Но существует вероятность, что вызываемые приятные ощущения могут очень быстро стать заменителем положительных эмоций, и тогда решение жизненно важных проблем при помощи химических растворителей может войти в привычку. Более опасно то, что возможен переход и к другим типам наркотиков.

Выявление подростков, употребляющих препараты бытовой химии

Существуют определённые признаки, позволяющие выявить подростков, употребляющих ЛНВ.

Признаки токсикомании у подростков:

- Верхняя часть тела, голова, обычно горячая на ощупь (прилив крови).
- Лицо красное, отечное.
- Дыхание через нос затруднено.
- Вокруг губ, особенно в уголках рта, отмечается кайма раздражения кожи.
- От опьяневших и их одежды исходит характерный химический запах вещества, которое они вдыхали.
- У подростка можно обнаружить обладающие резким запахом вату, тряпку, бумагу, пропитанные растворителем или другими летучими наркотическими веществами.
- Обычно подростки, которые вдыхают летучие наркотические вещества, собираются в укромных местах: на пустырях, чердаках, в подвалах.

Диагностическим признаком сформированной зависимости является переход от группового употребления ингалянтов к индивидуальному. Характерен внешний вид подростков, злоупотребляющих ингалянтами. Они бледны, с синевой под глазами, с зеленоватым оттенком кожи лица.

Действия педагога при подозрении, что ребенок употребляет психоактивные вещества

- Сообщить родителям подростка о своих подозрениях или фактах употребления подростком ЛНВ.
- Дать родителям информацию, где можно получить квалифицированную консультацию.

Квалифицированную консультацию можно получить:

1. ГБУ «Курганский областной наркологический диспансер», г. Курган, ул. Кирова, 78, тел. регистратуры: 42-68-61, подростковый кабинет - 46-06-48;
2. ГБУ «Шадринский областной наркологический диспансер», тел.: (код 35253) 37102.

3. Наркологические кабинеты центральных районных больниц.

Советы по реализации индивидуального подхода в воспитании ребенка

- Не стоит пытаться переделать ребенка «под себя». Ошибкой являются ежеминутные одергивания и указания, как себя вести. Постоянные попытки перекроить характер череваты комплексами и глубокими обидами.
- Прислушивайтесь к ребенку, будьте чуткими к его интересам.
- Выберите в качестве эталона для его воспитания известную личность, которая многого достигла. В этом случае у ребенка появится цель, к которой нужно стремиться.
- Не нужно сравнивать ребенка с его ровесниками – соседями и одноклассниками.
- Не старайтесь воспитывать ребенка в убеждении, что взрослые правы только потому, что им много лет. Повзрослев и так и не научившись распознавать неправых взрослых, он легко может стать жертвой обмана, насилия или шантажа, пребывая в глубокой уверенности, что все, что делает взрослый, - мудро и правильно.
- Не спешите воспитывать у ребенка покорность. Безусловно, послушание ребенка очень облегчает жизнь взрослым. Считается, что идеальный ребенок – это покорный ребенок. Подумайте о том, что, став взрослым, он должен уметь отстаивать свою точку зрения и свои интересы. Поэтому, если у ребенка есть собственное мнение – нужно радоваться этому, а не пытаться сломить сопротивление.
- Доверительные отношения налаживайте с первых моментов работы с ребенком, терпеливо выслушивая его рассказы о приключениях, страхах и страстях.
- Не применяйте критику в адрес ребенка, порой сложно понять, когда человеку нужна критика, когда – совет, а когда – простое сочувствие. Уже к середине подросткового возраста он чувствует себя взрослым, а потому перебор с нотациями не принесет никаких положительных результатов.
- Проводите своевременные и адекватные профилактические беседы.

2.2 Памятка для родителей и педагогов

Если вы рядом!

Признаки, по которым следует заподозрить потребление Вашим ребенком наркотиков:

Основные признаки:

1. следы от уколов и порезов (особенно на руках);
2. наличие у ребенка (подростка) ложек или узких полых трубочек, шприцев и/или игл от них;
3. наличие капсул, таблеток, порошков, пузырьков из-под лекарственных или химических препаратов;
4. папиросы (особенно "беломор") в пачках из-под сигарет;
5. расширенные или суженные зрачки;
6. нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя.

Дополнительные признаки:

1. лживость, изворотливость;
2. проведение времени в компаниях асоциального типа вымогательство или кража денег у окружающих;
3. нарушение сна;
4. телефонные разговоры (особенно "зашифрованные") с незнакомыми лицами;
5. частые беспричинные смены настроения;
6. внешняя неопрятность;
7. снижение успеваемости в учебном заведении;
8. пропажа из дома ценных вещей;
9. сужение круга интересов;
10. частый беспричинный кашель.

Если у Вас возникли подозрения, то обязательно обращайтесь с ребенком к специалисту наркологу.

Не дайте себя убедить в том, что Ваши опасения беспочвенны! Недели могут решить судьбу Вашего ребенка! Не теряйте времени!

Краткий пояснительный словарь

В речи наркоманов много заимствований из криминального жаргона и иностранных языков, медицинских и технических терминов, специфических слов и словосочетаний, не всегда понятных обычному читателю. Кроме того, некоторые слова русского языка применяются ими в нетрадиционном смысле.

- Алкалоиды - около тысячи азотосодержащих химических соединений, в основном, растительного происхождения, оказывающих физиологическое воздействие на нервную систему человека (кофеин, морфин, эфедрин и др.). Применяется в медицине и сельском хозяйстве. Наркотики.
- Анаша - см. гашиш. высушенная конопля.
- Банчить (банковать) - продавать наркотик.
- Барбитураты - обширная группа веществ, угнетающих центральную нервную систему, производные барбитуровой кислоты. Применяются как успокаивающие, противосудорожные, снотворные средства (веронал, люминал, барбамил и др.). Наркотики.
- Барыга - торговец наркотиками.
- Боян - шприц с наркотиком.
- Белый - морфий, героин (в противоположность "черному", т.е. сырому опию).
- Бинт (забивать бинт) - сбор молочка мака на бинт.
- Буторить (бодяжить) - разводить наркотик каким-нибудь постороннем веществом (от молотого кирпича до крысина).
- Варить - готовить наркотик в домашних условиях (на кухне, в подвале), подогревая состав в миске на плитке, в ложке на зажигалке и т.п.
- Винт - сокращение от "первитин", стимулятор центральной нервной системы, препарат химического происхождения. Так же называют наркотики, приготовленные на его основе.
- Вмазать - принимать наркотики, чаще всего - внутривенно.
- Вторяк (поднять вторяк) - наркотик, изготовленный из отходов первичного приготовления. Иногда подбрасывают бомжам, совсем опустившимся наркоманам и т.д.

- Ганджубас (ганжубас) - см. гашиш .
- Гашиш (с арабского) - высушенная смола, выделяемая женскими растениями индийской конопли, один из известных еще в древности наркотиков. Наркотическими свойствами обладают и некоторые другие виды конопли. Используются похожие на табак сушеные и измельченные листья и стебли растений. В различных странах в зависимости от способа приготовления и использованных частей растения препарат называют также анаша, ганжа (ганжубас), хурус, марихуана. Народные названия - план, ручник, шала, шамаль.
- Гепатит (от греческого *hepar*, печень)- группа воспалительных заболеваний печени, наиболее частое следствие наркомании.
- Героин - алкалоид опиума, болеутоляющее средство. Синонимы - Гера, Герасим, Герыч, белый. Сильный наркотик. Король наркотиков .
- Гнать по вене - вводить внутривенно наркотик.
- Гниль (гнилой, проверить на гниль) - ненадежный человек; человек, пришедший к барыге без надлежащих рекомендаций.
- Глюки - от галлюцинации, видения.
- Движение - любое действие, направленное на получение наркотика.
- Детокс - деинтоксикация, процесс освобождения организма от наркотических и иных ядов.
- Дорожка - узкая полоска бумаги с наркотическим веществом для вдыхания, наркотический порошок, насыпанный в виде полоски.
- Дурь - общее название наркотика, выработанных самодельно.
- Закрывать - посадить в тюрьму.
- Кайф (английское *kef*, с арабского) - состояние опьянения после употребления гашиша, ныне понимается и как любое аналогичное состояние, чувство наслаждения, сопряженного с бездельем. Начальную стадию кайфа называют приходом, тягой.
- Калипсол - успокаивающий и снотворный препарат из группы барбитуратов. Наркотик.
- Катран - место, где играют в карты, притон.
- Кидать - обманывать, отнимать чужое (деньги, ценности, наркотики).
- Кипяшиться (кипеж, кипешь) - суетиться, волноваться, беспокоиться.
- Колеса - наркосодержащие таблетки.
- Конь - на конец иглы наматывается толстый комок ваты набирают в шприц раствор.
- Косяк (косячок) - папироса или самокрутка с наркотиком.
- Кореш (корешан) - друг, товарищ, соигольник, поделник.
- Кроить наркоту - распределять наркотики, делиться ими, уделять новообращенным.
- Крысятничать - воровать вещи, деньги, ценности, наркотики у друзей, родных, в собственном доме.
- Кумар (кумарить, перекумарить)- см. ломка.
- Ломка болезненное состояние наркомана после внезапного и полного отказа от привычных наркотиков. Синоним - кумар. Медицинский термин - абстиненция (*abstinentia*, выздоровление).
- Лох (лошара) - неосторожный, излишне доверчивый человек, растяпа, которого можно "кинуть".

- Ляпка - доза наркотического вещества.
- Марихуана - наркотик, получаемый из верхних частей индийской конопли. Синоним - план. См. гашиш.
- Марка - доза ЛСД, синтетического наркотика, обладающего сильным галлюциногенным действием.
- Машина – шприц.
- Мусор - мент милиционер.
- Мутить - сварить раствор.
- Опий (Opium, Zaudanum) - высушенный на воздухе млечный сок, выделяющийся из надрезов на незрелых коробочках некоторых видов мака. Содержит морфин, папаверин, кодеин и др. алкалоиды. Применяется в медицине как болеутоляющее средство. Из опия-сырца ("черняшки") в домашних условиях получают ханку.
- Отмазать - выручить человека, попавшего на преступлении, дать за его освобождение от ареста и суда взятку милиции и т.п.
- Палка, ляпка - доза ханки.
- План - см. Гашиш.
- Пластилин - высококачественный и очень дорогой наркотик из группы препаратов, приготовляемых из индийской конопли.
- Прёт - состояние кайфа.
- Разбуторить - развести наркотик чем-либо.
- Ручник - см. Пластилин.
- Сесть (на иглу, на систему) - получить зависимость от наркотика.
- Скорость - наркотик (типа Экстази) амфетамин.
- Спалить - засветить сообщить милиции или еще кому-либо об употреблении наркотиков или иных правонарушениях.
- Стрелка (перебить стрелку или стрелу и т.п.)- место встречи и сама встеча.
- Стрёмный - (антоним - клёвый) плохой, нехороший, неприятный.
- Торчок (торчать) - наркоман (принимать наркотики, находиться под кайфом).
- Улететь - привести себя в состояние наркотического опьянения.
- Ханка - см. опий.
- Хата - нелегальная торговая точка по продаже наркотиков, яма.
- Ширяться - колоться, вводить наркотики внутривенно.
- Шмаль - см. гашиш.
- Эйэшник от английского АА (анонимные алкоголики) - член этого сообщества.
- Экстази - синтетический наркотик, таблетка с рисунком. Сильный психостимулятор, обычно распространяется на молодежных вечерах, дискотеках, в ночных клубах (в том числе - в томских). Амфетомин.
- Яма - точка по продаже наркотиков, а также место их употребления, наркотический притон.

2.3 Как узнать, употребляет ли ребенок наркотики

Пожалуй, это один из самых важных вопросов для родителей и учителей. Причем, это касается не только «трудных детей», поскольку наркоманами становятся, как отмечалось выше, и вполне благополучные юноши и девушки. Конечно, лучше всего сделать лабораторные анализы крови, мочи, слюны — на содержание наркотиков. Это — самый надежный способ. Но не всегда есть

возможность обратиться в соответствующую лабораторию. Правда, сейчас в аптеках Москвы, Санкт-Петербурга и ряда крупных городов появились в продаже так называемые «экспресс-тесты» на наркотики (внешне они похожи на «экспресс-тесты» на беременность). Но и это пока не всегда доступно, ибо они только-только появились, и в большинстве городов их просто нет.

Значит, надо ориентироваться на те же признаки и симптомы, которые выявлены специалистами в процессе наблюдений за поведением наркоманов. В литературе описаны две основные группы таких признаков: поведенческие и физиологические.

Поведенческие признаки употребления наркотиков (некоторые авторы называют их неспецифическими, т. е. общими для всех наркотиков признаками, в отличие от специфических, появляющихся при употреблении наркотиков определенного вида), беспокоят внимательных родителей в первую очередь. Правда, их иногда расценивают как «вполне нормальные для переходного возраста».

Вот эти признаки:

1) Нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями). Часто она сопровождается учащением количества и увеличением продолжительности «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками.

2) Возможно, ребенок все позже ложится спать и все дольше залеживается в постели с утра. У него появляется сонливость или, наоборот, бессонница.

3) Падает интерес к учебе или к привычным увлечениям, до родителей, возможно, доходит информация о прогулах школьных занятий.

4) Ухудшаются память и внимание. Появляются трудности в сосредоточении на чем-то конкретном. В результате неизбежно снижается успеваемость.

5) 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).

6) Появляются новые подозрительные друзья или поведение старых приятелей становится подозрительным. Разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении.

7) Обращает на себя внимание появление неопрятности во внешнем виде, склонность к прослушиванию специфической музыки.

8) Настроение ребенка — это очень важный признак — меняется по непонятным причинам, очень часто не соответствует ситуации: раздражительность в спокойной ситуации или, наоборот, добродушность в скандале. Появляется болезненная реакция на критику.

9) Ребенок становится изворотливым, лживым, уходит от ответов на прямые вопросы.

10) Наконец, можно заметить следы инъекций (т.е. уколов) по ходу вен на руках. Насторожить может и тот факт, что ребенок стал носить одежду только с длинными рукавами — независимо от погоды и обстановки. Кстати, инъекции наркоманы могут делать себе не только в вены. И если Вы подозреваете, что ребенок «колется» и скрывает следы уколов, то, чтобы обнаружить их, лучше всего поступить так: завести его в отдельную комнату, задернуть шторы, закрыть дверь, включить свет поярче и заставить полностью раздеться. А затем осмотреть спереди и сзади с заведенными за голову руками. Не забудьте проверить ту кожу на голове, которая скрыта под

волосами.

При ингаляции (вдыхании наркотиков через нос) следов уколов вообще не будет, значит надо ориентироваться на другие специфические признаки.

К физиологическим, признакам употребления наркотиков относятся:

- 1) бледность или покраснение кожи;
- 2) расширенные или суженные зрачки;
- 3) покрасневшие или мутные глаза;
- 4) несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- 5) потеря аппетита, похудение, а иногда — чрезмерное употребление пищи;
- 6) хронический кашель;
- 7) плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- 8) резкие скачки артериального давления; 1
- 9) расстройство желудочно-кишечного тракта.

Эти признаки мы рассмотрим применительно к действию отдельных наркотиков. Частично об этом говорилось выше, при описании внешнего вида тех или иных наркотиков и характера их воздействия на организм.

Далее. Может быть, Вам случайно доведется заметить у ребенка шприц, какую-нибудь сушеную траву, непонятный порошок, таблетки или марки, которые не очень похожи на почтовые, бумажки, а иногда и денежные купюры, свернутые в трубочки, закопченные ложки, пузырьки, капсулы, жестяные банки, пачки лекарств снотворного или успокоительного действия. Не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это для уроков химии (или биологии) в школе, что «это принадлежит другу» и т. п.

Надо, конечно, знать и признаки наркотического опьянения. Это поможет точнее сориентироваться в определении того, что происходит с подростком.

Состояние наркотического опьянения напоминает алкогольное, но без характерного запаха алкоголя изо рта. Общим признаком этого опьянения является эйфория, т. е. приподнятое настроение, безмятежное блаженство в сочетании с замедлением или ускорением мышления. Опьяневшие оживлены, веселы, общительны, болтливы, громко разговаривают, назойливы. Нередко возникает сексуальное возбуждение. Однако такое настроение неустойчиво и может внезапно сменяться недовольством. В ряде случаев наблюдается заторможенность мыслительных и мышечно-мускульных реакций, опаздывание с выполнением команд, оцепенелость, вплоть до полного отключения, отсутствие реагирования на обращения к ним.

Иногда при употреблении большой дозы наркотиков наступает полная потеря сознания на длительное время. Появляются расстройства координации движений: они становятся неточными, порывистыми, размашистыми. Опьяневший не может выполнять точные действия, характерно мелкое дрожание пальцев рук. Походка неуверенная, возможны пошатывание при ходьбе, резкие отклонения в сторону от направления движения. Мимика становится ярко выраженной. Речь смазанная, невнятная, «каша во рту», замедленная с внезапными остановками, непоследовательная (легко перескакивают с одной темы на другую). Излишняя жестикуляция. Возможны нарушения почерка (учителям следует обращать на это особое внимание].

Лицо опьяневшего напоминает маску (обвисшие губы, полузакрытые веки), зрачки расширены независимо от освещения, их реакция на свет вялая. В таком состоянии отмечается повышенная потливость, учащается или становится более редким пульс, появляется бледность или покраснение лица. Когда действие препаратов подходит к концу, наркоманы становятся вялыми, малоподвижными,

безразличными к окружающему, пребывают в дремотном, заторможенном состоянии или впадают в глубокий сон. В это время (даже в дневное) разбудить их достаточно сложно.

Кроме общих признаков, свойственных наркотическому опьянению, следует обращать внимание и на специфические, проявляющиеся только при определенном виде наркомании.

Рассмотрим действие наиболее распространенных в России наркотических средств и явные признаки, позволяющие установить факты употребления наркотиков.

Признаки опьянения наркотиками опиатной группы

- Резкие и частые изменения настроения и общей активности вне зависимости от ситуации.

— Необычная сонливость в самое неподходящее время. Бели оставить опьяневшего в покое, он начинает засыпать в любой позе и клевать носом (как говорят наркоманы — «рубиться»), периодически просыпаясь. Если его окликнуть, он сразу же включается в разговор, как будто и не спал. Наблюдается и общее нарушение ритма сна и бодрствования (поздно ложатся __ поздно встают).

— Замедленная речь, слова наркоман растягивает, начинает говорить о теме, которую уже давно обсудили и забыли, несколько раз может рассказать одно и то же. Но может быть оживленным, остроумным, легким в общении. Очень добродушен, покладист, сговорчив и предупредителен.

— Производит впечатление крайне рассеянного или задумчивого человека. Может забыть о сигарете, которая горит у него в руке, и выронить ее, либо обжечь руку.

— Стремится уединиться, лучше в отдельной комнате. Иногда, наоборот, желает быть в обществе, даже если его и не просят; навязчив и назойлив.

— Зрачок (крайне важный признак!) в это время необычно узкий и совершенно не расширяется в темноте, поэтому при сумеречном освещении острота зрения заметно снижается.

— Кожа бледная, сухая и теплая, в то время как при других видах наркотического опьянения выступает пот. Наблюдается зуд кожи лица (особенно кончика носа) и верхней половины туловища. Наиболее ярко это проявляется при употреблении кодеина, когда зуд настолько силен, что у наркоманов имеются многочисленные расчесы кожи головы, шеи за ушами и верхней половины туловища.

— Болевая чувствительность снижена, и он может обжечься о сигарету или горячую сковородку, не почувствовав боли.

Признаки злоупотребления препаратами конопли

Как правило, их курят, забивая в папиросы вместе с табаком (такая самодельная сигарета называется «косяк»).

Признаки опьянения коноплей во многом зависят от дозы, количества принятого наркотика. Обычно опьянение небольшими и средними дозами характеризуется расширением зрачков, покраснением губ и склер глаз, лица. В этом состоянии опьяненные подвижны, динамичны. Решения принимают легко и бездумно. Речь часто ускоренная, многословная, торопливая. Коноплю и ее производные обычно называют «групповым наркотиком». Дело в том, что при приеме, например, «безобидной» марихуаны курильщики чаще всего пользуются одной и той же самокруткой — «косяком». При курении в компании эмоции одного наркомана передаются всем, они заражаются смехом, плачем, кривляются. Именно поэтому в группе подростков, накурившихся конопли, нередко возникает настоящая паника, если кому-то из них почудится опасность. Или это может быть

фонтанирующее безудержное веселье по какому-либо пустячному или глупому поводу. Но веселье мгновенно может смениться раздражительностью или агрессией. Очень характерным признаком интоксикации препаратами конопли является повышенный, прямо-таки зверский аппетит. На исходе опьянения подросток легко может за один раз уплести, например, полкастрюли борща или буханку хлеба, а родители и рады: «Наконец-то начал нормально есть!». Аналогичные признаки наблюдаются и при гашишном опьянении, вызванном приемом гашиша, гашишного масла.

Если доза наркотика большая, лицо опьяневшего может быть бледным, зрачок — узким, губы — сухими. При этом он довольно вял, заторможен, погружен в себя. Говорит «заплетающимся» языком. На вопросы отвечает с задержкой, иногда невпопад, односложно. От него может исходить отчетливый запах конопли. Движения неуклюжие и размашистые из-за того, что нарушена пространственная ориентация. Могут появиться нарушения чувства времени и пространства (несколько секунд для опьяневших тянутся как десятки минут и даже — часов, возникает иллюзия увеличения или уменьшения окружающих предметов). Иногда наркоманам кажется, что у них происходят изменения рук, ног, головы, всего тела, окраска предметов кажется очень яркой, а звуки громкими (маленький шорох воспринимается как грохот). Обычно в таком состоянии наркоман стремится уединиться, чтобы никто не мешал ему разговорами и просьбами. Кроме того, у длительно злоупотреблявших коноплей кожа становится желтоватой, дряблой, похожей на кожу стариков.

Признаки опьянения психостимуляторами

Напомним, что к психостимуляторам относятся такие более или менее распространенные наркотики, как эфедрон, фенамин, «экстази», кокаин, первитин. Вещества эти весьма разные, но вызывают набор сходных признаков в поведении и внешнем виде человека.

— Во время опьянения состояние наркоманов лучше всего характеризуется жаргонным словечком «шустряк»: они необычайно оживлены, стремительны в решениях и поступках. Движения порывистые, резкие. Быстро выполняют все дела, не могут ни минутки посидеть на месте. Периодически начинают куда-нибудь собираться, но могут так никуда и не уйти. Также быстро говорят и перескакивают в разговоре с одной темы на другую. С минуты на минуту меняют свои намерения, поэтому не доводят до конца начатые дела.

— Опьяневшему хочется сделать окружающим что-нибудь приятное, помочь всем нуждающимся. У него присутствует ощущение, что нет неразрешимых проблем, что все можно сделать. Опьяневшему безразлично, с кем говорить. Он навязчиво обращается с разговорами к окружающим, излишне откровенен, стремится поделиться своими необычными ощущениями. Его тянет заниматься творческой деятельностью (писать стихи, рисовать и прочее), не свойственной ему ранее.

— У них расширенные зрачки, очень частый пульс и (если это возможно проверить) повышено кровяное давление. Иногда у них возникает ощущение, что волосы на голове растут, шевелятся, становятся дыбом. Наркоманов мучает сухость во рту, они постоянно облизывают губы. При этом можно видеть немного отечный ярко малиновый язык.]

— Если у наркомана есть достаточное количество денег или наркотиков, он может находиться в состоянии опьянения непрерывно, в течение нескольких суток, и все это время не спать. Конечно, после таких «подвигов» он и на тень-то не похож, не то, что на человека.

Несколько слов об «экстази». В силу того, что его наркотический эффект

немного слабее, чем у эфедрона, фенамина или кокаина, а сами таблетки «экстази» начинают действовать не так быстро, как инъекционные препараты, картина опьянения. Вряд ли будет отчетливо выраженной (не то, что у других психостимуляторов). Но регулярное употребление этих препаратов! все равно сопровождается «скачками» настроения и активно сти, а также снижением интеллекта.

К снотворным относится множество препаратов, но картина опьянения примерно одинакова. Оно очень напоминает алкогольное, только запах не ощущается. Все зависит от принятой Дозы.

Интоксикация сопровождается снижением остроты восприятия окружающего мира (психиатры называют это состояние «оглушением»), преходящим угнетением мыслительных способностей и потерей морально-нравственных ориентиров. Она проявляется в разнузданном поведении, отсутствии чувства такта и навыков вежливости, поспешности и легкомыслии при принятии решений. В отличие от опьянения большинством наркотиков, при использовании снотворных наркоманы зачастую агрессивны и легко лезут в драку.

Зрачки обычно расширены. Кожа, как правило, бледная (а не красная, как у алкоголиков). Частота пульса повышена. Координация движений резко нарушена, они размашистые, избыточные, неуклюжие. Внимание опьяневших неустойчивое, и они быстро переключаются с одной темы на другую. Речь «заплетающаяся», невнятная, излишне громкая.

Затем наркоманы становятся вялыми, сонливыми и в конце концов засыпают. Сон обычно тяжелый, часто с храпом, похожий на сон алкоголика. После пробуждения так же болит голова, ощущается слабость и недомогание. Настроение у них снижено, они раздражительны и угрюмы. Кончается все поиском очередной дозы снотворного или спиртного.

Влияние летучих растворителей.

К летучим наркотическим действующим веществам (ЛНДВ) относят разнообразные растворители, клей «Момент», бензин, ацетон и пр. Не будучи собственно наркотиками, они являются, как уже отмечалось во второй главе, крайне опасными и разрушительными для физического и психического здоровья, тем более, что чаще всего их используют подростки от 10 до 14 лет. Правда, изредка встречается и «профессиональное» злоупотребление ЛНДВ у маляров, шоферов и лиц других профессий, связанных с этой химией. Интоксикация ЛНДВ внешне также очень напоминает опьянение алкоголем. Отличий немного:

— обычно подростки под действием ЛНДВ ведут себя крайне вызывающе и шумно (даже если принятая доза была небольшой): громко кричат, смеются, дерутся между собой и т. д.;

— запах алкоголя при этом отсутствует, зато иногда можно почувствовать слабый запах растворителя, ацетона или бензина, исходящий обычно от волос или одежды.

При систематическом употреблении ЛНДВ окружающим наркомана людям (не слишком близким) становится заметно его отставание в умственном развитии, замедление мышления, ухудшение успеваемости и поведения. Близким же это заметить трудно, так как они в постоянном контакте с наркоманом, а изменения происходят постепенно, а не в виде скачка. У систематически злоупотребляющих ЛНДВ кожа землистого оттенка, переносица и веки несколько отечны, волосы сухие и ломкие.

После опьянения любым наркотиком наступает абстиненция, «отходняк»,

«ломка». Состояние это напоминает состояние после опьянения алкоголем с такими же апатией, вялостью, недомоганием. Преобладает тоскливое, мрачное, подавленное настроение. Чем больше была принята доза, тем хуже самочувствие наркомана после опьянения. Они в это время озлоблены, раздражительны, плаксивы, капризны, вспыльчивы, конфликтны, безучастны к окружающим и близким. У них может возникать беспричинное чувство страха, необъяснимое возбуждение. Возникают головная боль и боль в суставах («все тело ломит»), тошнота, рвота, понос, расстройства сна, повышенная потливость, учащенный или уреженный пульс, дрожание пальцев рук, расширение или сужение зрачков, неспособность переносить психические и физические нагрузки.

Даже очень сильные и терпеливые люди с трудом переносят это состояние, настолько интенсивны боли (они могут даже вызывать попытки самоубийства). Абстиненция — верный признак того, что организм человека уже не может нормально функционировать без наркотических средств. Эта зависимость настолько велика, что без наркотика в отдельных случаях наступает смерть. Все поведение наркомана во время абстиненции направлено на поиск наркотиков. В это время наркоман беспокоен. Он напряжен, раздражителен без причины, нервничает. Ему необходимо найти наркотики, поэтому он либо уходит из дому, либо начинает названивать по телефону и говорить неоконченными фразами и короткими, загадочными предложениями: «Ну, как там?...», «Мне нужно...», «Все готово?...» и т. д. Если к нему пристать с вопросами, он вспылит, нагрубит, и постарается убежать на улицу (подробно о состоянии абстиненции читайте в Словаре). В этот период наркоманы нарушают не только моральные нормы, но и преступают закон. Впрочем, зачастую моральных норм они вообще не придерживаются, и это лежит в основе дальнейшего разрушения нравственных устоев общества. Длительное употребление любого наркотика накладывает отпечаток на внешний облик человека. Наркоманы со стажем, как правило, выглядят старше своих лет. Волосы у них ломкие, зубы крошатся, выпадают, ногти обламываются и слоятся. Кожа дряблая, морщинистая, сухая, бледная, неестественного цвета. Под глазами большие синие мешки, щеки впалые. У этих людей медленно заживают раны. У тех, кто вводит наркотики с помощью шприца, многочисленные следы уколов в области локтевых сгибов, на кистях рук, на ногах, стопах, венах шеи. В местах уколов часто наблюдаются нагноения. Чтобы скрыть следы уколов, наркоманы предпочитают не раздеваться при посторонних.

У хронических наркоманов отмечаются серьезные заболевания жизненно важных органов и в первую очередь сердечно-сосудистой системы, желудка, почек, печени, легких. У парней развивается импотенция. Многие наркоманы равнодушны к своему внешнему облику, выглядят неряшливо, не заботятся о чистоте тела и одежды. У них отмечается подавленность воли, снижение интеллекта, неспособность сосредоточиться, быстрая утомляемость. Наркоман обычно выбирает самые укромные и неожиданные места хранения своих «предметов обихода». И на первый взгляд их, как правило, не видно. Это определяет необходимость регулярных осмотров помещений, чтобы обнаружить вероятные места сокрытия наркотических средств.

Ниже указаны те из мест хранения наркотиков в учебных заведениях и дома, которые выявлены практикой многолетнего наблюдения. Поиск наркотиков в помещениях нужно хорошо организовать. Для этого помещение как бы разбивается на сектора, которые осматриваются последовательно. Иначе можно бесполезно ходить по собственному следу, неоднократно заглядывая в одни и те же укромные места и углы, осматривать одни и те же комнаты и кабинеты.

Практика показывает, что чаще всего наркотики могут быть спрятаны: в полости двери, дверных косяках, под подоконниками, в оконных и дверных ручках, в оконных коробках, ставнях, распределительных щитах, в печных трубах, дымоходах, за экранами, прикрывающими радиаторы парового отопления, под паркетом и линолеумом, за облицовочными плитами, за плинтусами, в ложных потолках, в люках водопроводной системы, в неиспользуемых водопроводах, в воздуховодах, в люстрах, в выключателях, в розетках, в звонках, в ящике (в шкафу) для предметов по уборке помещения, за унитазом, раковиной и в их стоках, в душевых распылителях, в сливных бачках и за ними, в земле цветочных горшков и т. д. Для хранения наркотиков могут использоваться также вещи и предметы, находящиеся в помещениях: телевизоры, телевизионные антенны, радиоприемники, телефонные аппараты, электрообогреватели, пишущие машинки и футляры от них, ящики и клетки для домашних животных, чучела животных, складки занавесок и портьеры, карнизы для занавесок, фотоаппараты, папки, конверты, книги, тетради, настольные лампы и т. д.

Наркотики могут также храниться и на территории, прилегающей к школе, дому: в емкостях, закопанных в землю, под плитами, которыми выкладывают дорожки, в элементах ограды, в дуплах деревьев и т. п. Наркотики могут быть спрятаны в личных автомобилях. Наиболее вероятные места: бампер, обратная сторона номерного знака (крепление при помощи липкой ленты), полость радиатора (при наличии герметических пакетов), брызговики передних колес, воздуховоды системы обогрева, пространство между воздушным фильтром и карбюратором, масляный фильтр, пространство под аккумуляторной батареей, колпаки передних колес и т. д.

Дома наркотики прячутся в кухонной утвари (в рукоятках ножей, солонках, перечницах, приборах для специй, консервных банках), в посылочных ящиках, пакетах с мусором, сложенных газетах, подставке гладильной доски, мелких предметах и упаковках из-под них, авторучках, медальонах, баночках из-под вазелина, обувного крема, аэрозольных упаковках, тюбиках из-под зубной пасты, мыльницах, упаковках из-под лезвий, в ручке помазка для бритья, во флаконах из-под жидкости после бритья, одеколонов, футлярах для очков, запечатанных сигаретных пачках и папиросах (в этих случаях табак значительно темнее), зажигалках, портсигарах, лекарственных упаковках, бинтах, одежде, находящейся в шкафах. Некоторые наркоманы ухитряются прятать наркотики даже в продуктах питания — в крупах и других сухих «сыпучих» продуктах, в хлебе, тортах, сыре, в обертках конфет, плиток шоколада, жевательной резинки, а иногда даже в компотах, варенье...

Наркотики прячутся в обивке мебели, постельном белье, каркасах кроватей, за подкладками чемоданов, дипломатов, портфелей, за рамками картин, окантовкой зеркал и т. д. Они могут быть сокрыты на теле, в носимых одежде и обуви. Особое внимание следует обращать на лацканы, манжеты, воротники, карманы (пистоны), ремни, галстуки, подтяжки, полость каблуков. Наркотики могут быть спрятаны и за козырьком или отворотом головных уборов, за погонами.

Пропитанная наркотическими веществами ткань (носовой платок) зашивается за подкладку, чтобы в подходящий момент в безопасном месте растворить наркотик и выпарить его из раствора. Наркотики могут быть обнаружены между пальцами ног, под лейкопластырем, прикрепленным к стопе, под мышкой | и в других естественных углублениях и полостях тела (например, наркотики могут находиться в заглатываемом контейнере, предварительно привязанном к зубу).

Откровенно говоря, всего не перечислишь. Это лишь подчеркивает сложность

и важность работы по выявлению наркотиков. Излишне подчеркивать, что ее надо вести, как и всю профилактику, вместе — учителям и родителям, иначе ее результаты будут минимальны. Родителей следует особо предупредить о возможных кражах определенных лекарств из домашней аптечки, привлечь их внимание к случаям появления среди домашней посуды потемневших ложек (от подогревания порошка снизу зажигалкой или свечкой для его расплавления с целью внутривенного введения).

Родителей должно настораживать появление в столе или книжных полках коротких трубочек для коктейлей (как прави-ло, это приспособление для нюхания наркотического порошка), атрибутов для кипячения шприцов. Ясно, что эта работа носит несколько щепетильный характер — ведь надо осматривать не только рабочие помещения, где учатся юноши и девушки, в силу обстоятельств попавшие в паутину наркомании, но и помещения, где они живут, осматривать их личные вещи, а по возможности и их самих, наблюдать за их поведением в учебном заведении и дома, в местах встречи с друзьями, их «тусовок».

2.4 Как пробиться через механизмы психологической защиты ребёнка

Инфантильная личность, то есть личность незрелая, неуверенная в себе, с несформировавшейся способностью получать телесные удовольствия, будет стремиться получить удовольствие не телесными методами (в нашем случае с помощью наркотиков). Однако, наши дети прекрасно знают и чувствуют, что такие методы получения удовольствия находятся под запретом общества. Поэтому, где-то в глубине души Ваш ребенок постоянно чувствует постыдность и неполноценность наркотического способа получения удовольствия.

Желание принимать наркотическое вещество и ощущение, что этого делать нельзя столкнутся в его душе и вызовут тревогу и неуверенность в своих поступках. Слова и действия родителей и врачей направленные на прекращение приема химических веществ, вызывающих удовольствие, будут вызывать усиление этой тревоги.

Человек не может жить с постоянным ощущением тревоги. Бессознательные механизмы психики подростка будут вызывать психологическую защиту личности от факторов, способных усилить чувство тревоги.

Самым первым таким фактором у любого молодого человека будут первые разговоры с родителями. Поэтому в первую очередь мы столкнемся именно с психологической защитой личности.

Если в результате проведенного теста Ваш ребенок оказался относящимся к типу I (холерик), то наиболее вероятно, что такой человек будет защищаться от тревоги, вызываемой как приемом наркотиков, так и необходимостью прекращения их употребления способом, который психоаналитики называют «идеализацией».

1. «Идеализация». Этот способ защиты рождается из убежденности маленького ребенка в том, что их родители являются богами, способными на сверхчеловеческие деяния. Личность бессознательно верит в то, что кто-то всемогущий обеспечит защиту в любой ситуации.

Такой подросток будет защищаться от тревоги тем, что будет искать опеки кого-то, кого он чувствует психологически более сильным. Очень часто такие ребята не очень интересуются эффектом наркотика. Как это не покажется странным, для

них самое главное — это компания «сильных» ребят с простой, понятной (т.е. примитивной) системой ценностей.

Такой подросток спасается от тревоги, стремясь полностью попасть под влияние какого-то авторитета. Он стремится полностью идентифицировать себя с ним, психологически слиться с таким человеком или людьми, вести себя и действовать так же, как и они.

Главное в поведении родителей с такими подростками — это развенчание его наркотических авторитетов. Родители должны разобраться в том, что окружает подростка и продемонстрировать ему «изнанку» окружающей его среды. Делать это, конечно, нужно не в лоб, а косвенно, подсовывая подростку материалы о наркоторговцах и т. д.

Как Вы уже поняли, главным в такой работе являются принципы, описанные выше как «Делай наоборот» и принцип авторитета.

Важно понимать, что таким детям абсолютно противопоказаны авторитарные принципы психотерапии, такие как «кодирование» и другие волшебные палочки. Такие ребята очень легко попадают под влияние и могут оказываться в психологической зависимости от врача-психиатра. Врач для таких ребят должен быть авторитетом, но не превращаться в наркотик.

Не надо забывать о том, что подростки, которые склонны идеализировать людей, которые их окружают, могут так же легко возненавидеть их. Если авторитет при близком общении не оправдал ожидания подростка, то молодой человек начинает отрицать его с такой же силой, с какой раньше идеализировал.

Если Ваш ребенок относится к типу II (сангвиник), то скорее всего он защищается от тревоги с помощью поведения, которые психоаналитики называют «примитивное всемогущество».

2. «Примитивное всемогущество». Происхождение такого способа защиты, как Вы помните, берет свое начало в «застревании» у взрослого человека нарциссической фазы развития чувства телесного удовольствия.

Для таких подростков главный способ избежать тревоги состоит в манипулировании другими людьми. В наркотической среде они очень быстро становятся мелкими торговцами наркотиками или, по крайней мере, добывают деньги с помощью разбавления и перепродажи наркотиков.

Они разбавляют наркотик не без удовольствия. Сознательно или бессознательно им доставляет удовольствие мысль о том, что кто-то другой отравится еще хуже, чем он сам. Такие подростки не говорят правду «до последнего». Дома они с удовольствием используют все описанные нами способы манипулирования родителями.

Главный способ убедить их изменить отношение к наркотикам — максимально жестким способом пресечь возможности для манипулирования. Таким подросткам необходим жесткий контроль в семье. Любая его ложь, любая попытка манипулировать родителями должна быть раскрыта и оглашена публично. Для таких подростков крайне значима встреча с милицией.

Милиция и органы дознания — это такое место, где будут манипулировать им, а он продолжать манипуляции не сможет. Может быть очень полезным найти молодого человека, который приобретает наркотики у Вашего ребенка. Если Вы сможете сообщить следующему звену в цепочке, что Ваш сын их сильно разбавляет, то Ваш ребенок также не сможет манипулировать другими, даже находясь внутри собственной наркотической компании.

Такому человеку необходим врач с жесткой, авторитарной линией поведения. Вам нужно найти специалиста, которым Ваш ребенок не сможет манипулировать.

Жесткий контроль свободного времени необходимо организовать на весь период лечения такого подростка.

Если в результате проведенного тестирования Ваш ребенок оказался принадлежащим к типу III (флегматик), то наиболее вероятно, что в качестве психологической защиты он использует способ, который психоаналитики называют «примитивное отрицание».

3. «Примитивное отрицание». Это способ психологической защиты, заключающийся в отказе подростка признать существование тревожащих неприятностей чем-то реальным. Его происхождение скрывается в анальной фазе становления человеческой сексуальности. Отрицание — это, фактически, магическая форма защиты — «если я этого не признаю, значит этого в действительности не существует».

Такой подросток способен вытеснить любую неприятность на периферию сознания, фактически, он мгновенно о ней забывает.

Молодые люди, пользующиеся такой формой защиты, почти всегда склонны к перепадам настроения и затяжным периодам депрессии.

При откровенном взрослом разговоре во время депрессии они достаточно легко соглашаются лечиться, но, к сожалению, в ходе лечения часто срываются, так как неустойчивость психики является наиболее общим свойством их характера. Твердо принятое решение они через 5 минут забывают благодаря своей способности к вытеснению.

Для лечения таких подростков необходимо искать жестко структурированные длительные реабилитационные программы. Психотерапевтический подход общества анонимных наркоманов как будто специально создан именно для таких людей. Если Ваш ребенок пользуется именно таким способом психологической защиты, то обязательно обратитесь в «Общество Анонимных Наркоманов» («АН»).

Все обязательства такого молодого человека родители обязаны принимать только в письменном виде. Стратегия письменных контрактов в этом случае является не желательной, а обязательной.

Еще одним видом отрицания является тип психологической защиты, который в психоанализе называется «примитивное расщепление».

Для родителей наших пациентов необходимо понимать, что такие подростки как бы делят себя на две личности: «Я — наркоман» и «Я — без наркотиков». В реальности это обозначает следующее:

«Раз я сию минуту не употребляю наркотики, значит, я — хороший и все вокруг должны мне доверять... Раз я хороший, значит, мне можно покурить разочек. Раз я покурил разочек, значит, мне можно покурить и побольше. Вчера я был наркоманом и был плохой. Сегодня я не курил, значит, я хороший, и мне сегодня снова все должны доверять и делать подарки».

Каждый период отказа от приема наркотиков молодой человек как бы вытесняет из памяти, отрицает то время, когда он наркотики употреблял, и поэтому не испытывает ни чувства вины перед окружающими, ни тревоги.

Рекомендации примерно те же.

Если Ваше тестирование показало, что Ваш ребенок относится к типу 4 то он скорее всего пользуется самой древней формой психологической защиты, которую психоаналитики называют «примитивной изоляцией».

4. «Примитивная изоляция». Когда младенец перевозбужден или расстроен, он просто-напросто засыпает, то есть, при возрастании количества стрессов или уровня тревоги, человек стремится перейти в другое состояние сознания. Наиболее частый вариант такой изоляции — либо уход в собственные фантазии, либо бегство

от стрессов в химические вещества, то есть, собственно, в наркотики. Надо сказать, что такие подростки чаще всего удивительно отзывчивы и чутки. Они склонны к затяжным переживаниям и депрессиям.

Для получения согласия на лечение эффективнее всего постараться показать подростку, что наркотик не прячет его от пугающей реальности, а наоборот, приводит к столкновению с самыми кошмарными сторонами действительности. На таких ребят хорошо действуют нейтральные разговоры родителей о СПИДе или гепатите у наркоманов, о их ранней смерти.

В таком способе психологической защиты есть одно неявное достоинство — бегство подростка в фантазии не требует искажения самой реальности. Поэтому на него хорошо действуют спокойные рассудочные доводы и аргументы. С переменным успехом они/подростки поддаются внушению врачей при сохраненном на весь период лечения разумном и доверительном контроле родителей. Каждое требование родителей к ним должно быть тщательно мотивировано с помощью рассудка. На этих подростков особенно хорошо действует техника письменных контрактов.

2.5 Когда каждая секунда на счету

Среди несчастных случаев у детей острые отравления занимают третье место по частоте, уступая травмам и ожогам. Большинство отравлений у детей носит случайный характер, однако велико и число случаев намеренного употребления отравляющих веществ. Отравления у детей развиваются быстрее, чем у взрослых из-за того, что яд всасывается сразу после попадания в желудок и кишечник, антитоксическая функция печени и выводящая функция почек еще слабо развита. При обнаружении ребенка с признаками отравления необходимо:

- попытаться выяснить, какое вещество и в каком количестве попало в организм. Если имеются остатки принятого вещества или сохранилась упаковка, их необходимо захватить, чтобы показать врачам;
- установить точное время, когда было употребление;

Если характер яда неизвестен, то его можно предположить по сочетанию некоторых симптомов:

<i>Симптомы</i>	<i>Отравляющее вещество</i>
Бессознательное состояние	Бензин, керосин, щелочи, кислоты
Специфический запах	Алкоголь, бензин. Керосин, фенол
Ожог слизистых	Кислоты. Щелочи, силикатный клей, негашеная известь
Кожные кровоизлияния	Гепарин, фенамин, бензол, салицилаты
Судороги	Адреналин, аминазин, стрихнин
Расширение зрачков	Атропин, белена, кодеин, белладонна
Сужение зрачков	Барбитураты, аминазин
Потливость	Салицилаты, плокарпин
Сухость во рту	Атропин, фенамин

Рассмотрим проявления и помощь при отравлении некоторыми видами психоактивных веществ.

Отравление производными опиоидов (морфин, героин, кодеин, трамол, фентанил)

Проявления: угнетение сознания до глубокой комы, сужение зрачков, бронхоспазм, судороги, следы от инъекций на локтевых сгибах.

Психические и другие нарушения:

Эйфория, экстаз, сонливость, нарушения сознания, тревожность, смазанная речь, заторможенность, утрата аппетита, снижение полового влечения и общей активности.

Помощь:

- промывание желудка
- солевое слабительное
- оксигенотерпия
- согревание тела

Отравление барбитуратами

Летальная доза барбитуратов составляет около 10 терапевтических доз в зависимости от препарата и индивидуальной непереносимости.

Проявления: угнетение дыхания, сужение зрачков, гиперсаливация (обильное слюноотделение), "сальность" кожного покрова, артериальная гипотония, тахикардия, бледность кожи, угнетение сознания, вплоть до комы.

Помощь:

- промывание желудка
- искусственная вентиляция легких

Отравление летучими растворителями

При ингаляционном способе попадания в организм пары бензина вызывают прямое повреждение эпителия бронхов, альвеол и легочных капилляров.

Проявления: при употреблении внутрь - тошнота, рвота, головная боль, боли в животе, диарея, увеличение печени, возможны судороги, развитие острого психоза. При вдыхании паров бензина или керосина отмечаются головокружение, головная боль, возбуждение, сменяющееся угнетением, судороги, кома.

При отравлениях скипидаром - рвота, тошнота, угнетение дыхания, уремия, гематурия

Психические и другие нарушения: эйфория, ощущение пустоты в голове, спутанность сознания, галлюцинации, потеря аппетита, вспыльчивость, смазанная речь. Легко происходит передозировка, приводящая к повреждению органов, сердца и смерти от удушья.

При длительном употреблении наркомана характеризуют расширенные или суженные зрачки, налитые кровью глаза, отеки вокруг глаз, шмыганье носом как следствие раздраженных слизистых, а также запах растворителя изо рта.

Достаточно быстро происходит изменение личности.

Помощь при употреблении внутрь:

- промывание желудка
- ввести в желудок вазелиновое масло для растворения бензина, скипидара, керосина в дозе 3 мл/кг

- энтеросорбция
- солевое слабительное

Помощь при ингаляционном употреблении:

- вывести из помещения, насыщенного парами бензина, керосина
- оксигенотерапия

Отравление спиртами и его суррогатами

Выделяют виды спиртов:

- спирт этиловый (этанол)
- спирт метиловый (муравьиный спирт, метанол, древесный спирт)
- спирт гидролизный и сульфитный
- денатураты (технический спирт с примесью метилового)
- одеколоны, духи и лосьоны (содержат 50-80% этилового спирта, метиловый спирт, альдегид, эфирные масла и др.)

Проявления: эйфория, оживление, нарушение координации движений, сменяющаяся сонливостью, спутанностью сознания, слюноотделением, рвотой. Позже нарушения ритма дыхания, покраснение, а затем побледнение и охлаждение кожи, снижение артериального давления, развитие комы.

При отравлении метиловым спиртом опьянение выражено слабо, отмечаются тошнота, рвота, «мушки» перед глазами. А через 12-24 часа проявляется слепота, боли в спине, ногах, животе, жажда. Развивается одышка, судороги.

Помощь:

- промывание желудка через зонд
- солевое слабительное

Отравление транквилизаторами (успокаивающие, снотворные препараты)

Картина отравления близка к проявлениям интоксикации барбитуратами. Начальные симптомы: сухость во рту, слабость, сонливость, покраснение кожи, расширение зрачков, присутствие восприятия удовольствия от боли, обильное потоотделение. В дальнейшем понижение кровяного давления, угнетение дыхания, судороги, развитие депрессии.

Помощь:

- промывание желудка
- активированный уголь
- солевое слабительное
- очистительная клизма
- оксигенотерапия, в тяжелых случаях искусственная вентиляция легких

Таким образом, общие принципы оказания помощи при отравлениях – это ликвидация действия яда, применение антидота (вещества, нейтрализующего действие яда), универсальным антидотом является активированный уголь, а также

**при всех отравлениях
необходимо вызвать «Скорую помощь» и
обязательна экстренная госпитализация
в реанимационное отделение, ведь каждая секунда на счету...**

2.6 Подростку о насвае

Дорогие ребята!

О веществе насвай ходят разные слухи: говорят, что это надёжное средство, чтобы бросить курить; считают его то релаксантом, то видом табачного изделия, некурительным табаком для сосания.

Насвай относится к опасным для жизни продуктам токсического происхождения. Его употребление отражается на психическом развитии - снижается восприятие и ухудшается память, появляется неуравновешенность. Очень скоро изменяется личность потребителя насвая: нарушается психика, нервирует непреходящее чувство растерянности.

Фабричного насвая нет. Лепят его в домашних условиях – там, где находят нужное количество верблюжьего кизяка или куриного помёта.

Внешний вид у него разный -от зелёных шариков до серовато-коричневого порошка, лежалый -похож на порошок почти чёрного цвета.

Применяют его, закладывая под нижнюю или верхнюю губу, под язык или в носовую полость.

Какой же состав насвая? Название, вероятно, связано с тем, что раньше для его изготовления использовали растение нас. Сегодня основной компонент насвая-табак. В смеси добавляют гашеную известь, золу растений, верблюжий кизяк или куриный помёт, иногда масло, а кое-где к навозу подмешивают сухофрукты и приправы. Есть данные и о другом составе насвая, когда табачную пыль, клей, известь, воду или растительное масло скатывают в шарики. Добавки держат форму, гранулируют пылеобразные отходы табачного производства.

Когда растения удобряют неразбавленным куриным помётом, оно «сгорает». То же происходит в организме человека: в первую очередь, «горят» слизистые рта и желудочно-кишечного тракта. Потребление насвая может стать причиной рака слизистой полости рта и гортани, болезни зубов (пародонтоз), способствует развитию заболеваний желудочно-кишечного тракта (гастрит, язва желудка и прочих). По данным Узбекистанского онкологического центра 78 % больных раком ротовой полости и гортани потребляли насвай. Сильное жжение слизистой ротовой полости, тяжесть в голове, а позднее - во всём теле; апатия, резкое слюноотделение, головокружение, расслабленность мышц, а при попадании крупинки зелья в желудок добавляется тошнота, рвота, понос. Сочетание алкоголя с насваем приводит к тяжёлым отравлениям организма.

Поскольку в насвае намешено всего, то у сосущих его может развиваться зависимость не только никотиновая, но и от других химических веществ. Вскоре подростку хочется уже более сильных ощущений, что подталкивает «насвайщика» к употреблению алкоголя и наркотических веществ.

Телефон доверия Управления Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков России по Курганской области: 422-777, gnk@zaural.ru

3 РАЗДЕЛ. Беседы со школьниками по профилактики наркомании

3.1 Содержание бесед для младших школьников

Я больше не курю (сказка)

(1 час)

Однажды Заяц стал чемпионом леса по бегу. И так зазнался, что с другими зверями дружить перестал. "Да, я самый сильный! Я самый ловкий! Я самый быстрый!", - хвастался он. Слушала, слушала его старая ворона и решила проучить зазнайку.

Облетела она весь лес, расклеила объявления по соснам да березам о новых соревнованиях. Стали звери готовиться, тренироваться. Волк старается. Гимнастикой занялся, по утрам пробежки делает. Медведь пыхтит, штангу поднимает, гири подбрасывает - силу качает. Ежата наперегонки бегают по лесным дорожкам туда - сюда. Все готовятся. Каждому чемпионом стать хочется. Только заяц посмеивается. Под кустом полеживает, лапой покачивает.

- А что мне тренироваться! Я и так чемпион! И в этот раз первым буду!

Подлетела к нему ворона и говорит: "правильно, Косой! Зачем тебе зря силы расходовать? На-ка лучше сигаретку да покури в тенечке". Взял заяц сигарету, закурил, закашлялся. Взял другую. Ничего. Третья сама в рот "пошла". Так и выкурил потихоньку целую пачку. За другую принялся.

А время быстро идет. Настал день соревнований. Звери готовы. Веселые, бодрые вышли на старт. Заяца ждут. А его все нет и нет. Отправили за ним ворону.

Прилетела ворона к Заяцу и видит: сидит Косой бледный, дышит тяжело, лапы трясутся, вокруг окурки валяются, чемпионскую ленту через плечо завязывает. Собрался кое-как. Поковылял на стадион. А звери волнуются, шумят. Увидели Заяца, обрадовались. Ну, наконец-то! выстроились на беговой дорожке, с лапы на лапу переступают, сигнала ждут. А Заяц среди них пыжится, чемпионскую ленту поправляет. "Да, я! Я первый буду!" - бормочет себе под нос.

Раздался выстрел. Побежали. Волк впереди. Легко бежит, весело. Медведь от него не отстает, пыхтит. Ежата коlobками катятся, только лапки мелькают. А Заяц пробежал несколько шагов и закашлялся, сердце так в груди забилося, что вот-вот выскочит. Пробежал еще несколько шагов, побледнел и свалился под куст.

Тем временем соревнования закончились. Волк победил. Все победу празднуют, нового чемпиона поздравляют.

А Заяц-хвастун доплелся еле-еле до своего домика и горько заплакал.

Хитрая ворона тут как тут. "Не плачь, Косой! Я тебе сигаретку принесла, покури лучше, легче станет", - говорит она.

Рассердился Заяц, прогнал ворону, выбросил сигареты. И с тех пор с этой вредной привычкой - курением расстался.

По утрам гимнастику делает, холодной водой обливается, чемпионом стать готовится.

Курильщику - первому в спорте не быть! Так-то!

Переполох в Королевстве Дыхания (сказка)

(1 час)

В некотором царстве, в некотором государстве - в Королевстве Дыхания - жил был царь Носиус. И была у него красавица-жена Трахея Бронховна. Все было в этом царстве хорошо. В один прекрасный день осчастливила царица все царство, родив на свет двух дочерей-близняшек, которых назвали одинаковыми именами - Легочки.

До того они были пригожи, что отец не смог удержаться, чтобы не созвать гостей на пир. Пир был на весь мир! И кого там только не было: и неумолимый, вечно куда-то скачущий рыцарь доброе сердце, и ворчливый толстый маркиз Желудкович, и изящный, с хорошими манерами де Разумус, и маленькие загорелые сестрички Почконелли, и вспыльчивый, с горячим нравом, король Кислород-1 с сыновьями.

Не пригласил только король весьма неприятную соседку Никотини-Табакини, от которой всегда почему-то пахло дымом, да еще барона фон Алкоголя, о котором поговаривали, что с ним опасно иметь дело. Затаили эти двое страшную злобу на короля с королевой и решили явиться во дворец незваными гостями. Щедрая госпожа природа прислала на этот праздник свои богатые дары: стол ломится от груш, кизила, смородины, малины.

Пришло время поздравлять Легочек. Первыми поздравили родители. Потом подошел рыцарь Доброе Сердце: "Дорогие Легочки, я желаю вам всегда быть здоровыми и не забывать своих добрых друзей. От вашего благополучия зависит и наше". Затем вперед вышел уважаемый всеми за его ум герцог де Разумус. Он произнес краткую речь: "Легочки, всегда выполняйте по утрам дыхательную гимнастику! Если я буду знать, что вы это делаете, у меня прибавится сил для борьбы с моим вечным недругом Углекисло Газовым, который уже не раз пытался меня отравить".

Вдруг двери зала распахнулись, и на пороге появилась сеньора Никотини-Табакини с бароном фон Алкоголем: "Ну что ж, король и королева, не захотели позвать нас в гости, так получайте же "подарочек": как только вашим дочерям исполнится восемнадцать лет, утратят они всю силу жизни и свою красоту, и уж ничто им не поможет, если только не спасут их отважные королевичи, имени которых мы вам не скажем".

Много лет прошло с того веселого пира. Девочки выросли, похорошели. Пришло время учения, и коварная сеньора Никотини-Табакини прикинулась гувернанткой, чтобы проникнуть в дом и взяться за свое черное дело. Король с королевой были озабочены и опечалены, видя, как увядали с каждым днем их Легочки. Но у девочек был хороший добрый друг - веселый клоун, по имени Горьтаньол.

Всегда он был утешителем в неудачах и затейником в веселье. Понял клоун замысел коварной гувернантки и решил спасти Легочек. Позвал он на помощь отважных королевичей - сыновей короля Кислорода-1. Долго длилась борьба с заклятыми врагами. Легочки выполняли дыхательную гимнастику, каждый день на их столе были вкусные полезные продукты, которые присылала свежими со своей фермы госпожа Витамины, часто их приглашал кататься на яхте добрый друг семьи Океансон, так что девочки регулярно принимали морские, воздушные ванны, совершали прогулки на свежем воздухе вместе с королевичами - сыновьями Кислорода-1. Сколько ни старались сеньора Никотини-Табакини и ее приятель барон фон Алкоголь, ничего у них не вышло.

Выгнал король из дома коварную сеньору, и стали Легочки опять расцветать

и хорошеть. Подружились они с королевичами, и отец королевичей Кислород-1 подарил Легочкам секрет вечной молодости и красоты. Стали они жить-поживать.

Мораль сей сказки такова: если подумать да приглядеться, то легко поймешь, что добрые герои сказки все при нас живут в дружбе и помогают друг другу, как могут, потому что понимают: врозь им никак нельзя, один зависит от другого.

Ну, а злые тоже бродят где-то неподалеку, подстерегая свою добычу, прикидываясь добрыми соседями или наставниками.

Так давайте же никогда не приглашать на свой радостный бал жизни ни коварную сеньору Никотини-Табакини, ни барона фон Алкоголя, ни кого другого из их вредной компании - всех этих Токсинчиков, Вирусовичей, Микробусов, Насморкадзе, Кашелидзе, Хворобичей, Простудичей. Без них в королевстве Дыхания и жить веселее и дышать легче.

А теперь вспомни один из эпизодов своей жизни, когда тебе дышалось легко и просто. Воздух был наполнен ароматом свежести и какого-то необъяснимого счастья.

Закрепи это ощущение, закрыв глаза. Теперь сравни его с удушающим дымом сигареты, горечью во рту и сухостью в горле.

Выбор делаешь ты! А мы предлагаем формулу валеологического воздействия И.Ю. Глиняной.

"Я лежу на берегу речки, в лесу... Журчит вода, поют птицы, тихо шумит листва деревьев. Я спокоен... Я лежу на спине, смотрю в голубое небо. Там плывут легкие белые облака. Надо мной качаются верхушки деревьев. Я слушаю успокаивающий шум леса. Мне хорошо, приятно, легко... Я как будто повис в воздухе, я как бы в состоянии невесомости... У меня такое ощущение, будто я растаял... Моя правая рука погружена в нагретый солнцем песок. Песок нагревает мою правую руку. Мне спокойно, потому что легко дышать".

Коварные помощники (сказка)

(1час)

В лесу жила Лиса, рыжая и хитрая. Очень ей хотелось быть главной в лесу, подчинить себе всех лесных жителей.

Лиса понимала, что одной хитрости для этого, конечно, мало. Волк и медведь - самые сильные, Сова и Еж - самые мудрые, Заяц - самый быстрый. Вот и решила Лиса найти себе "помощников". Она взяла бутылку бензина, тюбик клея, все таблетки из домашней аптеки и приступила к выполнению коварного плана.

Медведя она нашла дома скучающим на диване.

- Все надоело: и грибы, и ягоды, и на диване лежать, и по лесу гулять, - зевнув, сказал Медведь.

- Я тебя развлеку, Косолапый. Хочешь "мультки" посмотреть? Понюхай вот бензинчика, - предложила Рыжая Плутовка.

Вдохнул Медведь бензиновых паров, и... поплыли разноцветные круги, полетели красные бабочки, зажужжали пчелы. Бросился Медведь их ловить, а в лапах только воздух оставался.

Смотрит на него Лиса и радуется: "Кажется, один попался". Пошла Рыжая Плутовка дальше. Зайца она встретила на огороде. Он старательно поливал капусту и любовался пышными кочанами. Увидев Лису, он задрожал, как осиновый куст, и стал искать спасения.

- Подожди, Косой, я с миром пришла, - ласково пропела Плутовка, - Хватит тебе всех бояться. Хочешь стать самым сильным?

- Хо-хо-чу...- только и смог выдавить из себя Заяц.

Показала Лиса, как надо пользоваться клеем, отошла в сторонку и наблюдает.

Понюхал Косой "чудодейственный" тюбик. Закружилась у него голова. Сосны и березки вокруг хоровод водят. Ягодки улыбаются, грибочки приветливо шляпки снимают и подмигивают. Почувствовал себя Заяц уверенным и сильным. Посмотрел на Лису, а она ... маленькая-маленькая, ногой раздавить можно. Бросился Заяц на нее.

- Теперь за все обиды рассчитаюсь с тобой, Рыжая.

Побежал Заяц, оступился и упал в канаву.

А Лиса усмехается:

- Еще один есть.

Возле старого пня она встретила Ежа. На его колючках красовались грибы.

- Привет, Колючий! Что, устал?

- Да вот отдохнуть решил.

- А у меня прекрасное лекарство есть. Выпьешь несколько таблеток - всю усталость как рукой снимет, снова станешь бодреньким.

Выпил Ежик таблетки. Ему стало легко и весело. Он забыл о зиме, Ежихе и ежатах. Но внезапно настроение резко изменилось. Ежу стало грустно. Он заплакал.

Лиса довольно усмехнулась:

- И ты попался.

Наступила ночь. Лес спал. Только Сова несла дозор. Все ли спокойно? Все ли на месте? Подлетая к реке, она увидела Медведя, который то и дело опускал в воду свою голову.

- Что с тобой, Косолапый?

- Обманула меня Рыжая. "Мульттики" пообещала. Ничего не помню, только голова разламывается.

- Да тебе нужен Айболит! - воскликнула Сова и полетела дальше.

Стоп! Кто-то пытается выбраться из канавы. Да это же Косой! Сова подлетела к нему.

- Давай помогу. Что с тобой случилось?

- Обманула меня Лиса. Пообещала меня сильным сделать. Больше ничего не помню. Как в канаве оказался? Почему лапа болит?

- Только Айболит тебе сейчас поможет, - сказала Сова и полетела дальше.

Возле старого пня она услышала чей-то плач. Плакала Ежиха.

- Просыпайся, просыпайся, пойдем домой. Ежата нас ждут, - причитала она.

Но Ежик даже не двигался. Сова не стала выяснять, в чем дело. Она уже поняла, что это дело рук Рыжей Плутовки. Сова полетела прямо к Айболиту. Айболит ее выслушал и помчался к пострадавшим. Он дал лекарство Медведю и Зайцу, промыл желудок и сделал искусственное дыхание Ежу. А всем строго-настрого наказал: "Никогда не нюхайте ни бензин, ни ацетон, ни клей, ни другие пахучие вещества, не пейте без назначения доктора лекарства".

А чтобы не скучно было жить, чтобы чувствовать себя сильным и здоровым, надо заниматься спортом, обливаться холодной водой. Полезно и в лесную библиотеку записаться.

- А еще, - вмешалась Сова, - завтра на большой поляне, возле старого дуба, состоится цирковое представление. Вот где будет веселье!

Вопросы к сказке:

1. Почему герои сказки оказались в плачевном состоянии?
2. Как избежать таких ситуаций?
3. Что помогает быть здоровым, сильным и жизнерадостным?

Из истории курения табака

(1 час)

Курение известно с древнейших времен. В трудах древнегреческого историка Геродота имеются сведения о том, что скифы вдыхали дым сжигаемых растений, содержащих различные одурманивающие вещества. В древней китайской литературе можно найти свидетельства о курении табака. Изображение трубок сохранилось на старых индийских картинах. Курение табака имело место в древности и в ряде стран Азии. Однако большинство народов долгое время ничего не знали о табаке и прекрасно обходилось без него.

Широкое распространение табака началось после открытия Колумбом Америки в 1492 году. Высадившись на острове Гуанахани (Сан-Сальвадор), матросы Колумба с удивлением наблюдали, как индейцы туго сворачивают листья какого-то растения, поджигают их и втягивают в себя дым из тлеющих листьев, выпуская его через нос и рот. Эти свертки местные жители называли "табако" и "сигаро".

В знак приветствия и выражения дружбы индейцы предложили Колумбу и его спутникам свернутые в тонкие рулоны сухие листья табака. Таким образом, испанские матросы стали первыми курящими европейцами.

Первые попытки курения вызывали у моряков сильный кашель, слезы, головокружение, у некоторых пропадал сон и аппетит. Однако постепенно они стали привыкать к табаку. Привычка курить укоренилась.

Индейцы использовали листья табака и табачный пепел для лечения ран и язв. Это породило представления о лечебных свойствах табака.

Известен такой исторический факт. Французский посол в Португалии Жак Нико в 1560 году привез своей повелительнице, королеве Франции Екатерине Медичи, табачный порошок от головной боли. Нюханье табака приносило, якобы, облегчение страдавшей мигренью королеве. С именем Жака Нико и связано ботаническое название табака и основного его алкалоида - никотина. Врачи того времени верили в лечебные свойства табака, приписывали ему способность снимать утомление, "отделять мокроту", освободить от удушья.

Однако случаи тяжелого отравления табаком вызвали в скором времени гонение на курильщиков в разных странах. В Англии в XVI веке их приговаривали к смертной казни. Особенно нетерпимо к курению табака относилась церковь. В Италии папа Урбан VII отлучал от церкви католиков, которые курили и нюхали табак, а несколько монахов в 1692 году даже были за это заживо замурованы в стену. В Турции в начале XVII века за курение сажали на кол, в Персии вырывали ноздри, а торговцев табаком сжигали на костре.

И, тем не менее, несмотря на такие преследования, табак победоносно распространился на всех континентах.

Историки утверждают, что на Руси табак появился во времена Ивана Грозного. Это "чертово" зелье завезли английские купцы. Но и в России курение сурово преследовалось. Царь Михаил Романов в 1633 году издал специальный указ, запрещающий курение. Курильщиков наказывали кнутом и палочными ударами, а злостным отрезали носы или уши, ссылали в Сибирь. Торговцев приговаривали к смертной казни.

Отменил запрет на курение Петр I, который сам пристрастился к этой привычке на корабельных верфях Голландии. Петр I разрешил продажу табака в России английским купцам, установив за это пошлину в пользу государства. С той поры в России стал культивироваться табак. При Екатерине II в Крыму были целые табачные плантации.

К концу XVIII века в мире уже не было страны, куда бы ни проник табак. Развивалась новая промышленность - табачная. Папиросы и сигареты находили все больший спрос. Вредная привычка курить прочно вошла в быт.

Алкоголь и дети (2 часа)

История изготовления хмельных напитков уходит в глубь тысячелетий. Алкогольные напитки получали из пальмового сока, ячменя, пшеницы, риса, проса, маиса. В древней Индии приготавливали напиток "Сома", игравший большую роль в религии Ариев. Особый вариант сомы получали выжимкой из грибов (мухоморов и других). Сому пили жрецы во время ритуальных церемоний, жертвоприношений. Люди верили, что именно сома давала богам все их могущество. Простому смертному сома дарилась будто бы продление жизни, исцеления от болезни.

Но особо широкое распространение в древности нашло виноградное вино. В Греции виноград начали возделывать за 4 тысячи лет до н.э. Вино также считалось даром богов. Покровителем виноградарства и виноделия в Греции являлся Дионис, сын Зевса. В честь Диониса проводились специальные праздники. На них устраивались торжественные процессии, игры, состязания поэтов, хоров, приглашались гости из других стран.

Но уже тогда было замечено, что неумеренное употребление любых опьяняющих напитков опасно. Поэтому греки, как правило, пили виноградное вино, разбавленное водой, так оно лучше утоляло жажду, и человек не пьянел.

Чистый спирт стали получать в VI-VII в.в. арабы и называли его "аль коголь", что означает одурманивающий.

В средневековье в Западной Европе также научились получать крепкие спиртные напитки путем возгонки вина и других бродящих сахаристых жидкостей. Согласно легенде, впервые эту операцию совершил итальянский монах алхимик Валентиус. Испробовав вновь полученный продукт и придя в состояние сильного опьянения, алхимик заявил, что открыл чудодейственный эликсир, делающий старца молодым, утомленного - бодрым, тоскующего - веселым.

С тех пор крепкие алкогольные напитки быстро распространились по странам мира, прежде всего, за счет постоянно растущего промышленного производства алкоголя из дешевого сырья (картофеля, отходов сахарного производства и т.п.). Алкоголь настолько быстро вошел в быт, что практически ни один художник, писатель или поэт не обходил эту тему. Таковы картины пьянства на полотнах старых голландских, итальянских, испанских и немецких художников.

В Древней Руси пили очень мало. Лишь на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво небольшой крепости. Чара пускалась по кругу, из нее каждый отпивал несколько глотков. В будни никаких спиртных напитков не полагалось, и пьянство считалось величайшим позором и грехом. Но уже тогда пользовались этим обычаем для спаивания людей, например, в целях мщения. В лаврентьевской летописи под 945 годом имеется весьма любопытное писание мести княгини Ольги. Она решила перебить древлян за убийство ими ее мужа

Игоря. В основу своей мести она взяла обычай "питы на кого-либо". Что он из себя представлял? Один из пьющих указывал на кого-то и говорил: "Пью на тя". После этого выпивал половину чаши сам, а оставшуюся передавал тому, на кого он пил. Обычай не допускал отказа выпить оставляемую половину. Ольга повелела "отрокомъ своимъ пити на тя", а когда древляне опьянели, то осуществила свою месть.

Простым людям разрешалось варить пиво и мед только по большим праздникам, на свадьбы, крестины. Пьянство в будние дни считалось грехом и позором. Каждая деревня или село имели свой питейный дом или корчму, в городах их было несколько. В корчме подавали разного рода напитки, содержащие небольшой процент алкоголя: пиво, брагу, мед, квас. У корчмы было несколько назначений, например, предоставление ночлега путникам, но главным ее назначением было общение людей. Корчмы служили народу своеобразными клубами, где объявлялись законы, в корчму приходили не пить, не напиваться, хотя и это имело место, а поговорить, узнать последние новости и т.д. Пиво, мед продавали вместе с пищей. Бывали здесь представители всех сословий.

Водка стала проникать в страну вначале из-за границы, а потом появилось и собственное винокурение. Широко насаждались Царевы кабаки при Иване Грозном. На протяжении столетий в народе насаждалось пьянство, правящие круги заботились только о том, чтобы больше получать дохода от продажи водки. Практически никаких мер, направленных на защиту здоровья народа, его нравственности, не предпринималось.

В России позднее создалась своеобразная "питейная процедура", согласно которой ни одно знаменательное событие, ни один день отдыха не должен проходить без вина. Родился ребенок - крестины. Умер человек - поминки. Встречают рождение - пьют за здоровье, провожают человека из жизни - за упокой. Пьянство и алкоголизм процветают и в наше время. Традиции, привычки имеют огромную силу. Определенную роль играют и экономические трудности. Продажа водки дает большие прибыли государству. Отказ от продажи вино водочных изделий может привести к распространению самогонварения и росту числа заболеваний и отравлений в результате потребления алкогольных напитков, приготовленных кустарным способом.

Поэтому борьба с алкоголизмом потребует еще много времени и усилий.

У здорового ребенка не может быть влечения к спиртному. Напротив, вкус и запах алкоголя вызывает у него отвращение.

К употреблению хмельных напитков детей толкает любопытство. Психологически точно пишет об этом Джек Лондон в повести "Джон ячменное зерно": "В первый раз я напился, когда мне было пять лет. День был жаркий, мой отец пахал в поле за полмили от дома. Меня послали отнести ему пива. Да смотри, не расплескай по дороге - наказали мне на прощание. Пиво было, помнится, в деревянном ведерке, с широким верхом и без крышки. Я шел и размышлял: почему это пиво считается такой драгоценностью? Небожь, вкусно! А то почему мне не велят его пить? Ведь все, что родители запрещают, всегда очень вкусно. Значит, и пиво тоже... Я сунул нос в ведро и принялся лакать густую жидкость. Ну и дрянь же! Все-таки я пил. Не может быть, чтобы взрослые так ошибались! Трудно сказать, сколько я выпил тогда: я был карапуз, а ведро оказалось огромным, а я все хлебал, не отрываясь, погрузив лицо по самые уши в пену. Но глотал я, признаться, как лекарство: меня тошнило, и хотелось скорее покончить с этим мучением. ...Я проспал под деревьями до вечера. На закате отец разбудил меня, и, с трудом поднявшись, я побрел за ним. Я был еле жив: ноги казались

свинцовыми, резало в животе, к горлу подступала тошнота. Я чувствовал себя отравленным. Собственно говоря, это и было самое настоящее отравление".

И в современной нашей жизни бывают подобные же, иногда трагические, случаи отравления детей спиртным.

На празднике в гостях собралась компания с детьми от 4 до 8 лет. Им устроили стол в отдельной комнате и для шутки дали рюмки, в которые предложили наливать лимонад. Однако старший мальчик ухитрился незаметно от взрослых налить в рюмки для детей портвейн. Ребятишки не разобрались и залпом выпили первую рюмку. Кое-кто поперхнулся, но спустя некоторое время вино опьянило детскую компанию, и они выпили еще по 2 рюмки. Взрослые обнаружили это только тогда, когда младшая девочка с Криком забилась в судорогах и у нее началась рвота. Детей срочно пришлось отправить в больницу.

Алкоголь, попадая в организм ребенка, быстро разносится кровью и концентрируется в мозгу. Даже небольшие дозы спиртного вызывают у детей бурную реакцию, тяжелые симптомы отравления. При систематическом поступлении алкоголя в детский организм страдает не только нервная система, но и пищеварительный тракт, зрение, сердце. Печень не справляется с алкогольной нагрузкой, и происходит ее перерождение. Страдают и органы внутренней секреции, прежде всего щитовидная железа. В результате может развиваться сахарный диабет и другие заболевания.

Особо следует сказать об остром алкогольном отравлении. Такое отравление представляет большую опасность для детей, организм которых высоко чувствителен к токсичным веществам.

Особенно ранима нервная система, головной мозг. Опьянение у детей дошкольного, раннего школьного возраста развивается настолько бурно, что бывает трудно спасти ребенка.

Полугодовалой девочке, болевшей воспалением легких, делали винный компресс на грудь 3 раза в день в течение 3-5 часов. На третий день "лечения" ребенок потерял сознание, у него выступил холодный пот, поднялась температура. Долгое время девочка находилась в состоянии беспамятства и только на третий день пришла в сознание.

Другой случай закончился трагично. Мальчик 9 лет был с взрослыми на рыбалке. Во время обеда ему дали 1/3 стакана водки, которую он выпил в два приема под одобрительные возгласы взрослых. После того, как уха была съедена, а водка выпита, взрослые отправились к реке, а мальчик остался у костра. Вскоре он потерял сознание и в таком состоянии был доставлен в ближайшую больницу. У него наблюдалось угнетение жизненно важных функций: сердечной деятельности, дыхания, обмена веществ. Не приходя в сознание, ребенок через 2 часа умер.

Вот так иногда кончаются попытки взрослых приобщить детей к вину. Во многих случаях это делается "с добрыми намерениями" или с "лечебной целью".

Что такое токсикомания

(1 час)

Термин "токсикомания" появился в литературе сравнительно недавно. Раньше использовалось обобщенное понятие "наркомания", т.е. "привыкание и болезненное пристрастие к наркотическим веществам". К ним относятся некоторые вещества растительного происхождения и лекарственные препараты, которые внесены в специальный перечень наркотических веществ. Однако

одурманивающим действием, способным вызывать привыкание и болезненное пристрастие, обладают многие другие лекарственные препараты, если их употреблять не в лекарственных целях, а без назначения врача в отравляющих дозах, а также многие токсические вещества бытовой химии. Они не только токсичны или, говоря иначе, ядовиты, но и способны вызывать привыкание и болезненное пристрастие к ним. С медицинской точки зрения, принципиального значения между наркоманией и токсикоманией нет: последствия для здоровья в том и другом случае одинаково опасны. Разница лишь в том, что наркотические вещества запрещены законом, находятся под строгим контролем, а токсические - доступны каждому.

На чем основано применение лекарственных препаратов (снотворных и успокаивающих) с целью получения токсического опьянения - "балдежа", как его называют подростки?

Если в лечебной терапевтической дозе они вызывают успокоение, расслабление, сон, то в большой (3-5 таблеток и более) - ощущение расторможенности, т.е. токсикоманическое одурманивание. Еще большая доза - 6-7 таблеток и более - приводит к тяжелому отравлению, когда возможно нарушение сердечной деятельности, остановка дыхания и даже смертельный исход.

К сожалению, наши домашние аптечки зачастую напоминают склад медикаментов, нередко и с токсическим действием. Лекарства, оставленные про запас, лежат годами, срок их хранения кончается, но токсичность отнюдь не ослабевает, а может и возрастать.

Дети, не имея представления о действии лекарств, принимают их, экспериментируя. Родительские аптечки дают большую возможность таких "экспериментов".

Как проявляется токсикоманическое опьянение

(1 час)

Токсикоманическое опьянение резко отличается от алкогольного: вызывает не состояние эйфории, веселости, а наоборот, раздражительность, злобность, агрессивность, порой даже бессмысленные и опасные для себя и окружающих действия.

Внешне человек напоминает пьяного - движения некоординированные, размашистые, походка нетвердая, шаткая, кожа бледная, цвет лица с сероватым оттенком, глаза "мутные", зрачки расширенные, речь невнятная, "смазанная".

При употреблении высоких доз токсикоманических веществ возможна потеря сознания, частое поверхностное дыхание, судорожное подергивание рук, ног. В этих случаях необходима срочная медицинская помощь.

Через 6-7 часов опьянение проходит, период опьянения полностью выпадает из памяти. После протрезвления - головная боль, разбитость, недомогание.

Человеку кажется, что ничего опасного в эпизодическом употреблении токсикоманических веществ нет. Но вдруг выясняется, что без этих препаратов он уже не может обходиться. А вместе с тем возросла переносимость их, появилась потребность в повышении дозы.

И вот, стоит прекратить прием препаратов, как возникает чувство беспокойства, тревоги, непреодолимое желание принять препарат, общее тяжелое состояние, сердцебиение и боли в области сердца, одышка, дрожание рук и всего тела, иногда судорожные припадки, возможен даже смертельный исход вследствие

отека мозга.

Длительное употребление токсикоматических лекарственных препаратов приводит к ослаблению внимания, памяти, утрате профессиональных навыков у взрослых, способности к учебе у подростков.

Помимо препаратов со снотворным и успокаивающим действием, токсикоматических эффектом обладают и лекарства со стимулирующим действием. Употребление их в повышенных дозах также чрезвычайно опасно, поскольку может вызвать острые психические расстройства.

Известен такой факт. Ученице 5 класса старшеклассник дал какие-то таблетки, чтобы вызвать зрительные обманы, восприятия - галлюцинации. Парень уверил девочку, что лекарство это сердечное, от него вреда не будет. Девочка приняла сразу 10 таблеток, но ничего не почувствовала. Придя домой, выпила еще 10. И вот тут началось: девочке показалось, что голова оторвалась от шеи и плывет к форточке, она бросилась за своей головой, разбила окно и собралась уже прыгнуть с 9-го этажа. На шум разбитого стекла вбежала мать и буквально в последний момент сняла дочь с подоконника.

Не менее опасная форма токсикомании - вдыхание паров летучих органических веществ, применяемых в быту и технике (бензин, ацетон, пятновыводители, лаки, краски, клей и т.п.). Если токсикоманическое лекарственные препараты употребляют взрослые и более старшие подростки, то "нюханье" доступно младшим подросткам и даже детям, учащимся младших классов. При этом младшие подростки и дети чаще нюхают бензин, а старшие - ацетон, растворители лаков и красок и прочие.

Пары бензина уже после 2-3 вдохов вызывают - головокружение, тошноту, чувство "невесомости", ощущение того, что голова меняет форму и размеры, появляются быстро движущиеся угрожающие галлюцинации (фигуры животных, людей, машин и прочие).

После 15-20 минутного опьянения наступает головная боль, разбитость. Аналогичное состояние бывает и при вдыхании паров ацетона и других растворителей.

Токсикоманическое опьянение веществами бытовой химии не менее опасно для здоровья, чем прием больших доз лекарств или наркотиков.

Даже однократное вдыхание паров токсических веществ может привести к серьезному поражению печени, почек, особенно нервной системы. При повторном вдыхании быстро наступает привыкание к токсическим веществам с потребностью вдыхать их ежедневно и даже несколько раз в день.

Летучие токсические вещества, всасываясь в кровь, разносятся по всему организму, вызывая отравление. Известен случай, когда 4 подростка дома у одного из них налили в тарелку ацетон, поставили ее на пол, легли вокруг, укрылись клеенкой: все четверо отравились парами ацетона и умерли.

В состоянии опьянения летучими токсикоманическими веществами возникает злобность, агрессивность, склонность к негативным, опасным поступкам. Так, подростки, ученики 7 класса, на чердаке надышались токсическим веществом и один из них столкнул другого с крыши 7-этажного дома.

Заключительное занятие

(1 час)

Почему люди идут в театры, на стадионы, в кино, клубы? "Чтобы отдохнуть, получить удовольствие", - ответите вы. А что такое удовольствие? Все, что

нравится, вызывает положительные эмоции. Однако ради удовольствия выпить вино, вдохнуть дурманящие токсические пары, испытать эйфорию от наркотика, люди готовы пожертвовать здоровьем, учебой, семьей, работой.

Как это объяснить?

Психологи условно делят все удовольствия на удовольствия восполнения недостатка и удовольствия избытка.

Представьте, что вы очень голодны или вас одолевает жажда. Если вам в этот момент предложить пищу или родниковую воду, вы наверняка испытаете удовлетворение. Но до каких пор? До тех, пока не наедитесь или не напьетесь. Да, все-таки вам надо большего. Вы хотите встречаться с друзьями. Поиграть с ними в интересные игры, посмотреть детские фильмы, обменяться интересной информацией. Это уже удовольствие избытка.

Среди последних много полезных (посещение музеев, выставок, коллекционирование и т.п.), но есть и вредные. Самые распространенные из них и самые пагубные для здоровья - курение, употребление алкоголя, наркотиков.

Представьте, что два товарища - некурящий и курящий - поехали на рыбалку. Первый, любясь природой, ловит рыбу, с наслаждением вдыхая свежий воздух. Курящий же забыл дома сигареты. И ему не до рыбалки. Сосущее неприятное чувство мешает наслаждаться природой, и клев его уже не интересует. Он будет страдать целый день, а вернувшись домой, бросится к заветной пачке сигарет. закурил, затянулся дымом и пришел в состояние, когда он способен уже оценить прелести природы.

Что же произошло? Он получил "удовольствие", связанное с большим вредом для здоровья, и стал доволен. Но стоит ли выдумывать для себя искусственные муки, заботы? Да и удовольствие ли это? Разве было желание, подобное чувству жажды, голода? требовал ли организм сигарету? Эта потребность возникла уже потом, когда организм привык к никотину. А не лучше ли вообще не закуривать?

Или другой случай. Двое друзей гуляют по городу. Им захотелось пить, зашли в кафе, взяли сок. Он холодный, приятный. Хорошо! А не взять ли еще коктейль? И вот уже соломинка во рту: удовольствие избытка! Они даже не задумались о вине... Но в следующий раз (по привычке!) снова захотелось увидеть себя со стороны похожим на киногероя - с соломинкой во рту.

Потом - бокал шампанского, потом рюмка водки, а позже, когда на дорогие напитки денег не хватает, вы согласны на что угодно, в том числе на самое дешевое, противное на вкус вино. Вы не заметили, когда организм привык получать определенную дозу алкоголя. Как страшно это, особенно для детей и подростков, у которых привыкание к спиртному очень быстро.

Известный педагог Д.В. Колесов подчеркивает: "Каждый из нас должен воспринимать приподнятое, радостное настроение, как незаконное и тревожное,стораживающее и нежелательное, если оно вызвано не соответствующим событием, а каким-нибудь наркотическим веществом".

Подумайте о том, что вас ждет впереди, если вы будете курить, пить, употреблять наркотики. Вспомните образы тех старых курильщиков, которых вы знаете: вот идет один из них - с желтым, сухим, морщинистым лицом, сгорбленный, задыхающийся, постоянно кашляющий...

А вот второй - вынужденный поминутно останавливаться из-за возникающих при ходьбе болей в ногах. Или третий - так часто жалующийся на боли в области сердца... четвертый, - которого недавно "скорая помощь" увезла в больницу с язвенным кровотечением.

Никогда не забывайте, что алкоголь и наркотики делают людей несчастными, уносят человеческие жизни.

3.2 Беседы для школьников среднего звена

5 класс

Берегись белой тучи!

(1 час)

Истории неизвестно, кто первый попробовал наркотики, но употреблять их начали очень и очень давно. Например, перед тем, как идти в бой, древние воины съедали грибы определенного вида и становились безумно храбрыми. В те далекие времена люди были мудры. Они знали, что наркотики вызывали необычное состояние духа, и поэтому право использовать их имели лишь некоторые - вожди племен, шаманы, жрецы. А простые люди, рискнувшие попробовать наркотик, подвергались суровому, а, иногда, и смертельному наказанию. Известна легенда о персидском военачальнике, который готовил будущих бесстрашных убийц, одурманивая их наркотиком и внушая, что такие прекрасные грезы ждут их после смерти, в раю. Но большинство правителей разных стран мира защищали своих подданных от наркотиков, и поступали совершенно правильно, ведь наркотики, наркомания - это самый страшный, самый вредный и опасный для здоровья человеческий порок.

Каждые 20-30 минут в США, например, кто-то кончает жизнь самоубийством на почве приема наркотиков, ежедневно несколько человек погибают от отравления наркотиками, психиатрические больницы заполнены потребителями "адского зелья", так как выяснилось, что достаточно иногда одного приема наркотика, чтобы сойти с ума.

Что же такое наркомания? "Нарке" на древнегреческом означает "оцепенение", "неподвижность", "беспамятство". Дело в том, что при употреблении наркотических веществ человек ощущает удовольствие, комфорт, мнимое улучшение состояния. Но, оказывается, в тот момент, когда человек только начинает все это ощущать, он уже болен, болен наркоманией. Человек от рождения обладает защитными реакциями. При попадании в организм ядовитых веществ срабатывает защитный механизм. Организм пытается отторгнуть вредное для него вещество. Может начаться рвота, понос, потливость, слюнотечение, слезливость. Именно это и происходит при первом знакомстве с наркотиками. Хорошо еще, если начинающий наркоман отделается легким испугом. А в худшем случае, если он выберет большую дозу, финал может быть самым трагическим.

Здоровый человек не может в течение нескольких дней пить водку, она становится ему противна. Алкоголик же пьет ежедневно. То же происходит и при применении наркотических веществ. В этом заключается их самое коварное свойство. Организм быстро привыкает к ним и начинает требовать новых доз. Причем привыкание к наркотикам происходит очень быстро, намного быстрее, чем к алкоголю. Не успел начинающий наркоман "словить кайф", как он уже попал в зависимость от наркотика, раз появились какие-то ощущения - значит, организм уже привык. Как быстро это происходит? Для разных наркотиков по-разному. При использовании одних - через несколько месяцев, а при использовании, например,

опия, всего после нескольких инъекций развивается тяжелая, мучительная болезнь. Если вовремя не принять очередную дозу наркотика, а это нужно делать через каждые 8-12 часов, появляется озноб, потливость, слабость, исчезает аппетит, на вторые сутки присоединяются боли в мышцах спины, рук и ног, их сводит, тянет, крутит, затем появляются боли в животе, рвота, понос до 15 раз в сутки, повышается температура. Человек испытывает такое же мучение, как, например, при сильной жажде, только страшнее. Вот как описывают наркомана: "Высохший человек метался на койке в больничной палате с зарешеченными окнами. Его тело билось и корчилось в судорогах, покрывалось крупными каплями пота. Время от времени начинались мучительные позывы к рвоте. Больной плакал, ругался, умолял, кричал диким голосом:

- Спасите! Умираю! Доктор, укол! Будьте прокляты! Черви, белые черви грызут меня! Уберите червей! Это наркоман. Такое тяжелое состояние держится до 10 дней, и трудно, почти невозможно без помощи врачей выдержать такие мучения. Наркомания - это не безобидная привычка, развлечение, это тяжелая болезнь, непреодолимая тяга к наркотикам, лекарствам, таблеткам. Человек идет на все: на обман, воровство и даже на убийство, лишь бы достать наркотики. Наркотик как безжалостный палач, который требует: "Укради, убей, достань очередную дозу, прими ее, иначе я подвергну тебя жуткой пытке!"

Когда наркоман сделает укол или примет таблетку, он испытывает облегчение, как голодный, получивший кусок хлеба. Но за эти мгновения он лишается всех других радостей жизни и приговаривает себя к ранней мучительной смерти.

6 класс

Наркомания - знак беды

(1 час)

Отчего люди становятся наркоманами? Тут кроется ужасный обман. Наркотики очень дорого стоят. Люди, распространяющие их, получают огромные деньги. Трудом таких денег не заработать. Но продавцам нужны покупатели, то есть несчастные, привыкшие к наркотикам, готовые отдать любые деньги за одну дозу. Поэтому новичкам предлагают наркотики бесплатно, уговаривают: "Попробуй, это приятно, это интересно" или подзадоривают: "Наркотики - это для смелых, ты же не трус? Нет? Так попробуй".

Но никакой смелости в том нет, наоборот, смелым может считаться лишь тот, кто не идет за другими, отказывается от яда. А кто поступает, как другие в его компании, лишь бы над ним не смеялись, тот и есть трус. Продавцы наркотиков специально подсылают своего человека в компанию детей, чтобы заразить их этой страшной болезнью. Они обещают, они заманивают, они прикидываются обыкновенными парнями и девчонками. Они пускаются на все, лишь бы кто-то раз попробовал страшное зелье. Помните: когда протягивают наркотик, то значит, за это они что-то получают. А вы можете отдать жизнь ради чужих денег. Даже одна, первая доза, может оказаться губительной.

Наркотик убивает самых сильных, самых умных, самых волевых людей, с ним почти никто не может справиться.

Наркотики ведут к беде. Это беда для здоровья, беда для совести - приходится вести тайную жизнь, идти на преступление. Но есть и еще одна страшная беда: она может искалечить жизнь даже невинному человеку, ни разу

не пробовавшему наркотики. Очень много детей и подростков умирает от отравления наркотиками. Например, в Великобритании каждую неделю умирает 2 тысячи человек от отравления наркотиками.

В последнее время появилось много людей, которые употребляют не только наркотики, но и вдыхают различные отравляющие вещества. Это разные растворители, краски, средства для химической чистки одежды, средства для уничтожения насекомых.

При вдыхании паров этих веществ у человека возникает обморочное состояние и галлюцинации, при более продолжительном вдыхании может наступить смерть. Это происходит потому, что клетки головного мозга не получают кислород, без которого они не могут жить. Кислородное голодание наступает и в других органах человека. При каждом вдыхании или глотании отравляющих веществ от клопов и мышей часть клеток головного мозга отмирает, и наркоман становится все меньше похож на человека. Именно мозг человека является основной мишенью для наркотиков и разных других веществ, употребляемых человеком для своего одурманивания.

Почему же наркотики "избрали" своей мишенью мозг человека? Ученые выяснили: для того чтобы человек был здоровым и прожил долгую жизнь, необходима хорошая работа нервной системы, управляет которой головной мозг. Если есть неполадки в его работе, страдают и другие органы человека. Выпадают волосы, ломаются ногти, возникают неизлечимые болезни печени, почек, сердца, кожа становится землистого цвета, лицо напоминает маску, тело обессилено и истощено до предела. Мало кто из наркоманов дотягивает до 30 лет. Даже если человек начинает пользоваться наркотиками в 18 лет, к 20 годам он уже не может без них жить, а шансов дожить до 30 лет у него почти нет, даже если до начала своего пагубного пристрастия он отличался отменным здоровьем. "Самое страшное, что, раз или два попробовав наркотики, человек не может бросить их, потому что смертельно боится боли дикой силы. Это похоже на страшную сказку: идет человек по прекрасному саду и видит красивый дом... Любопытство толкает заглянуть. Входит, в сзади хлоп. И нет выхода. И внутри нет никакой красоты - пустота, мрак и боль... Можно выйти, разрубив стену. Но это сопряжено с болью и ужасом. Надеешься на чудо. Но чудес не бывает! Кричишь: "Помогите!". Услышат ли? - вот выдержки из письма бывшего наркомана.

Рожденные наркоманами дети, уже с самого рождения являются наркоманами. Чем раньше приобщается мальчик или девочка к наркотику, тем меньше у них шансов, когда они станут взрослыми, быть отцом или матерью, это одинокие и никому не интересные люди.

Распространение наркомании в последние годы - это не менее страшная опасность, чем эпидемия чумы, опустошавшая в прошлые века целые страны. Если распространение наркомании не удастся приостановить, то это в будущем может привести к еще более серьезным и даже губительным последствиям для всего человечества. Чтобы спасти людей от наркомании, все государства мира идут на самые жесткие меры. Другого выхода нет. В нашей стране хранение даже самой небольшой дозы наркотика запрещено законом и строго наказывается. Каждого, у кого нашли наркотик, ждет несчастье. Подумайте, какое горе вы можете принести и матери, и отцу, и всем, кто любит Вас.

Не прикасайтесь к наркотикам, не берите их в руки, не кладите в карман или сумку, не приносите домой, нигде не прячьте, не посылайте, не передавайте. Учтите, что болезнь наркоманов и жажда наживы сбытчиков делают их подлыми людьми. Они могут дать наркотики на сохранение и сами же донесут, чтобы

отвести подозрение от себя. Там, где наркотики, там нечего ждать честности и стыдливости, там люди способны на все.

Берегись белой тучи, берегитесь наркотиков! Ни под каким видом, ни под каким предлогом, ни из любопытства, ни для смелости, ни из чувства товарищества, ни в одиночку, ни в группе не принимайте их, не пробуйте, не нюхайте.

Если же случилась беда, то сегодня же надо отказаться от очередной дозы, пока есть еще хоть немного разума в голове.

На девочек наркотики действуют еще страшнее, чем на мальчиков, и вылечить их почти невозможно. Если бы вы видели, во что превращаются девушки и женщины, употребляющие наркотики.

Присматривайте за младшими детьми. Некоторые глупые мальчики приучились травить себя ядами бытовой химии. Это маленькие наркоманы - люди, пристрастившиеся к яду. Токсические вещества - значит, ядовитые. Если увидите, выхватите у детей яд, а их самих отведите к родителям. Этим вы спасете им жизнь, потому что от токсических веществ организм буквально разлагается на глазах. Вы знаете: курить - здоровью вредить. И знаете, как опасен для человека алкоголь. В наркотиках же - смертельная опасность. Воздерживайтесь от спиртного - в него может быть подмешан яд наркотика, такие случаи были.

Помните, что наркомания не сладостное занятие, не баловство, не приятное времяпрепровождение в компании, а болезнь. Неизлечимая, мучительная болезнь, весь ужас которой в том и заключается, что поначалу она кажется нестрашной. Но ведь человек, заразившись чумой, тоже ничего не чувствует...

Все это надо знать, ребята, об этом надо помнить. Пусть число больных наркоманией не увеличивается ни на одного человека. Если же Вас уговаривали принять наркотик, и Вы чувствуете, что не сможете обойтись без помощи, немедленно посоветуйтесь с теми из взрослых людей, кому Вы доверяете.

7 класс

Искусственный рай (2 часа)

Большинство руководителей древних государств неосознанно защищали своих поданных от массовой наркомании. И правильно делали: ведь, по данным уже современной статистики, если из ста человек, попробовавших спиртное, только десять становятся алкоголиками, то из тех же ста, хоть раз употребивших наркотики, наркоманами становятся девяносто.

Вначале употребление наркотиков было распространено в местах произрастания содержащих их растений - так называемых зонах, очагах первичного наркотизма - Азии, где растут опийный мак и конопля, Южной Америке (растение кока, из которой добывают кокаин), Африки (растение кат, близкое коке).

Резкий толчок к распространению наркотиков во всем мире дало бурное развитие в XIX - XX веках химии, в том числе химии лекарственных веществ, в результате выросла доступность наркотиков и наркотические джины вырвались из-под контроля - эпидемия потребления наркотиков стала захватывать США, Японию, различные европейские страны. Не обошла она и нашу страну.

В переводе с греческого наркомания означает "оцепенение", "безумие".

Ее часто именуют "белой смертью", "белой петлей", "дорогой в ничто", "путевкой в ад". Эта образная терминология очень точно отражает суть явления: наркомания - добровольное самоуничтожение, путь к гибели.

Что же такое наркотик? Это такое химическое вещество, которое оказывает специфическое действие на нервную систему человека и заключается в изменении настроения, психического и физического тонуса, сознания, снятия болевых ощущений. Другими словами это состояние наркотического опьянения. Ученые выяснили, что в центральной нервной системе как человека, так и животного существуют особые участки, зоны, раздражение которых электрическим током, вызывает особо приятные ощущения. Выделены также зоны, раздражение которых всегда неприятно. Первые получили название "зон удовольствия, комфорта, награды", вторые - "зон неудовольствия, наказания". У человека эти зоны отвечают за регуляцию настроения, психического и физического тонуса. Лабораторные животные (например, крысы), получив возможность в ходе экспериментов самостоятельно раздражать током "зоны удовольствия" (нажимая на специальный рычажок), делают это чрезвычайно активно. Нередко частота нажатия достигает нескольких тысяч в час, то есть практически предела физических возможностей животного. Раздражения же "зон неудовольствия" животные стремятся всячески избегать.

Действие наркотика - прямая аналогия с опытами по саморазрушению зон "комфорта", различие лишь в способе раздражения - электрическом или химическом. И поскольку ощущения человека в норме являются реакцией на благоприятные стимулы, теперь они, будучи вызваны искусственным путем, оказываются для него ложными сигналами "правильности" действий, приведших к их возникновению. В результате употребления одурманивающих веществ и их добывание становятся вначале естественными, а затем - необходимыми. Постепенно все поведение человека направляется на добывание и прием одурманивающего зелья, а деятельность, имеющая иную, даже прежде самую ценную мотивацию, переходит в подчиненное положение или полностью прекращается.

До последнего времени не выявлена единая причина развития наркомании. Одни специалисты считают, что нет физической или же психической предрасположенности к наркотикам. Другие специалисты приводят данные, когда наркоманами становятся люди с генетическими нарушениями; социальной предрасположенностью. Но все наркологи мира единодушны: наркомания - это болезнь молодых. Пик первого опыта - 13-18 лет. И, в принципе, можно сказать, что если человек дожил до 30-летнего возраста без наркотика, то он уже вряд ли станет наркоманом. Чаще всего приводит подростка к наркоманам... обыкновенное любопытство, так свойственное растущему человеку. Желание все попробовать, все испытать. Ведь даже малолетний ребенок, познавая мир, стремится притронуться к его границам, попробовать их на прочность и, если удастся, то раздвинуть их. "Нельзя братья за горячее", - говорим мы ребенку. Но стоит только отвернуться, и за спиной раздается отчаянный вопль: все-таки решил убедиться в правомерности запрета сам. Примерно такая же модель у подростка. Только он уже в силу определенного опыта знает, что есть очевидные запреты, нарушать которые не стоит. Но есть и такие границы, которые не столь, по его мнению, нужны.

Итак, статистика. Причиной первого приема наркотика в 60 % случаев является любопытство: что за границей запрещенного. Далее идут подражание и влияние микросреды. Роль друзей и знакомых в приобщении к наркотикам

отмечена в 80 % случаев. Как правило, именно знакомые люди и являются проводниками для наркомании и токсикомании. Определенную роль играет стремление быть "принятым" в круг какой-то группы сверстников, желание обрести чувство принадлежности, выразить свою независимость, а иногда и оппозицию окружающим, приобрести новый волнующий опыт, а также потребность уйти от чего-то гнетущего, достичь искусственного покоя.

Можно поверить психиатрам, что 70 % подростков хотя бы раз попробовали на себе вещества, действующие на психику, и попробовали их, скорее всего, в компании. Значительно меньше тех, кто сделал это в одиночку - 10-20 % от всех попробовавших. Это бывает и следствием тяжелой болезни, или несчастья. Одного молодого человека, например, друга "посадили" на иглу на похоронах своего отца, но, в основном, наркоманы предпочитают вовлекать в свои ряды совсем юных и глупых, на их языке есть даже термин "обезьяны". Так они называют подростков, на которых можно испытать новый наркотик, купленный у неизвестного продавца. Как правило, у этих юнцов нет денег, и они готовы за так попробовать все что угодно. Первый укол или доза "колес" дается бесплатно, а затем, когда начинающий приходит за очередной порцией, ему говорят: "Дружок, давай плати".

Некоторые психологи считают, что тяга к наркотикам - это один из симптомов психического заболевания. Другие приводят примеры, когда человек, совершивший несколько попыток самоубийства и однажды начавший принимать наркотики, больше таких попыток не делал - выбрал, по мнению специалистов, самую легкую и "приятную" форму самоубийства. Третьи считают наркоманию "болезнью" неуверенных в себе неудачников. А люди творческих профессий воспринимают употребление наркотиков как эксперимент своих потенциальных способностей. Многих столь любимых молодежью зарубежных исполнителей рока знакомство с наркотиками привело не только к упадку их творческой деятельности, но и к физической гибели.

Наркотики погубили многих известных артистов, звезд эстрады и кино, таких как Джимми Хендрикс, Элвис Пресли, Мэрилин Монро. Йоко Оно, японская художница и певица, жена Джона Ленона, в свое время также употреблявшая наркотики, но с помощью врачей сумевшая избавиться от этого порока, в беседе с корреспондентом сказала: Наркотики и американская рок-культура нашли друг друга в годы американского бунта 60-х годов. Тогда кое-кто пытался "освободить" себя таким образом от условностей отсталого общества. Мы упивались мыслью, будто убивали свое здоровье, чтобы не убивали детей и женщин во Вьетнаме". Дейв Гэхэн, солист британской группы "Дэпеш мод", прославился не только тем, что стал культовым певцом для поколения 80-х и 90-х, но и своей безумной любовью к героину. Всемогущая некогда группа оказалась на грани смерти, а солист не мог взять ни одной ноты. Вот его слова: "Все функции тела уходят, оно становится мертвой бесплодной оболочкой". Дейв попытался завязать, но тщетно, тогда он почувствовал, что весь мир рушится, и решил покончить с собой.

"У меня была бешеная слава, и я не был готов признать, что я бессилен перед алкоголем и наркотой. Но это было так. Это до сих пор так. Это будет так каждый день оставшейся мне жизни".

А вот некоторые примеры приобщения нашей молодежи к наркотикам.

Рассказывают подростки: "У нас в классе все знают о том, как "выгнать" наркотик из обычного лекарства. Когда мы учились в седьмом классе, все только об этом говорили. Мне предложил попробовать один парень - он раньше уже кололся. Сам принес шприц, иглу, пузырек с лекарством ко мне домой... Потом, когда я

втянулся, - уже продавал мне "сырье"- в начале подешевле, потом все дороже и дороже".

"Мы с подружкой гуляли по парку и с нами познакомились двое парней. Они нам дали горсть таблеток, сказали, как принимать. Оставили нам свои телефоны и ушли. Потом через них несколько раз доставала наркотики"...

"...Первый раз попробовал таблетки перед дискотеккой. Мне говорили, что так можно сильнее "балдеть" от музыки..."

Иногда первые пробы наркотика не только не вызывают приятных ощущений, но, наоборот, вызывают чувство тошноты, горечи во рту, слюнотечение, легкое головокружение, то есть защитную реакцию организма на введение яда. Тем не менее, обращаясь к статистике, видим: более чем в 90 % случаев, первая проба наркотика не становится последней. Если, по стечению обстоятельств, не вмешаются родители, милиция или просто умудренные жизнью старшие товарищи, то вкусивший однажды "сладкого дурмана", в большинстве случаев, продолжает рискованные эксперименты с наркотиками. Почему?

Дело в том, что наркотик очень коварен. Если первая проба алкоголя у большинства связана с неприятными воспоминаниями - скандалом с родителями из-за характерного запаха и внешнего вида, из-за глупого и беспомощного поведения, нередко тошнотой и рвотой с неизменно головной болью и муками раскаяния на следующий день, то после первых приемов наркотика чаще всего этого не происходит. Состояние наркотического опьянения мало отражается на внешнем виде и относительно быстрее проходит, наступающие расстройства здоровья пока незаметны. Состояние эйфории представляется будничным способом разнообразить круг развлечений, недорогим, легкодоступным, независимо от внешних условий и без приложения усилий. Таким образом, стремление вновь пережить изменение психического состояния, вызванное приемом наркотика, является тягой к его новому приему.

Общим для состояния наркотического опьянения, независимо от вида наркотика, является изменение ясности сознания, подъем настроения и расстройство физических функций, изменяется и поведение человека. В одних случаях он как бы погружен в себя, о чем-то говорит сам с собой, беспричинно улыбается, совершает беспорядочные движения, в то же время, если удастся привлечь его внимание, он может отвечать на заданные вопросы, хотя иногда их требуется повторить. При более глубоком опьянении наступает малоподвижность, расслабленность, пропадает реакция на обычные внешние раздражители. Появляется говорливость, речевая и двигательная активность, вскоре сменяющаяся раздражительностью, тоскливостью или злобной гневливостью. Появляется потливость, краснеет или бледнеет лицо, приобретает сальный налет, язык обложен. Зрачки либо расширены, либо сужены, глаза блестят. Движения размашисты, походка неустойчивая, с пошатыванием, речь невнятная, сбивчивая.

История 1. Ольга, 26 лет. "Первый раз мне дал попробовать анашу однокурсник, которому прислали хороший "план". Мы выпили бутылку шампанского на троих, покурили, а потом я шла по коридору и мне казалось, что он никогда не кончится. Мне это не нравилось, хотя ощущение были необычными. На следующий день мы курили на чердаке институтского общежития. Первое ощущение - трудно стать наркоманом, так как дым нужно затягивать очень долго и так долго держать в себе. Тем не менее, свой кайф я поймала. Мне стало очень весело, и все проблемы остались где-то далеко внизу. А потом началось такое... Я лежала в кровати и совершенно четко ощущала,

как пульсирует мой спинной мозг. Потом в нем произошли изменения, сбой, и мои руки и ноги свела судорога... Мне было очень плохо. Спасло меня, наверное, только то, что кто-то из моих соседок по комнате попросил меня ответить на несколько вопросов. Странно, но они воспринимали меня как совершенно нормального и трезвого человека. С тех пор я благодарю Бога за то, что он спас меня в тот момент, сейчас я знаю, что такое наркотики, как они действуют. Но больше пробовать их не хочу".

Но, к сожалению, не все делают подобные выводы после первых приемов наркотика. И хотя большинство начинающих наркоманов более или менее информированы о неизбежно наступающих тяжелых последствиях, это их не останавливает. Почему? Наркотик, коварно и незаметно внедряясь в организм, в первую очередь, поражает психику. Уже после первых приемов исчезает природная осторожность, затухает инстинкт самосохранения, снижается способность критически осмыслить происходящее. В то же время, состояние одурманивания, опьянения является сильнейшим подкрепителем любой деятельности, направленной на его возникновение. Положительные ощущения, вызванные наркотиками, становятся для человека высоко значимой целью. Без наркотика человек начинает испытывать неудовлетворенность, нехватку чего-то необходимого, психический дискомфорт - чувство внутренней пустоты, скуки, эмоциональной тупости, подавленность, тоскливость, апатию, внутреннюю напряженность с оттенком озлобления. Появляются вначале смутные, а затем все более отчетливые мысли о наркотике. После того, как человек убеждается, что устранить состояние душевного дискомфорта можно лишь новым приемом наркотика, он подчиняет этой потребности все свои помыслы, поступки, все свое поведение. Любая другая деятельность отходит на второй план, становится "ненужной", малозначительной или полностью прекращается.

Развивается психическая зависимость - первая ступенька лестницы, ведущей в ад. Это состояние, при котором наркотический яд вызывает чувство патологического удовольствия и болезненного психического подъема и которое требует постоянного возобновления введения наркотика, чтобы избежать сильнейшего душевного дискомфорта.

Психическая зависимость - своего рода "долг под проценты", так как наркоман, в конце концов, попадет в долговую психическую кабалу.

История 2. Олег, 22 года. "Почему я начал? Да так, интересно было. Водку пил, "план" курил, а потом стало чего-то не хватать. Самое страшное было сделать себе укол. Но тут я с первого раза попал в вену - и сразу стало очень легко. Нет, я не наркоман: считаю, что смогу бросить в любой момент. Но зачем? Кайф, который я получаю, не заменит больше ничто. Я не могу слушать музыку, не ощущаю вкуса, не вижу картины. Когда нет наркотика, употребляю алкоголь, но это уже не то. Однажды я в таком состоянии слез с 6 этажа по водосточной трубе. Но повезло - не сорвался и не разбился. И вообще, без кайфа у меня настроение плохое и чувствую себя не очень хорошо. Иногда по утрам даже с постели встать не могу. А вмазать - уколоться - надо. Такие вот заморочки..."

Психическая зависимость является главным, наиболее трудно поддающимся воздействию симптомом наркомании. Из чего она складывается? Из психической привычки, переходящей в стойкий стереотип поведения, из почти необратимой деформации восприятия окружающего мира, из сужения всех доступных ценностей, сведения их к одной цели - наркотику. Эмоциональное восприятие мира разрушено. Жизнь становится серой, монотонной, безрадостной. Меркнет яркость красок, в настроении все больше как бы беспричинно преобладают мрачные тона, тоска и

апатия. Развивается хроническая депрессия. Наркотик на этой стадии еще помогает на время избавиться от депрессии, естественно, ни работа, ни учеба не ладятся, их приходится все время прерывать из-за необходимости добывать наркотик, куда-то ехать, с кем-то встречаться, кого-то искать. Настроение становится неустойчивым. В этот самый период наркоманы раздражительны, вспыльчивы, поступки их непредсказуемы для окружающих. Исчезают дружба, любовь, сыновья привязанность. Все сильнее эмоциональная холодность, безразличие и черствость к близким, бесследно исчезли привычки, симпатии, увлечения. Есть очень верная фраза: "Цепи наркотика гораздо сильнее, чем паутина долга и любви".

Шансы бросить наркотик на этой стадии еще есть, но если этого не происходит, наркотическое колесо раскручивается дальше. Отличительная черта в этот период - это конфликт между стремлением к одурманиванию и желанием порвать с наркотиками. С одной стороны, наркоман хочет избежать неприятных последствий употребления наркотиков, а с другой стороны, жаждет снова и снова испытать острые ощущения под их влиянием.

С развитием болезни вступает в силу еще одна закономерность - привыкание к дозе. Сначала это ведет к ее постоянному возрастанию. Потом на каком-то этапе биохимические механизмы положительных эмоций истощаются до такой степени, что уже никакая, даже самая высокая доза наркотика не вызывает эйфории. Навсегда исчезает возможность вообще испытать удовольствие от чего-либо. Глушить депрессию нечем, наступает расплата за противоестественный "кайф". Часто ведущим мотивом приема наркотика в этот период становится "ностальгия" по эйфории. Наркоман помнит, что когда-то с этим действием были связаны определенные ощущения, и хотя уже не может испытать их, он, как робот, как строго запрограммированный автомат, все продолжает и продолжает употреблять наркотики, наращивая дозы. В результате он способен принимать дозы, значительно превышающие смертельные. При этом у него не возникают, как раньше, защитные физиологические реакции на прием наркотика, такие, как тошнота, кожный зуд, покраснение лица, изменения пульса и давления. Часто это приводит к трагическому исходу, например, когда прием наркотика на время прекращается.

Вот одна из историй, рассказанная молодой наркоманкой: "Мужа долго продержали в больнице, а когда он вернулся домой, то первое, что он сделал - ввел себе в вену морфий. Это была его обычная доза, но тут сердце не выдержало"...

Психическое влечение к наркотику, которое на начальном этапе носило навязчивый характер, постепенно становится непреодолимым. Вне действия наркотика человек постоянно ощущает психический дискомфорт, что проявляется в его поведении.

Когда прекращается действие очередной дозы, "на сцену" выходит новый болезненный признак - "ломка", как ее точно называют сами наркоманы. Это значит, что к депрессии присоединилась физическая зависимость, или, по специальной терминологии - состояние абстиненции. В этот момент наркотик становится незаменимым в обмене веществ, как кислород, а его нехватка вызывает тяжелые, мучительные расстройства, в далеко зашедших случаях несовместимые с жизнью.

Физические и душевные муки, которые испытывают наркоманы во время абстиненции, и впрямь ужасны. Наступает она через несколько часов (иногда суток) после последнего приема наркотика, когда содержание его в организме значительно уменьшается. Больной испытывает тягостное физическое

недомогание, резкую общую слабость, озноб. У него пропадают сон и аппетит. Сильнейшие головные боли, "ломающие" боли и судороги во всем теле, особенно в мышцах спины, или конечностей, крупных суставах, боли в желудке, кишечнике, других органах. Сильно дрожат руки и все тело, нарушается походка и координация движений, развивается рвота, понос, судорожные припадки с потерей сознания. Больной обливается потом, неудержимо чихает, из глаз текут слезы. Он впадает в тоску или апатию, он крайне раздражителен, его то и дело охватывает тревога, злобное беспокойство, чреватое агрессией. Нередко развивается психоз - острое расстройство сознания с галлюцинациями, бредом преследования. От боли, ужаса, страшных видений больной мечется, кричит, совершает неправильные, нелепые поступки, может пойти на самоубийство или на любое преступление.

Вот как выглядит наркоман в таком состоянии: "Высохший человек метался на койке, его тело билось и корчилось в конвульсиях, покрывалось крупными каплями пота, временами возникали мучительные судорожные порывы к рвоте. Больной плакал, ругался, умолял, грозил, кричал диким голосом: Спасите! Умираю! Доктор, укол! Будьте прокляты! Черви, белые черви грызут меня! Уберите червей! "

Это состояние может длиться до нескольких недель, если не начать лечение или не принять наркотик вновь.

Причина развития физической зависимости очень сложна и до конца не раскрыта. Существует убедительное доказательство того, что на этой стадии болезни перестраивается вся жизнедеятельность организма: наркотики включаются в качестве обязательного элемента в систему регуляции обменных процессов, прежде всего, в нервных структурах. Теперь без наркотиков оказывается невозможным нормальное функционирование организма.

Шансы бросить наркотики на этой стадии значительно уменьшаются. К тому же больного постоянно мучает страх, что не хватит денег на "порцию", что придет "голод", который нечем будет заглушить, что начнутся боли, судороги, которые нельзя будет сдержать.

Наркотическое колесо продолжает раскручиваться. Все время нужно увеличивать "дозу", чтобы забыть состояние дурмана и забыть страх перед "ломкой". Наркоман чувствует, что он деградирует, но ничего уже не может сделать. Зависимость влечет его по прочному кругу.

8 класс

Дорога в "никуда" (2 час)

История 3. Аня, 20 лет. "В 15 лет я первый раз напилась, потом пробовала курить анашу, потом пыталась покончить жизнь самоубийством. Мама купила мне путевку на Черное море, чтобы я чуть-чуть развеялась. Там на пляже я познакомилась с парнем, влюбилась в него и переехала к нему жить. Его родители сняли нам квартиру, чтобы мы с самого начала жили самостоятельно. Тут я узнала, что мой муж колется. И началось: постоянные друзья, постоянные "варки", постоянный кайф. Я плакала и просила мужа бросить все это. А он уговаривал меня тоже попробовать.

Однажды я согласилась. Он сам сделал мне укол. Мне понравилось. **Во-первых**, у меня все время болели ноги, а тут вдруг прошли, а **во-вторых**, само состояние эйфории. Хватило одного вечера, чтобы сесть на иглу. Потом ощущение

кайфа стало пропадать, но без наркотиков я уже не могла жить. Началась ломка, и я была не человек. Жар, озноб, судороги, есть не можешь, спать не можешь, спина болит, руки-ноги выкручивает, все мысли только об одном - о наркотике. Хорошо еще, что в нашем городе все это стоило не так дорого. Потом деньги кончились, мы стали продавать свои вещи. У нас в жизни была лишь одна цель - кайф. Однажды я посмотрела на себя в зеркало и ужаснулась. В свои 18 выглядела на все 50, тощая, как помойная кошка, и такая грязная - последний раз я мылась, наверное, месяц назад. Тогда я решила в первый раз "соскочить". Не получилось. Не помогало ничего: ни алкоголь, ни снотворное, ни капельницы. Самый большой срок, который я выдержала, - пять дней. А потом снова ссоры с мужем из-за того, что мало дал наркотика, или совсем не дал. Приехала мама, увезла меня в Москву, но через 2 дня я сбежала из дому, чтобы уколоться. Сейчас решила лечиться. Только не знаю, получится или нет. И еще. Не знаю, смогу ли я теперь иметь детей. И будут ли они наркоманами?".

Вопрос, задаваемый Аней, вполне резонен. Материнский инстинкт у наркоманов постепенно исчезает: их редко заботит здоровье собственных детей, которые, едва научившись ходить, уже пробуют "смывки" от наркотиков. Единственный инстинкт, который остается - это страстное желание получить кайф и, следовательно, наркотик. Причем любой ценой.

Эту страшную историю поведал врач родильного дома. - В этот день одной из рожениц была совсем молодая женщина, 17 лет. Ребенок появился на свет недоношенным, часа через 2 начал кричать, корчиться в конвульсиях. Чего только не делали, ничего не помогало. Дрожь все время сотрясала маленькое тельце, оно то сворачивалось в клубок, то вытягивалось в струну. Похоже было на сильное отравление. Поздно вечером по вызову приехал профессор, опытный специалист. Но и он терялся в догадках. А ребенку становилось все хуже. И в это время ко мне подошла медсестра и сообщила, что мать новорожденного умоляет дать ей наркотик. Я тут же бросился к ней. Та стояла в коридоре и вся дрожала. Увидев меня, заплакала: "Доктор, дайте мне что-нибудь! Сделайте укол! Я не могу больше. Я погибну! Я покончу с собой!". "Ты что, наркоманка?" "Да, да!" - закричала она. "Я жить без дозы не могу!" Началась истерика... И все стало ясно: новорожденный появился на свет... наркоманом! Таким сделала его мать. Сделала задолго до рождения. Она уже 1,5 года принимала наркотики. Ядовитое зелье поступало в развивающийся организм, постоянно поддерживая его в состоянии наркотического опьянения. Но вот малыш родился - оборвалась его физическая связь с матерью. Организм же, привыкший к нему стал требовать очередную "дозу". Но ее не было, и наступил синдром абстиненции. Ужасно смотреть на взрослого в этом состоянии. А еще ужаснее, когда "ломка" крутит и раздирает крошечное тельце беспомощного младенца, ставшего жертвой той, кто ему дала жизнь и вместе с тем сделала глубоко несчастным человеком.

Ради спасения ребенка пришлось пойти на крайность: сделать ему укол наркотика. Малыш сразу же успокоился. Много недель потребовалось потом для очистки организма малыша от наркотического яда. И даже после такого упорного лечения нет никакой гарантии на полное избавление от страшного врожденного заболевания. Пройдет много лет, и при определенных условиях организм опять может "вспомнить" о приобретенной еще до рождения привычке. Тогда жизнь человека превратится в трагедию...

Трагическая незрелость наркоманов в роли родителей накладывает неизгладимый отпечаток на судьбу их детей. Часто молодые наркоманы бывают с

ним бессмысленно жестоки... "Четырехлетний светловолосый мальчик, одетый в лохмотья, слонялся по комнате и громко плакал. Одна нога его была в ботинке, другая босая. Никто не обращал на него внимания. Я взяла ребенка на руки и почувствовала, как пахнет от него мочой и калом. Его мать лежала где-то рядом, совершенно одурманенная, ребенок постоянно оставался без присмотра. Один раз его сбила машина, в другой раз - искусала собака". А вот другой пример: "... Оставленный без присмотра маленький ребенок лежал и плакал, по-видимому, уже несколько часов подряд. Он был весь перемазан калом и очень голодный..."

На этой стадии пристрастия наркоман перестает следовать общественным нормам поведения, у него исчезают моральные принципы. Появляется полное безразличие к другим людям и окружению, начинаются умственная деградация и сужение сознания. Человек становится примитивно эгоистичным. Единственным побудительным мотивом к деятельности, все менее и менее координированной, становятся желание одурманить себя и страх перед наркотическим голодом". Наркоман теряет последние остатки человеческого достоинства и, как безвольная кукла, соглашается на любые унижения, издевательства и мерзости, лишь бы получить вожделенный наркотик. Рано или поздно это приводит на путь столкновения с законом, По выражению Владимира Иванова, директора московского филиала международной организации "Наркокон", наркотики - это верная дорога на кладбище с одной лишь остановкой: в зоне. Процесс сползания на социальное дно просматривается в биографии всех наркоманов, предоставленных собственной судьбе.

Некоторые, собираясь в группы, осуществляют набеги на конопляные поля, грабят аптеки и больницы, занимаются кустарным изготовлением наркотиков. Все эти занятия наказуемы длительными сроками лишения свободы. Другие попадают в лапы предприимчивых торговцев смертью. Это уже не тот мелкий барышник, сам из наркоманов, который обитает в подворотнях и возле ночных клубов и кафе, втягивая малолетних. Это трезвый и расчетливый оптовик, наживающий крупное состояние на больных наркоманией. В преступном мире наркотики стоят больших денег, а деньги, как известно, надо где-то брать. Начинают наркоманы обычно с фарцовки, мошенничества, шантажа и вымогательства у близких, мелких краж. Первой жертвой становятся чаще всего собственные родственники. Пропала в доме книга с полки, хрустальная ваза, деньги... У родителей не поднимается рука заявить в милицию на собственное чад. А потом... В поисках средств для покупки наркотика наркоманы не останавливаются ни перед чем, легко идут на самые тяжелые преступления, вплоть до убийства. На конопляном поле трое юношей наркоманов убили одного и тяжело ранили другого милиционера. Пятеро несовершеннолетних наркоманов зверски убили подростка, который им помешал, труп бросили в реку. Наркоман, приучивший свою жену, молодую красивую женщину к морфину, заставил ее сожительствовать с работниками аптечного склада, чтобы взамен получить наркотики. 16-17 летние девушки посылались на тайные свидания с местными и приезжими дельцами в расчете на щедрость клиентов. Перечень злодеяний можно продолжать и продолжать... Но уже по этим примерам можно представить, до какого уровня психической и социальной деградации доводят человека наркотики.

Наркотик - это яд, который медленно разрушает не только внутренние органы человека, но и его мозг, психику. Человек становится ненормальным.

В самом деле, разве можно предположить, что человеческий организм не реагирует на столь грубое вмешательство в его деятельность как ежедневное введение наркотиков или токсических веществ в дозах, которые в десятки, а то и

в сотни, раз превышают смертельные для нормального человека. Организм наркомана реагирует на это однозначно - нарастающей патологией со стороны всех систем и органов. Чем она только не проявляется! Судорожными припадками, поражением мышцы сердца, хронической сердечной недостаточностью, гастритами, язвенной болезнью, желчекаменной болезнью, тяжелейшими пневмониями и плевритами.

Исход наркомании плачевен. Мало кто из заболевших в юности доживают до 30 лет. Смертность наркоманов в 26 раз выше, чем лиц того же возраста, не употреблявших наркотики. Смерть наступает не только в связи с передозировкой наркотиков или сопутствующими заболеваниями, но вследствие их частых попыток к самоубийству. Они утрачивают естественный для живых существ инстинкт самосохранения. 60 % из них предпринимают попытки к самоубийству в течение первых 2-х лет после приобщения к наркотику. Многим это удается.

В конечном счете, рано или поздно человек становится инвалидом. Первое время на фоне избытка здоровья, присущего молодости, медленное разрушение организма незаметно. Самое страшное в другом. Внешне человек здоров физически, а по состоянию психики он - глубокий инвалид. Необратимый процесс разрушения, душевного разлада начинается буквально с первых приемов отравы. Эмоциональная тупость, тоска, апатия, депрессия, потеря памяти и внимания, утрата знаний, неопрятность и неприспособленность к жизни, неуклонно нарастающее слабоумие - таков конечный результат болезни.

Одиночество. Оно занимает особое место в исходе наркомании. Пожалуй, ни один человек не бывает так одинок и несчастен, как наркоман: отсутствие семьи, постоянной работы, профессии, друзей и любимых занятий, нарушение законов, балансирование на грани тюрьмы, нарастающий износ тела и крайний упадок духа.

Наркоманы чаще других людей становятся жертвами производственных травм, автодорожных катастроф, несчастных случаев типа пожара, утопления, отравления, погибают от переохлаждения, инфекций и других недугов, с которыми не в состоянии бороться изношенное тело. У многих постоянным местом жительства становится тюрьма, у других психиатрическая больница.

Даже тех немногих, кому удастся вырваться из цепких пут наркотика и избавиться от болезни, нельзя назвать полностью нормальными людьми. Наркомания не проходит бесследно. Глубокие изменения психики, склонность к депрессиям, ограничение возможности получать радость от жизни, угрюмость и замкнутость характера, внутренняя пустота и эмоциональная бедность, пессимизм, телесные недуги остаются навсегда. Таково печальное наследие наркомании.

Исповедь наркоманки. "Я жила нормальной жизнью, были у меня родители. Правда, они не очень меня любили. Мама, придя с работы, кричала: "Отстань от меня!", папа пил. Я училась неплохо, и друзья у меня были. Друзья мои курили анашу и кайфовали. Я же удивлялась и думала, что со мной этого никогда не случится. Мне говорили, что это классно, и я свыклась с тем, что они курят "травку". Потом стала и сама курить, понравилось. Потом за наркотики выгнали из школы. Я курила полгода, а друзья тем временем начали колоться. Когда попробовала сама, вдруг "поняла", что это то, что я искала всю жизнь. Я говорила: "Те, кто не знает, что такое кайф, много потеряли и в жизни ничего не понимают". И покатила "веселая" жизнь от укола до укола. Первое время было, конечно, интересно. Такая уверенная, классная, кажется, горы можешь свернуть. Он, этот раствор в шприце, был моим богом. Когда, его не было, я не жила. Ночные

кошмары, - в которых колешься, потом просыпаешься, а кайфа нету - сводили меня с ума. Я шла и опять кололась. Потом, конечно, "отходняк", после недельного "зависа": ноги болят, все болит, кашель непонятно откуда, ступни сводит. Поспишь три дня, и опять. Тогда я уже думала, что неужели я так всю свою жизнь проживу? Помню, даже решила, что двадцать лет жизни мне хватит. Стукнет двадцать, поставлю "золотой укол" (смертельная доза), и все, гуд, бай! Старые друзья на меня смотреть не могли, говорили: "Неужели это ты? Ты очень изменилась". Я кисло улыбалась и говорила: "Жизнь такая". Нет, не жизнь такая, а ты такая, ты и только ты сама строишь свою жизнь.

Мне было 16 лет, всего 16 лет! Что же я буду рассказывать своим детям об этом времени, как буду врать? Я уже тогда не чувствовала себя женщиной, ощущала себя бесполом существом, которое только и способно, что держать шприц в руках. Помню, идешь по городу - солнце, весна, розовые здоровые лица... А тебе хочется спрятаться, внутри все сжимается, грудь схватывает безумная боль, комок подкатывает к горлу, а ты надеваешь очки, чтобы плакать незаметно, идешь заливать свою боль прохладным раствором. Но и это уже не помогает, и от этого не становится легче, ты не видишь ни друзей, никого, хочешь убежать от себя, но, увы, от себя не убежишь. И в этот самый момент, когда уже даже "он" не спасает от боли, ты видишь, что ты в таком болоте, в таком дерьме. Где нет людей, одни роботы, и те полумертвые. Больно, правда, больно...

Слава Богу, я об этом пишу, как о прошлом. Слава Богу, этот горький опыт далеко позади, Вы, кто попал уже в это болото, остановитесь, умоляю, скажите: "СТОП!!!"

Я сделала это 2 года назад, я решила это и смогла. Я пришла в "Наркокон" ("Наркокон" - международная организация по борьбе с наркоманией), тот день стал для меня праздником. Я люблю этот мир! Я люблю вас! Прошу, пожалуйста, стоп! А те, кто еще не попробовал наркотики, знайте, что умней от них не становишься".

Всем известно, что "сесть на иглу" гораздо легче, чем "соскочить" с нее. Уж если многие курильщики, даже при помощи новейших медицинских методик, не могут перестать курить, а больные алкоголизмом - бросить пить, то что уж говорить о наркотиках! Людей, которые без чьей-либо помощи перестали употреблять наркотики, можно пересчитать по пальцам, и то, как правило, они "баловались" не слишком долго. Очень немногие способны стойко перенести ломку, когда жутко болит все тело, мучает рвота и расстройство желудка.

Как же можно вылечиться? Существует несколько путей. Во-первых, в наркодиспансерах. Естественно, это грозит постановкой на учет. А человек, состоящий на учете, не может не только получать права на вождение машины и выезжать за границу, но и поступать в институт. Сняться же с учета очень непросто. Одно время у нас появились общества анонимных наркоманов, но они не прижились. А вот международная программа "Наркокон", которая пришла и в Россию, оказалась более жизнеспособной. Правда, лечение по этой программе стоит больших денег, которые далеко не каждый может достать.

Оборот наркотиков сейчас достиг угрожающих размеров, их предлагают чуть ли не на каждом углу, поэтому каждый должен сделать выбор: быть нормальным, полноценным человеком, перед которым открыты все дороги, или, ради нескольких минут кайфа, навсегда остаться рабом бездушного порошка и людей, которые будут жесточайшим образом тебя эксплуатировать.

Обзор “рынка наркотиков”

(1 час)

Наркотики, действующие угнетающе на центральную нервную систему

В медицине они употребляются для снятия психического напряжения.

Опиум в переводе с древнегреческого означает "сок мака" - самый древний из известных наркотиков. Древние люди использовали опиум как лекарство. Физическая зависимость от опиума наступает очень быстро, и потом его приходится колоть уже не ради удовольствия, а чтобы избежать ломки.

Морфин - выделен из опиума в начале XIX века. Назван в честь бога сна Морфея. Широко использовался как обезболивающее средство во время гражданской войны в Америке. Привыкание развивается через три недели ежедневного применения.

Героин - полусинтетический наркотик, сильнее морфина в 20-25 раз, привыкание может развиваться уже после пары уколов. Его употребление приводит к инвалидности.

Наркотики, действующие возбуждающе на нервную систему

Синтетические наркотики - амфетамины - были открыты в 1920 году. Натуральный кокаин известен европейцам со времен открытия Америки, а жрецы древних инков употребляли его для того, чтобы устранить чувство голода и вызвать прилив сил. Современная медицина использует эти психостимулирующие вещества аналогично. Но более высокие дозы пробуждают в человеке агрессивность, а при длительном применении могут вызвать острое психопатическое состояние. В отличие от опиума, кокаиноман в состоянии наркотического опьянения агрессивен и способен на все, вплоть до убийства.

"Клубные" наркотики

Особой популярностью в тусовочной среде пользуется "экстази" - "коктейль", содержащий либо героин, либо кокаин. Как правило, он продается в капсулах или таблетках, реже - в порошке. Стоимость дозы высокая, но даже за эти деньги можно получить подделку с аспирином, сахаром или кормом для рыбок. Посетители ночных клубов уверяют, что "экстази" и подобные ему средства совершенно безвредны. Врачи-наркологи придерживаются иного мнения уже хотя бы потому, что при отказе от "коктейля" наступает все та же ломка, может быть, чуть мягче традиционной: апатия, глубочайшая депрессия, нежелание что-либо делать. И выход из этого состояния только один - повторить дозу. Последствия "экстазимании" пока не изучены, наверняка известно лишь, что "коктейль" разрушает печень, приводит к бессонницам, потере веса, повышает риск всевозможных заболеваний.

Галлюциногены - это наркотики, вызывающие галлюцинации, их еще называют психоделики, так как они позволяют психике перейти в другую реальность. Они вызывают очень серьезные сдвиги психики, которые сопровождаются искаженным восприятием времени и пространства. Ощущение от приема психоделика бывает настолько сильными, что психическое привыкание наступает достаточно быстро.

К относительно слабым психоделикам относится марихуана (или гашиш).

Количество действующего вещества, находящегося в листьях, нектаре и пыльце цветущей конопли, зависит от сезона сбора растения, места произрастания и способа обработки. Наркоманы утверждают, что самый сильный гашиш - афганский. При его курении действующее вещество - каннабинол - попадает в кровь и активно действует в течение 2-4 часов.

Один из наиболее сильных синтетических наркотиков - ЛСД. Специалисты утверждают, что тридцати граммов хватит для трехсот тысяч человек. Эффект, то есть галлюцинации, длится несколько часов. Они могут быть как очень приятными, так и ужасающими. Впрочем, даже приятные ощущения чрезвычайно опасны. В реанимацию им. Склифосовского нередко привозят наркоманов, вообразивших себя птицей, "слетевшей" с верхних этажей высотных зданий.

По мнению врачей, сильные психоделики очень быстро разрушают мозг и даже, по некоторым исследованиям, вызывают изменения на уровне хромосом. Некоторые психиатры считают, что у одного человека из ста нервная система слишком неустойчива, и ему достаточно всего один раз принять сильное наркотическое вещество, чтобы перейти грань безумия.

Токсикомания

Токсикомания имеет принципиально сходную природу с наркоманией и подразумевает болезненное пристрастие к веществу, хотя и не входящему в перечень наркотических, но обладающих свойством влиять на состояние психики. Как и в картине протекания наркомании, при токсикомании наблюдаются симптомы психической и физической зависимости организма от препарата, изменение влечений, нарастание дозы, поражение психики и тела, приводящее к инвалидности. Разница только в том, что вещества, используемые токсикоманами, не способны вызывать выраженную и длительную эйфорию, как наркотики. Обычно токсикоманы добиваются состояния кратковременного одурманивания и оглушенности, которые вызывают снова и снова своеобразными сериями, последовательно повторяя прием ядовитого вещества. Кроме того, болезненная зависимость организма от препарата при токсикомании развивается быстрее, гораздо быстрее наступают разрушения тела и духа, инвалидность и смерть.

Некоторые наркологи считают, что токсикомания среди подростков даже опаснее, чем наркомания, и вот почему: **во-первых**, вещества, вызывающие токсикоманию, намного доступнее населению, в том числе несовершеннолетним. Токсические вещества различного рода, к которым относятся некоторые лекарства, в основном, препараты бытовой и промышленной химии, свободно продаются всем. **Вторая причина** в том, что эти вещества гораздо более ядовиты, чем наркотики. Даже однократное острое отравление химикалиями вызывает необратимые повреждения печени, сердца, мозга и нервной системы. Бензин или клей "момент", например, превращает людей в умственно неполноценных за 3-4 месяца. Очень часто любители одурманивания путем вдыхания паров летучих веществ попадают в реанимационные отделения наших больниц тяжелыми поражениями внутренних органов, в психиатрические больницы с острыми и затяжными психозами, есть случаи смертельных исходов.

Причина распространения токсикомании - стремление к состоянию опьянения. Желание "забалдеть", "испытать кайф" и отсутствие возможности достать настоящий наркотик приводят подростка в бабушкину аптеку, где он начинает пробовать подряд все лекарства. Или того хуже, покупает в хозяйственном магазине химикалии и экспериментирует с ними.

Бороться с токсикоманией гораздо труднее, чем с наркоманией, так как очень сложно при этом опереться на закон.

В последние годы все реже встречаются чистые виды токсикоманий, отмечается рост политоксикоманий и осложненных токсикоманий - сочетание употребления токсических средств и алкогольных напитков. На внешности токсикоманов - печать коварной привязанности к наркотическому дурману: сутулость, впалая грудь, бледность с землистым оттенком, "синяки" под глазами, трясущиеся руки. Резко ограничены умственные и физические возможности.

... Детства у Игоря не было: его украли собственные родители, отец уже давно семью променял на водку, мать воспитанием сына себя не обременяла.

- Первый раз я попробовал "глюкать" в училище, мы собирались под лестничной клеткой и нюхали химию. Меня заметили только тогда, когда я выпил аптечную настойку на спирту и, нанюхавшись, устроил драку с сокурсниками. Был исключен из училища, но быстро поступил в другое. По-прежнему с друзьями увлекались "глюками". Мы собирались по вечерам в подвале дома и там делили наркотические запасы. Приняв наркотики и надышавшись "химии", мы бродили по поселку, по дикому смеялись, устраивали драку. На следующий день с тяжелой головой шли в училище, с нетерпением ждали вечера и снова в подвал... Однажды переборщил, еле пришел в себя, теперь организм тяжело реагирует на "наркоту" хочу бросить и уехать к родственникам: к родителям, которые беспробудно пьянствуют, возвращаться не хочу.

В отношении токсикомании вполне справедлив профилактический принцип медицины: "Болезнь намного легче предупредить, чем лечить".

Молодому человеку, для которого оптимизм, жизнерадостность - нормальное, естественное состояние, вряд ли нужен эрзац этих чувств, порождаемый воздействием на организм наркотического зелья.

3.3 Беседы для школьников старшего звена

Наркотики в жизни человечества

(2 часа)

Зависимость

Хорошо известно, что в наше время наркомания является проблемой не просто международной, а и, без всякого преувеличения, мировой. Конечно, в каждой стране она имеет свою специфику, свои причины и особенности. Но нелепо было бы игнорировать тенденции глобального характера. Внимание международного сообщества к наркомании постоянно растет, начиная с 60-х и, особенно, 70-х годов.

Хотя причины общественного беспокойства по поводу медицинского потребления наркотиков, в целом, очевидны, сформулировать суть проблемы не так просто. Постепенно был найден ключевой термин, который выражает то главное, что определяет наркомана как наркомана и одновременно - потребление наркотиков как проблему общества. Зависимость - так медицина характеризует отношение между наркоманами и наркотиками. Термин не просто красноречивый, но весьма точный. Действительно, регулярно употребляющий наркотики со временем утрачивают фундаментальные качества суверенной личности, и страсть к наркотикам ведет его по жизни, определяет его поступки, поведение, настроение, помыслы, логично сказать, управляет человеком и часто во многом решает его

судьбу. Зависимость заметно меняет состояние психики и физиологии, систему потребностей, круг интересов, цели и характер деятельности человека.

Однако объясним, что опасность наркомании - в особом воздействии наркотиков на организм, в их способности поработать человека, их мертвой хватке, от которой почти невозможно освободиться, верно лишь отчасти. Наркотические вещества обладают свойствами действительно особыми, но это лишь вещества, отнюдь не одушевленные и не способные с самостоятельности. Ни один наркотик сам не набрасывается на свою жертву, и, в сущности, образ жертвы применительно к наркоману - только образ. Наркотиками пользуются люди, и все дело в том, как они это делают. Ведь одни и те же вещества могут спасать больных и могут делать людей больными; известно их применение в качестве смертельного яда и в качестве противоядия.

На примере "легальных" наркотиков, таких, как алкоголь и кофеин, видно, что одно и то же средство, способное вызывать зависимость, может представлять или очень большую, или ограниченную опасность для потребителя и его социальной полноценности (алкоголь: контролируемое и неконтролируемое потребление), или даже ничтожную (кофеин, сконцентрированный и в кофе и чае).

Относится ли то же самое к наркотикам "настоящим"? В принципе - да, но с оговоркой: они обладают гораздо более сильным воздействием и вызывают зависимость в предельно краткие сроки. При неодинаковых способах потребления далеко не одинаковы и последствия.

Наиболее распространенным и наиболее известным является потребление опиума и каннабиса (конопли) на Востоке, а также коки в Южной Америке. Эти наркотические вещества исполняли роль во многом аналогичную алкоголю, а значит, их потребление исторически не подвергалось запрету и считалось вполне допустимым. Возникает вопрос, каким же образом сохранились народы Востока, если наркотики ведут к неизменной гибели? Объяснить это можно, прежде всего, тем, что в "традиционном" потреблении был заложен ряд строгих ограничений, а "современный", "европейский" вариант такой техники не то чтобы не знает, но не признает. Наоборот, он последовательно строится на основе самых крайних, самых опасных способов использования наркотиков и отличается бескомпромиссно разрушительным характером. Помимо отказа от системы традиционных табу, жестко регламентировавших важнейшие обстоятельства и характеристики потребления, современное злоупотребление наркотиками имеет и другие важнейшие особенности. Самая очевидная из них - использование концентрированных, рафинированных, исключительно мощных разновидностей наркотиков, что часто подкрепляется внутривенным способом введения препарата в организм.

Еще одно принципиальное отличие от "традиционного" потребления связано с тем, что изменялись не только наркотики, но и люди. Придерживаться "традиционного" потребления наркотиков ныне столь же противоестественно, как, скажем, "лететь в пыли на почтовых". Реально современный наркоман может выбирать лишь между "европейской" наркоманией и отказом от наркотиков, третьего не дано, а попытки нащупать золотую середину, как правило, кончаются печально.

Личность наркомана

В истории рода людского постоянно проявляется неотъемлемая тяга к изменению состояния сознания. Человек как существо, осознающее свое существование, с древнейших времен задумывается над собственным происхождением, над смыслом существования и над его конечным

результатом.

Эволюционно несовершенный, с примитивным по отношению с микро- и макрокосмосу сознанием, он воспринимает окружающий его мир крайне просто и убого. В большей мере интуитивно, чем рационально, человек чувствует существование иного мира, живущего независимо от его восприятия. Не имея возможности получить ответ на множество мучающих вопросов, человек предполагает, что разрешение извечной тайны бытия находится в том, другом, справедливом и мудром мире.

Скорее всего, здесь зарождается непреодолимое желание хотя бы раз в жизни очутиться в этом мире. Обычной формы сознания недостаточно, чтобы пережить субъективное впечатление, отличное от тех, к которым мы привыкли. Чтобы прочувствовать новую реальность, необходимо какое-то новое сознание.

Поэтому человек с древнейших времен своего эволюционного развития пробовал различными способами изменить сознание. В начале он делал это с помощью танца, поста, самобичевания, разных видов Аскезы, религии, но вскоре понял, что, скорее всего, достигнет этого состояния с помощью наркотиков.

К счастью, несмотря на эту универсальную склонность, далеко не все пробуют выйти за пределы обычного сознания. Пока еще недостаточно понятно, почему на это решается только определенное количество людей. Основные причины этого явления следует искать в самой личности, конечно, учитывая при этом социальные мотивы и особенности наркотика.

Мотивация употребления психоактивных веществ многократно менялась с течением времени. В начале наркотики употребляли только посвященные - жрецы и шаманы, передававшие своим соплеменникам повеления богов. Таким образом, через посредников, пользующихся неограниченным доверием, простые люди общались с иным миром. В те времена наркотики были на вооружении религии. Простые смертные не имели доступа к святым таинствам. За любую попытку проникновения по другую сторону сознания они были наказаны проклятием и смертью.

Позднее отношение к наркотикам постепенно менялось. Право на них получили и простые люди, но только в особых случаях и обстоятельствах. Наркотики массово употребляются во время посвящения в таинства, во время разного рода религиозных обрядов, как средство, пробуждающее отвагу (викинги, крестоносцы) в целях достижения состояния религиозного экстаза, для входа в состояние медитации и т.п.

Только в XX веке употребление наркотиков становится мировой медицинской и социальной проблемой как с точки зрения массового и эпидемического характера, так и с точки зрения последствий, которые невозможно предвидеть и которые очень сильно влияют на здоровье человека и общество как единое целое. Основными чертами наркомании в XX веке является ее массовость и постоянная тенденция к увеличению количества разных видов наркотиков.

Довоенный наркоман

В период между первой и второй мировыми войнами основной была так называемая медицинская наркомания. Во время первой мировой войны получали морфин для обезболивания после ранений и операций. К сожалению, часто этот препарат принимали в течение очень длительного времени, что приводило к развитию зависимости. Эти больные после того, как покидали госпиталь, продолжали принимать морфин или его производные с целью избежать неприятных симптомов абстинентного кризиса.

Морфинистами становились также пациенты, получавшие в больницах морфин в случае сильных болей при раковых заболеваниях. Среди морфинистов нередко можно было встретить представителей медицинского персонала, которые, имея доступ к наркотикам и наблюдая эффекты их действия на своих пациентах, хотели попробовать их на себе. И, наконец, морфин принимало множество людей невротичных, с депрессивным состоянием, стремясь найти в морфиновом дурмане решение нескончаемых проблем.

Классический наркоман межвоенного периода ни внешним видом, ни поведением не отличается от остальных членов общества. Чаще всего, это был чиновник или художник средних лет, ежедневно принимающий дозы наркотика тайно, работающий и пользующийся репутацией человека, которому повезло в жизни. Свою слабость к наркотикам этот человек тщательно скрывал. Бывало так, что самые близкие люди ничего о ней не знали. Принимая морфин ежедневно, при условии полноценного питания довоенный наркоман мог долгие годы находиться в добром здравии. Если у таких наркоманов имели место проблемы со здоровьем, конфликты с законом или снижение общественного положения, то это никогда не являлось следствием действия морфина, а просто результатом нехватки денег и приносимым в жертву наркотику общественному положению и собственной лени.

Наркоман наших дней

В отличие от классического довоенного наркомана наркоман 60-х годов XX века характеризовался новыми отличительными чертами. Возраст его, чаще всего, от 14 до 25 лет. Своей привычки он не только не скрывает, напротив, он ее прямо или косвенно демонстрирует, не обращает внимания на свой внешний вид и поведение, уклоняется от любого общественно-полезного действия, а наркотики употребляет исключительно в обществе таких же личностей, как и он сам.

Этот наркоман не останавливается на каком-нибудь одном наркотике, он старается попробовать любые, какие только ему удастся достать, чтобы, в конце концов, найти тот самый "свой" наркотик, но даже когда это произойдет, он все равно не отказывается от других препаратов.

Помимо наркотиков, этот молодой человек пропагандировал новую жизненную философию и новые убеждения, подчеркивая, что наркотик - это всего лишь незначительный фактор в поисках жизненного пути; при этом он не отдает себе отчета в том, что все свое существование подчиняет именно ему.

Молодежь и наркомания

Большинство молодых наркоманов впервые попробовали наркотик из чистого любопытства, из желания пережить нечто необычное. Сомнительно, чтобы тайное курение марихуаны на дружеских вечеринках являлось примером проявления патологии личности. Такое экстравагантное поведение не всегда можно расценивать как невротические эксцессы, тем более что оно является ничем иным, как наследованием, "лекарственного невроза" взрослых.

Данные многочисленных социологических опросов, проводимых среди молодых людей, свидетельствуют, что они отнюдь не в восторге от собственных родителей, которые говорят им о наркотиках, как о чем-то ужасном, а сами в это время употребляют алкоголь, курят табак и глотают в огромных количествах "волшебные таблетки", которые улучшают настроение, помогают от бессонницы, устраняют чувство страха и депрессию, снижают боль - одним словом, помогают от всех болезней, какими страдает современный человек.

Этот вид лицемерия является плохим примером для молодых людей, подумывающих об употреблении наркотиков. К сожалению, существует

достаточно размытая граница между разумным желанием пережить приключение и истеричной потребностью, вторгающейся в область психопатии.

Первая склонность к употреблению наркотиков чаще проявляется около десятого года жизни. Для этого периода характерно восхищением героями, соперничество и "желание сделать что-то необычное". К счастью, редко идеалом становится преступник, чаще всего это бывает мужественный и гордый вождь индейского племени с амулетом (трубка мира), хотя и этот символ может подсознательно вызвать в будущем тягу к сигаретам или к марихуане. Курение в этом возрасте может быть вызвано и другими мотивами, отнюдь не свидетельствующими о болезненном состоянии личности.

Среднее и старшее поколения без труда припоминают собственную молодость, когда они начали курить сигареты, чтобы "быть взрослыми", а заодно и досадить им, демонстрируя такие "психопатологические" импульсы, как смелость, соперничество, бунтарство.

С возрастом психологический образ личности меняется. Сознание собственного "Я", как решающего фактора развития и созревания личности, все чаще присутствует в размышлениях о жизни и о своем месте в ней. Одновременно с осознанием собственной личности и ее авторитета происходит обособление от авторитета семьи и других общественных авторитетов. Каждая попытка ограничения или запрета, исходящая от старших, воспринимается как покушение на самостоятельность личности и ее эмоции. Протест и желание отомстить обретают форму, для которой эйфория становится практически идеальным спасением.

Молодые люди борются с множеством проблем социальной интеграции, со стремлением к признанию своей неординарности, с неизбежностью выбора профессии, с любовью, с чувством агрессии и сексуальностью. Обязательным в этот период жизни становится поиск способа приспособляемости. Если они его не найдут, то их ожидает депрессия, то есть прямая дорога к неврозу или поиск формы бегства. Когда проблема приспособляемости и неврозы начнут мешать нормальному развитию личности, то эйфория, вызванная гашишем, уже не сможет справиться с иллюзиями. Молодой человек ищет тогда нового средства от депрессии и страха, и, в конце концов, приходит к героину. Чаще всего, именно так выглядит путь развития молодежной наркомании.

Первый опыт употребления наркотиков

Первоначальные эпизоды, связанные с введением наркотика в организм, не осознаются молодыми людьми в полной мере. Способность к аналитическому мышлению у большинства наркоманов нарушена, и они не в состоянии уяснить, что эти новые впечатления не являются нормальными. Единственной шкалой оценки нового состояния становятся нормы нового сознания. На их основании состояние измененного сознания воспринимается, как объективное и нормальное, и оно не беспокоит человека, находящегося под действием наркотика. Их больше беспокоят те, кто этого состояния не понимает. Это состояние похоже на состояние экстаза у примитивных племен. Экстаз, встречающийся в некоторых религиях, также может трактоваться некоторыми врачами как ненормальное явление, хотя для исповедующих эти религии таковым не является. Переживание альтернативных состояний сознания приводит к тому, что объективное восприятие мира в себе и вокруг себя становится относительным.

Существует целый ряд патологических явлений, увиденных и описанных наркоманами в состоянии измененного сознания. Наиболее часто встречающиеся явления - это: повышенная потребность поделиться своим

духовным состоянием, беспричинный смех, внезапные выкрики, нелогические и бессвязные высказывания, галлюцинации, не узнавание знакомых лиц и объектов, состояние, похожее на лунатизм, ощущения существования вне собственного тела, акты насилия.

Воспоминания о пережитой эйфории и связанных с ней впечатлениях через несколько дней или недель затруднены и туманны. Однако остается желание пережить и почувствовать все это еще раз. Скорее всего, психическая зависимость или стремление к повторению наркотического переживания, в значительной мере, формируются в подсознании.

Принимая все это во внимание, можно сделать вывод, что наркомания и склонность к употреблению наркотиков является суммой разных факторов, обусловленных как индивидуальными, так и социальными особенностями, а также комбинацией тех и других.

Быть здоровым - это модно!

(1 час)

Развитые страны вступили во вторую фазу развития общества потребления - безудержной погоне за сиюминутными удовольствиями. Современный человек предпочитает истинные ценности. Он стремится поставить во главу угла определенное качество жизни. Здоровье, любовь, семья - вот основные ценности, которыми хотелось бы обладать каждому.

В США в последние годы сложился своеобразный культ здоровья. Здоровый образ жизни начинает все быстрее входить в жизнь большинства американцев. Об этом говорит реклама, телевидение, пресса. Программа "Здоровые люди к 2000 году" - национальная инициатива по улучшению здоровья американцев за счет профилактики - ставит в качестве основополагающих принципов три перекрывающие друг друга цели, которые описываются 319 измеряемыми показателями. Первая цель программы - увеличение количества лет здоровой жизни с особым акцентом на качестве этих лет, иными словами, жизнь без нарушения дееспособности и без существенных ограничений активности. Вторая цель программы заключается в уменьшении различий в здоровье между разными группами населения. Для достижения этой цели были определены задачи для отдельных групп населения с более высоким риском заболеваемости, травм, потери трудоспособности и преждевременной смертности. Сюда входят подростки, а также отдельные расовые и этнические группы, инвалиды, люди с низкими доходами и женщины. Третья цель состоит в том, чтобы повысить доступность и возможность использования услуг клинических и профилактических служб по таким направлениям как консультирование по вопросам питания, прекращения курения, физических нагрузок, употребления алкоголя, планирования семьи, психического здоровья во время оказания первичной медицинской помощи.

Недавно Министерство здравоохранения и социального обеспечения США предоставило населению самые последние данные о состоянии здоровья американцев. Эти данные показывают, что прогресс в продвижении к цели был достигнут по 50 % задач. В качестве примеров задач, по которым был достигнут прогресс, можно назвать снижение распространенности курения, уровня артериального давления и смертности от дорожно-транспортных происшествий, связанных с состоянием опьянения.

Государственные учреждения штатов и частные организации реализуют свои

медицинские профилактические программы в рамках этих задач. Мало кто не согласится, что будущее зависит от интеллектуального, социального и общего благосостояния детей. Здоровье является самым важным компонентом общего благосостояния. В среднем состоянии здоровья американских детей за последние два десятилетия значительно улучшилось, хотя это наблюдается и не во всех группах детей. Основные различия в состоянии здоровья и пользовании услугами здравоохранения связаны с доходом семьи, национальными особенностями, образованием родителей и местом, где проживает семья. Не одинаков и контроль за поведением детей, связанным со здоровьем, в разных группах населения.

Поскольку более 95 % детей в возрасте от 6 до 18 лет находится в школе, то логично использовать школы как место для формального обучения здоровью. Представителями здравоохранения и педагогами было принято соглашение о том, что обучение здоровью должно укрепить основные гигиенические привычки, рациональные подходы к питанию, а также самостоятельность и самооценку суждений по ряду вопросов, касающихся здоровья. Программа "Познай себя", называемая также "Путешествия Джуно. Приключения в стране Здоровья" является всесторонней, теоретически обоснованной школьной программой здоровья, целью которой является укрепление здоровья и профилактика заболеваний. Основная тема программы становится понятной из следующих мудрых слов, пробуждающих в ребенке чувство ответственности за свое здоровье:

Я всегда думаю о своем здоровье!

Я могу сам о себе прекрасно позаботиться!

Я здоровье берегу, сам себе я помогу!

В программе особо подчеркивается положительная оценка своих возможностей. В то же время разделы, касающиеся физических упражнений, питания, имеют отношение, прежде всего, к профилактике хронических заболеваний.

В США большую поддержку получило движение "Школа, свободная от табака", когда весь школьный уклад и официальные правила поведения в школе направлены на поддержку не курения. Это касается не только детей, но и учителей, и любых школьных посетителей.

Довольно широко в США для пропаганды здорового образа жизни используются молодежные издания, теле- и радиопередачи. С этой же целью демонстрируются наглядные примеры здорового образа жизни, особенно среди кумиров детей и молодежи (звезд музыки, кино). Знаменитый Арнольд Шварценеггер состоял советником при президенте по вопросам физкультуры и спорта.

В последние годы большой популярностью в США пользуются программы молодежных и школьных обменов, осуществляемые под эгидой информационного агентства США и в рамках деятельности международного Красного Креста и Международных программ городов-побратимов. Одним из конкретных проектов тематического молодежного обмена является программа ознакомления молодежи с медицинским и сестринским образованием, межкультурными особенностями, глобальными коммунальными потребностями, навыками принятия решений и возможностями в предоставлении услуг в г. Зеленограде (Россия) и г. Тулса (штат Оклахома, США). Сначала молодые люди приняли участие в программе, подготовленной в Зеленограде, где они изучали коммунальные потребности и ресурсы, посетили Российское общество Красного Креста и музей, ознакомились с культурными традициями и реализовали проект, направленный на удовлетворение некоторых потребностей жителей Зеленограда,

выявленных участниками обмена. Обмен включал культурные медицинские мероприятия, такие как посещение больниц, детских домов, музеев, местных отделений милиции и пожарной охраны, других служб и образовательных учреждений. Состоялись молодежные дискуссии, в ходе которых обсуждалась роль правительства в удовлетворении определенных социальных потребностей населения. Были проведены презентации, показывающие роль молодежи в культурном обмене. Кроме того, участники провели неделю в летнем лагере, ознакомились с программами обучения и отдыха российских студентов.

Школьники России совершили ответный визит в Тулсу. Они приняли участие в специально разработанной руководством Красного Креста программе. В нее вошли программы здоровья и безопасности служб Красного Креста, программа облегчения страданий при уходе за больными и Молодежная добровольная программа. Участники тесно контактировали с населением. Они посетили муниципальные учреждения и местные предприятия, отдохнули в лагере в Тулсе для подготовки руководящих кадров Красного Креста.

Молодость и здоровье кажутся неразделимыми понятиями, но это может оказаться как серьезным заблуждением молодежи, так и преступной безответственностью старших соплеменников по отношению к ним.

Список используемых источников

Интернет-источники

Brosaem.info : <http://brosaem.info/>

Время бросить курить. Как бросить курить: <http://www.tysvoboden.ru/>

Медицинская карта: <http://www.medkarta.com/>

Медицинский информационный сервер F-med.ru <http://www.f-med.ru/>

Наркокон-стандарт: <http://www.narconon-standard.ru/>

Опасные животные и растения: <http://alins.ru/>

Официальный сайт Управления Роспотребнадзора по Курганской области: <http://www.45.rospotrebnadzor.ru>

Официальный сайт Управления Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков России по Курганской области: <http://наркоконтролькурган.рф/>

Литература

Данилин А., Данилина И. Как спасти детей от наркотиков. — «Врачи предупреждают». — М.: ЗАО Изд-во Центрполиграф 2001. - 348 с.

Автор-составитель Е.А Скипина, Информационно-методический материал по профилактике токсикомании среди подростков (для медицинских работников и учителей)Курган: ГКУ «Курганский областной Центр медицинской профилактики», 2011.

А.П. Гаранский Наркомания : Методические рекомендации по преодолению наркозависимости / Ред.. - 2-е изд. - М. : БИНОМ. Лаборатория знаний ; СПб. : Невский Диалект, 2002. - 471 с.

Полезные Интернет-ссылки

"Narcozona.ru - портал о наркотиках и наркомании: <http://www.narcozona.ru/>

«БЕЗ НАРКОТИКОВ» — независимый некоммерческий информационно-консультационный проект: <http://www.nodrugs.ru/index.php>

Brosaeminfo: <http://brosaem.info>

Время бросить курить. Как бросить курить: <http://www.tysvoboden.ru/>

Жизнь без зависимости: <http://www.no-narcotics.ru/>

Жизнь без наркотиков?: <http://go-krit.com/>

Информационно-публицистический ресурс "Нет наркотикам": <http://www.narkotiki.ru/>

Наркоклиники: <http://narkokliniki.ru/>

Официальный сайт Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков: <http://www.fskn.gov.ru/>

Официальный сайт Департамента здравоохранения Курганской области раздел «Новости - Категории 'Организация медицинской помощи: Нарколог Зауралья» ': <http://www.uzo.kurgan-med.ru/>

Профилактика потребления токсических и наркотических веществ несовершеннолетними в учреждениях образования. Пособие для врачей психиатров-наркологов: <http://www.medavis.ru/psychotherapy/profilact.htm>

Растения в нашей жизни: <http://www.trava-myrava.ru/dikorastyshie/yadovitietravi.html>

Русский народный сервер против наркотиков: <http://www.narcom.ru/>

Сообщество взаимопомощи учителей «Pedsovet,su» <http://pedsovet.su/load/210>

<http://www.respublika-center.ru/biblioteka/usefullit/poleznaya-literatura.html>