**Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (к Международному дню борьбы наркоманией, наркобизнесом, 1 марта)**

Генеральная Ассамблея ООН в 1987 г. провозгласила**1 марта Международным днем борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков**, определив тем самым всю важность проблемы и проявив свою решимость расширять международное сотрудничество для достижения цели – мирового сообщества, свободного от наркомании.

Сегодня наркомания поразила все страны мира, **число употребляющих наркотики превышает 200 млн. человек**. По самым приблизительным оценкам специалистов, **от 3 до 4 процентов жителей планеты употребляют наркотики**.

Проблема наркоманий является одной из наиболее актуальных как для здравоохранения, так и для общества в целом. Это обусловлено тяжелыми медицинскими и социальными последствиями   злоупотребления психоактивными веществами, среди которых на первом месте находятся характерные изменения личности. К негативным медицинским и социальным последствиям наркомании относятся: наличие ряда соматических заболеваний у пациентов, низкий процент трудовой занятости, высокая частота криминогенного поведения и судимостей, нарушения семейных связей.

В Республике Беларусь под наблюдением врачей психиатров-наркологов в настоящее время находится более 15 тысяч пациентов, которые употребляют наркотические средства.  Среди употребляемых наркотических средств по-прежнему доминируют опийные наркотики (49,6%), каннабис (15,8%), психостимуляторы (6,1%) и ряд других наркотических средств. В последние годы «модным» среди молодежи стало употребление курительных смесей «Спайсов». Прием «Спайсов» приводит к мгновенному развитию наркотической зависимости. При одно- или двукратном употреблении «Спайсов» развивается психологическая зависимость, а при употреблении в течение 2 месяцев и больше развивается физическая зависимость.

       Помимо того, что наркомания приводит к физической, нравственной и социальной деградации личности, она толкает «потерявших себя» и потерянных людей на преступления. Из числа наблюдаемого контингента 52,1% имеют судимость, причем в 26,6% случаях судимость не связана с операциями с наркотиками.

**Каковы основные причины возникновения наркомании**

Под *наркоманией* понимают болезненное влечение, пристрастие к систематическому употреблению наркотиков, приводящее к тяжелым нарушениям психических и физических функций. Одними из главных причин, приводящих к наркомании в среде подростков, являются:

* недостаток любви и внимания со стороны близких людей;
* эксперимент над своим сознанием (этой мотивацией обычно пользуется интеллектуальная молодежь, они довольно образованы, изучают специфическую, психоделическую литературу, принимают вседоступные им меры, чтобы не перешагнуть грань зависимости);
* любопытство.

         Причиной употребления наркотиков может быть бунтарство, которое является формой протеста против тех ценностей, которые исповедует общество и семья, особенно, если учесть молодой возраст людей, подверженных этой пагубной страсти. Действуя импульсивно, подростки, прежде чем подумать, совершают поступок, чаще всего неправильный. Они не желают выполнять какие - либо обязанности, во всем ищут удовольствие. Не обладая чувством ответственности, они зачастую вступают в конфликт с теми, кто обладает властью над ними.

         У многих подростков также наблюдается полное отсутствие интереса к каким - либо занятиям, событиям и другим вещам. Они равнодушно относятся к занятиям в школе и обычно не имеют никаких увлечений. У них нет интереса к будущим событиям, любые личные достижения не представляют для никакой ценности.

       Еще одним «поводом» для употребления наркотиков могут выступать серьезные внутренние конфликты, проблемы социализации.
 Ряд симптомов весьма характерны тем личностям, у кого очень низкая самооценка, кто считает других лучше себя. Ими преобладает ощущение неудовлетворенности, несчастья, тревоги, скуки, неуверенности себе, депрессия. Они чувствуют себя несчастными дома, им присуща отчужденность и изоляция семье, в отношениях со сверстниками. В таких случаях человек остро нуждается в дополнительном «обезболивании». Но как показывает практика многие убегают в «замены» и замыкаются в неподвижном и иллюзорном мире, который они создали вокруг себя.

Для некоторых наркотики это средство борьбы с депрессией. Находясь в состоянии эмоциональных трудностей, многие считают, что употребив наркотики или алкоголь, можно избежать состояния глубокой депрессии. Но обычно алкоголь и наркотики приносят лишь временное облегчение.

**Последствия наркомании**

          Последствия употребления наркотиков можно разделить на три группы: медицинские, психические и социальные.

          К ***медицинским последствиям*** относятся:

* **Депрессия** – состояние угнетенности или тоскливого настроения. Депрессия у наркоманов возникает в период воздержания от приема наркотиков.
* **Передозировка** – нередкая ситуация в жизни наркомана, особенно при использовании средств и сырья, активность которых выше, чем у тех, что обычно им употреблялись. При передозировке возможна: потеря сознания, остановка дыхания и сердечной деятельности – все это требует экстренной медицинской помощи. Следствием передозировки часто является летальный исход.
* **Судороги** – одно из проявлений абстинентного синдрома, возникающего в период воздержания от введения наркотика. Когда нет возможности ввести необходимую дозу наркотика, ухудшается сначала общее самочувствие, снижается настроение, затем возникают нарушения со стороны желудка, кишечника, сердечнососудистой системы в виде различного рода болевых ощущений, изменения стула, перебоев в работе сердца.
* Часто у пациентов с наркоманиями отмечаются **осложнения и инфекции** вследствие нарушений правил асептики при введении наркотиков.
* **Воспаления вен** – следствие использования нестерильных шприцев и игл или введения препаратов. Воспаление вен в свою очередь может привести к серьезному осложнению – заражению крови.
* **Гепатиты парентеральные** – воспалительные заболевания печени – очень распространены среди наркоманов. Они вызываются вирусами, который передается от одного наркомана другому через зараженные иглы.
* **СПИД.** В период «ломки» и непреодолимого влечения к наркотику все мысли и действия человека направлены на немедленное получение дозы в любых условиях, в любом шприце и любой иглой – отсюда опасность заражения ВИЧ-инфекцией.

***Психические последствия***:

* **Привыкание** – отличительный признак наркомании как болезни. Постепенно наркотик становится необходим не только для того, чтобы испытать кайф, но и чтобы просто комфортно себя чувствовать, формируется психическая зависимость.
* **Страхи.** У наркомана есть множество поводов испытывать страх: страх быть разоблаченным, арестованным, страх за свое здоровье, из-за своих долгов и т.д. Страхи и депрессия – наиболее частые причины срывов в этот период.
* **Высокий суицидальный риск.** Страхи, депрессии, «ломки» - и все вышеперечисленные негативные последствия наркомании, изматывают психику человека, доводя его до отчаяния. Кажущаяся безвыходность положения толкает человека на самоубийство.

***Социальные последствия*:**

  **Домашние скандалы, потеря друзей:** человек, употребляющий наркотики, вынужден постоянно скрывать свое пристрастие от родителей и других людей, все более и более отдаляясь от них. Чем больше стаж употребления наркотиков, тем уже становится круг общения.

  **Криминогенность** (со всеми вытекающими последствиями: побои, аресты…) больных наркоманиями обусловлена несколькими факторами: потребностью в деньгах для покупки наркотиков, вынужденной связью с торговцами наркотиками (что само по себе является противоправным действием), изменениями личности с характерным морально-этическим снижением. Кроме того, наркоманы могут совершать противоправные действия, находясь в наркотическом опьянении или в психотическом состоянии.

**Начальные признаки появления наркомании**

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

         длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки;

         неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения;

         отрешенный взгляд; часто - неряшливый вид, сухие волосы, отекшие кисти рук;

         темные, разрушенные, «обломанные» зубы в виде «пеньков»;

         осанка чаще сутулая;

         невнятная, «растянутая» речь;

         неуклюжие и замедленные движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта;

         явное стремление избегать встреч с представителями властей;

         раздражительность, резкость и непочтительность в ответах на вопросы;

         следы от уколов.

           Наркоманы со стажем делают себе инъекции куда угодно, и следы нужно искать во всех областях тела, не исключая кожи на голове под волосами, часто следы уколов выглядят не просто как множественные красные точки, а сливаются в плотные синевато-багровые тяжи по ходу вен.

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

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

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

**появляются новые подозрительные друзья** (но вначале молодой человек обычно встречается с весьма приличными на вид наркоманами) или поведение старых приятелей становится подозрительным (разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении); настроение меняется по непонятным причинам (очень быстро и часто не соответствует ситуации).

**Принимаемы меры по предупреждению распространения наркомании**

         На государственном уровне профилактика наркотической зависимости включает 2 компонента:

- меры по ограничению распространения наркотиков;

- антинаркотическую пропаганду, обеспечиваемую средствами массовой информации и социальными институтами.

      С целью минимизации последствий наркомании, своевременного реагирования и выработки адекватных ответных мер на новые тенденции наркопотребления Министерством здравоохранения Республики Беларусь постоянно проводится работа по совершенствованию форм и методов оказания медицинской помощи.