

## О проблеме наркомании

Как это не покажется парадоксальным, но даже сегодня, в эпоху гласности, когда не осталось ни одной проблемы, ни одного вопроса, которые не подверглись бы тщательному препарированию в средствах массовой информации, далеко не все имеют четкое представление о проблеме наркомании. Проведенный анализ свидетельствует, что злоупотребление наркотиками распространилось во всех социальных слоях и возрастных группах, и особенно среди молодежи.

Возможно некоторые граждане, не имевшие раньше достоверной информации о проблемах, связанных с наркотиками, зададутся вопросом: «А в чем вообще опасность наркомании для общества и так ли актуальна сегодня эта проблема?».

Дело в том, что государственными и социальными институтами во всем мире немедицинское использование наркотиков рассматривается как большое зло, которое пытаются всячески ограничить, в том числе законодательно и с помощью правоохранительных органов. Причин для всеобщей тревоги несколько.

Во-первых, наркомания чрезвычайно активно способствует деградации личности и разрушению организма, а это, в конечном счете, дело не только самого наркомана, который живет среди людей и зачастую становится источником серьезной опасности для окружающих. Во многих случаях человек, больной наркоманией, к сожалению становится безнравственным, циничным и жестоким. Кому хотелось бы, чтобы в классе с его ребенком учился или жил в соседней квартире наркоман. Но в первую очередь такой человек – это огромное горе для всех его близких, которые на глазах теряют сына или дочь, мужа или отца.

Во-вторых, наркомания – непосредственная причина огромного количества различных преступлений, в том числе тяжких. По данным научных исследований около 2/3 несовершеннолетних наркоманов становятся преступниками. Это обусловлено тем, что они в силу своей непреодолимой тяги к наркотикам не останавливаются перед совершением преступлений (чаще всего краж), чтобы добыть очередную дозу или средства для ее приобретения.

Спрос на наркотики стимулирует их предложение на «черном рынке», подпольную индустрию выращивания наркотикосодержащих растений, контрабанду и незаконную торговлю наркотиками, их производства в подпольных лабораториях.

В-третьих, наркомания в целом угрожает физическому и нравственному здоровью нации. Сюда можно отнести и генетическое вырождение поколений, и тесную связь наркомании с проблемами СПИДа, гепатита, других тяжелых болезней, гомосексуализма, проституции. Здесь целый «букет» различных социальных проблем.

В-четвертых, человек в состоянии наркотического опьянения неадекватно отражает действительность и не может в полной мере (а то и вовсе) контролировать свои действия. Исчезает критическая оценка ситуации, притупляется ощущение риска, нарушается координация движений. И вот представьте себе такого человека, например, управляющего транспортным средством или имеющего в руках боевое оружие.

В-пятых, это если можно так выразиться, «социальная заразность» наркомании. По данным целого ряда научных исследований каждый наркоман способен вовлечь в употребление наркотиков 12-17 человек. И, что особенно важно, многие наркоманы объективно заинтересованы вовлечь как можно больше новых людей в наркотические сети.

### Что такое наркомания?

**Наркомания** – это тяжелая, трудноизлечимая, а зачастую и неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека, нередко оказывающаяся преждевременной смертью. Эта болезнь характеризуется жесткой зависимостью состояния человека, его физического и психического самочувствия от наркотика.

Становление, формирование наркомании характеризуется развитием трех основных признаков: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.

Психическая зависимость – это болезненное стремление непрерывно или периодически принимать наркотики с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Такая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков, причем не редко, после их однократного потребления.

**Физическая зависимость** – это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотика. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, болевыми ощущениями, которые развиваются сразу, как только действие наркотика прекращается. Эти расстройства, обозначаемые медиками как «абстинентный синдром», облегчаются или полностью снимаются только новым введением конкретного наркотика либо вещества со сходным

фармакологическим наркотиком. Физическая зависимость, как и психическая, делает необходимым непрерывное употребление наркотика или постоянный возврат к нему.

**Толерантность** – это переносимость (чувствительность) организма по отношению к воздействию наркотика. При систематическом приеме отмечается появление адаптации, то есть привыкания к наркотику, когда наблюдается все менее выраженная реакция организма на очередное введение той же самой дозы. Поэтому для достижения прежнего психофизического эффекта больному требуется более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной и требуется ее повышение по нарастающей.

Форма наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае. Особенности конкретного вещества, используемые дозировки, частота и способ употребления (прием внутрь таблеток или порошков, инъекции, вдыхание) определяют характер действия наркотика на организм.

### ***Внешние признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков***

Важно, как можно раньше увидеть первые признаки проблемы наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Будьте внимательны, приглядитесь к поведению и внешности вызывающих подозрение людей из круга общения. Некоторые поступки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения человека. Тем не менее, насторожитесь, если в поведении человека без видимых причин замечаются:

1. Точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;

2. Состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, малая подвижность, расслабленность конечностей, обмякшая поза, свисающая голова, стремление к покою, сменяемые необъяснимыми возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью (независимо от ситуаций);

3. Неустойчивость эмоционального состояния, внезапные и резкие изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычайными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без понятной причины;

4. Заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды;

5. Необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к оценкам;

6. Сужение круга интересов, потеря к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;

7. Частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются вышеуказанные черты;

8. Игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы ночью;

9. Неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины, ухудшение памяти и внимания, рассеянность;

10. Быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, смазанная, невнятная и нечеткая речь;

11. Ослабление связей с близкими;

12. Постоянный поиск денег, либо одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом большие денежные траты непонятно на что;

13. Малопонятные разговоры по телефону с использованием жаргона («травка», «колеса», «план», «ханка», «чек» и т.п.) и обрывков фраз («мне надо», «как там дела?», «достал?», «есть что почитать?») и т.п.);

14. Появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю, или улыбающегося личика – символа ЛСД);

15. Частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления;

16. Стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;

17. Обнаружение предметов или следов, сопутствующих употреблению наркотиков: порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия) в вещах; желтых или коричневых пятен на одежде или теле; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков

с сильным запахом, странного вида трубок, которые вовсе пахнут не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под различных средств бытовой химии.

Любой из перечисленных признаков в отдельности вряд ли может достоверно свидетельствовать об употреблении человеком наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызвать подозрение. В таких случаях необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

### **Что важно знать о наркотиках**

«Наркоман!» - это слово стало уже обычным в нашем лексиконе. Что же за ним? А за ним – искалеченные жизни, сломанные судьбы, отчаяние, страх, боль, смерть и преступление!

Очень многое, если не основное зависит от родителей, от семейного климата и взаимоотношений в семье. Там, где существует опасность приобщения детей к наркотикам, как никогда актуальна простая и банальная истина: «Дети требуют внимания!».

Эта аксиома, казалось бы, известна всем. Но как часто мы забываем о ней в суете будничного труда и заботах. А ведь именно с общения с родителями начинается процесс воспитания детей, усвоения ими всего хорошего и полезного.

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

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

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

Что такое наркотики? Для достаточно полного понимания проблемы противодействия распространения наркомании, прежде всего, нужно ответить на этот кажущийся внешне простым вопрос.

Наркотические средства и психотропные вещества можно разделить на две категории: **легализованные** в жизни общества (то есть медицинские лекарственные препараты, которые используются гражданами при различных заболеваниях по назначению врача) и **незаконно производимые и распространяемые**.

В первую группу наркотиков входят различные лекарства в виде таблеток, ампул, порошков, микстур, применяемые в медицинских целях, подлежащие в нашей стране контролю и включенные в списки, принятые Минздравом Беларуси.

При злоупотреблении ими организм разрушается не меньше, чем от героина. Они могут отрицательно влиять на умственные и физические возможности человека. Болезненное пристрастие к обезболивающим, успокаивающим и снотворным наркотикам довольно распространенное явление. Наркотический препарат, принимаемый по предписанию врача, приносит пользу, облегчает страдания. Прием того же препарата в больших дозах и без рекомендаций врача опасен и может стать роковым. Закономерно, что степень риска возрастает по мере увеличения частоты и продолжительности приема этих наркотических, психотропных и сильнодействующих лекарственных средств. Чем больше эти параметры, тем серьезнее опасность возникновения зависимости.

Ко второй группе относятся изготавливаемые нелегально из растительного сырья (коки, конопли, мака и др.) или химических веществ для немедицинского употребления. Это такие наркотические средства и психотропные вещества, как:

- опий, героин, которые получают из снотворного мака, выращиваемого как в нашей стране, так и за рубежом;

- марихуана и гашиш (анаша), получаемые из конопли. Не стоит доверять высказываемым, что, мол, «травка» - это не опасно, на нее не «подсаживаются». Да, привыкание к гашишу и марихуане развивается медленнее, но круг общения курильщика марихуаны состоит из одних наркоманов, он ведет себя как наркоман, думает как наркоман, выглядит как наркоман, и переключение на другой наркотик становится лишь вопросом времени. Очень многие люди, погибшие от наркотиков, начинали карьеру наркомана именно с марихуаны;

- различные синтетические наркотики, изготавливаемые в подпольных лабораториях на основе синтеза химических веществ, например как набравший уже популярность среди молодежи – амфетамин. Амфетамин – стимулятор центральной нервной системы. Он не вырабатывают энергию, как пища, а скорее пускает в дело энергию, которая уже есть в организме. Данное психотропное вещество является наиболее близкими синтетическими аналогом психостимулятора кокаина. Амфетамин не становится пристрастием, но

входит в привычку и его кажущаяся безобидность приводит к тому, что доза постоянно увеличивается. Длительное время его употребления вызывает паранойю и настоящую ментальную дезориентацию. Амфетамин – скверное дело, будь он в таблетках или в порошке, и дела могут быть также плохи, если не хуже, как и с героином;

**Любые наркотики, включая медикаменты, по существу, - ЯД!** Они лишь различаются по степени и характеру воздействия на организм.

Коварная особенность наркотика заключается в том, что организм человека, принимающего это вещество неоднократно, в течении некоторого времени перестает реагировать на принимаемую дозу и требует постоянного ее увеличения.

Относительно продолжительное употребление наркотиков порождает пагубную привычку к этим веществам – человек становится наркоманом.

### ***Некоторые советы молодым людям***

Возможно, от некоторых сверстников вам приходилось слышать красочные, заманчивые рассказы о действии наркотиков. Может быть вас убеждали, что это замечательно, захватывающе, свидетельствует о мужестве, равенстве с взрослыми. Процедура употребления наркотиков при этом описывается как веселое, полное радости и сопровождаемое комическими сценками мероприятие. Понятно, это очень интересно, тем более что запрещено.

И все же не спешите принимать на веру веселые рассказы. Подумайте о том, почему радио, телевидение, газеты и журналы стали все чаще обращаться к теме опасности наркомании? Ведь просто так ничего не происходит. А разве родители и педагоги не говорили вам о трагедии наркоманов? Если нет, спросите их сами. Вы читали о наркомании в газетах, журналах, видели телевизионные передачи? Ну и как? Разве вам не было жутковато при виде наркоманов в состоянии «ломки» или детей-уродов рожденных наркоманами? Если да, то вы действительно представляете сложность и опасность явления. В таком случае следует выработать собственную позицию в отношении наркотиков. Прежде всего ответить себе на следующие вопросы: Хочу ли я стать уважаемым, авторитетным человеком и полноценной личностью? Каким путем я могу этого достичь? Какое влияние наркотики могут оказать на формирование моих личности и социального статуса? Что вообще я люблю и ценю в жизни? Что имеет для меня действительную ценность? Что мне даст, в конечном счете, употребление наркотиков?

Ответы на эти вопросы помогут принять вам правильное решение. Неплохо при этом учесть и другие моменты. Например, что наши эмоции хороши лишь в сочетании с нашим рассудком. Действительно, разве можно сравнить, например, чувства и наслаждения, получаемые от истинной любви, которая делает нашу жизнь интересной и осмысленной, с ощущениями от наркотиков. Это все равно, что сравнивать реальную жизнь с миражом или сном.

А если в вашей жизни возникли трудности и проблемы? Как поступать в этих случаях? Подумайте об этом без спешки, основательно. Поможет ли наркотик решению проблем, преодолению трудностей? Скажете: - «но другие же пробуют!». Пробуют слабые, неуверенные в себе люди. Вам ведь по силам верные пути решения проблемы. Может быть вы думаете, что некоторые из ваших трудностей неразрешимы? Ошибаетесь! Ваши проблемы обычны. Они бывают у многих, особенно у молодых людей. Такие же или несколько иные, но бывают обязательно. Жизнь без проблем не бывает. Пройдут годы и, вспоминая о сегодняшних трудностях, вы, скорее всего, устыдитесь своих слабостей. Да и стоит ли поддаваться панике и унынию? Подумайте, как ваше решение может повлиять на достижение поставленной жизненной цели.

Запомните: наркотики могут в два счета разрушить все в вашей жизни, в том числе и уверенность в себе, самостоятельность, независимость, ясность сознания, привлекательную внешность и взаимопонимание с друзьями. А потому – будьте твердыми и рассудительными, не поддавайтесь ни на какие уговоры попробовать наркотики.

Имейте мужество отказаться, несмотря ни на какие уговоры кого бы то ни было, от соблазна попробовать наркотик.

Не заблуждайтесь, считая наркотик средством быстро повзрослеть. Быть с наркотиками на «ты» еще не значит утвердить себя в глазах окружающих и достичь уверенности в себе. Одурманенный наркотиком молодой человек скорее смешон, чем мужественен. От употребления наркотиков проблемы ни решаются, а только появляются новые. Многие наркоманы имеют огромное желание покончить с зависимостью от наркотиков, однако не могут отказаться от их употребления, т.к. испытывают невыносимые муки не употребив очередную дозу.

Принимая наркотики, вы разрушаете свое желание быть независимым, так как зависимость от наркотиков – самая жестокая зависимость из всех возможных.