

## *1 марта – Международный день борьбы с наркоманией*

Ежегодно в нашей республике 1 марта отмечается Международный день борьбы с наркоманией.

Проблема наркомании 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 последствиям относятся: наличие ряда соматических заболеваний у пациентов, распространение ВИЧ-инфекции, вирусных гепатитов В и С, преждевременная смертность. К негативным социальным последствиям наркомании относятся: низкий процент трудовой занятости, высокая частота криминогенного поведения и судимостей, нарушения семейных связей.

В Республике Беларусь под наблюдением врачей психиатров-наркологов находится более 15 тысяч пациентов, которые употребляют наркотические средства. Среди употребляемых наркотических средств по-прежнему доминируют опиоидные наркотики, каннабиоиды, психостимуляторы.

В последние годы «модным» среди молодежи стало употребление курительных смесей «Спайсов». Прием «Спайсов» приводит к мгновенному развитию наркотической зависимости. При одно- или двукратном их употреблении развивается психологическая зависимость, а при употреблении в течение 2 месяцев и больше развивается физическая зависимость.

Вместе с тем, данные официальной статистики не в полной мере отражают реальную картину распространенности наркомании. Часть наркопотребителей не попадает в поле зрения медицинских работников и представляет собой скрытую группу.

Общими признаками употребления наркотиков и наркотической зависимости являются:

- длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки;
- неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения;
- отрешенный взгляд;
- часто - неряшливый вид, сухие волосы, отекающие кисти рук;
- темные, разрушенные, «обломанные» зубы в виде «пеньков»;
- осанка чаще сутулая; невнятная, «растянутая» речь;
- неуклюжие, 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.

Люди принимающие наркотики, ошибочно полагают, что это поможет преодолеть им массу проблем. В конечном итоге наркотики сами становятся проблемой. Как бы ни было трудно смотреть в лицо трудностям, последствия приема наркотиков всегда будут хуже, чем та проблема, которую человек пытается решить с их помощью.

Профилактикой наркомании является правильное воспитание детей и молодежи в семье и обществе. Не замалчивание этой проблемы, а ее широкая огласка. Общество должно воздвигнуть барьер, которым будет вера, любовь к близким людям и человечеству вообще, нравственные принципы, честь и достоинство, неприятие употребления наркотиков, знание последствий их употребления. Необходимо развивать у детей и молодежи самоуважение, самосохраняющее поведение, хобби, разнообразные интересы, любовь к окружающему миру, стремление вести здоровый образ жизни, умение думать и отстаивать свою точку зрения, умение сделать правильный выбор и, когда надо, сказать «нет».

Республика Беларусь четко определила свою позицию и меры в отношении борьбы с наркопотреблением в полном соответствии с международными рекомендациями. В первую очередь, законодательно регламентированное жесткое наказание за хранение, распространение и употребление наркотических веществ. Кроме того, обеспечена широкая доступность медицинской помощи лицам, употребляющим наркотики на всех этапах.

#### ***Куда обратиться за помощью?***

*1 марта 2019 года будут организованы «прямые» телефонные линии:*

*- с 10-00 до 13-00 по тел. 8(0232)33-57-29 на базе отдела общественного здоровья государственного учреждения «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья» на ваши вопросы ответят психологи;*

*- с 9-00 до 12-00 по тел. 8(0232)34-01-66 на базе учреждения «Гомельский областной наркологический диспансер» – с участием заведующего диспансерным отделением Луханина Игоря Олеговича, с 9-00 до 12-00 по тел. 8(0232)53-34-34, 63-39-39 с врачами-наркологами детско-подросткового отделения;*

*- с 10-00 до 13-00 по тел. 8(0232)31-92-33 на базе учреждения «Гомельская областная клиническая психиатрическая больница» – с участием врача-психотерапевта, заместителя главного врача по медицинской части Кунцевича Михаила Георгиевича.*

*- с 10-00 до 12-00 по тел. 8(02333) 5-98-82 на поликлиники УЗ «Добрушская ЦРБ» – с участием врача-психотерапевта-нарколога Гребеняк Алины Борисовны.*

*фельдшер-валеолог  
ГУ «Добрушский райЦГЭ»  
Екатерина Кочубей*