

Это должен знать каждый:

1. Отказаться от наркотиков можно, но только в первый раз.

Даже первая доза способна вызвать очень сильный эффект привыкания (зависимости).

2. Наркомания -хроническое заболевание, и оно продолжается до конца жизни.

Возможна лишь приостановка потребления (ремиссия). При этом болезнь как бы дремлет и может возобновиться в любой момент. Наркотик «умеет» ждать.

3. Наркотики делают человека слабым и безвольным.

Помни: наркотик сильнее тебя, ты всегда проиграешь ему. Даже если на некоторое время бросишь, он уже не позволит тебе уйти. Лечение наркомании очень редко приводит к полному выздоровлению: психологические и личностные изменения не восстановимы. Наркомания – болезнь не только тела, но и души, духа. Сначала она поражает совесть (свойство души) и волю (свойство духа), и человек уже не может и не хочет выбирать что-либо сам, а управляется наркотиком. Сначала ты пробуешь наркотик, потом наступает зависимость, далее наркомания поражает организм.

4. Наркотики нарушают познавательные способности человека.

Они затрудняют обучение, лишают способности и желания работать. В первую очередь страдает краткосрочная («оперативная») память. Становится трудно соображать и правильно выражать свои мысли.

5. Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

Искусственная «радость» заменяет общение, дружбу, любовь.

6. Наркотики разрушают семью.

Кто сам в плену, тот не может заботиться о близких, воспитывать детей.

7. Наркотики разрушают дружбу.

Тому, кто «дружит» с наркотиками, друзья не нужны, а нужно только использовать людей в собственных интересах. Наркоман, по сути, - предатель, он предает сначала себя, потом близких. Со временем для него уже нет ничего и никого дороже наркотика. Привычка предавать делает характер лживым. Такому человеку нельзя доверять или положиться на него в трудную минуту. И кто же захочет с таким дружить?

8. Наркотики ставят под угрозу будущее.

Наркоману не нужны ни учеба, ни работа, ни достижения, ни любовь, ни семья, ни близкие люди, а нужен только «кайф». Его ждет больница, тюрьма или смерть.

9. Наркотики -причина многих заболеваний.

От разрушения клеток мозга, слабоумия, шизофрении, поражения печени, легких, сердечно-сосудистой, нервной, половой систем до заражения гепатитом, СПИДОМ и другими смертельными заболеваниями. Причем это не зависит ни от вида наркотиков, ни от способа их употребления. Финал всегда один. Это только вопрос времени.

10. Наркотики – причина уродства у детей.

Даже один прием некоторых наркотиков меняет генетический код человека, не говоря уже о периодическом, и впоследствии, постоянном употреблении.

11. Наркотики приводят к несчастным случаям.

Рассеянность внимания, нарушение координации движения и ориентации в пространстве часто становится причиной ДТП, бытовых и производственных травм, смертельно опасных авантюр, несут угрозу жизни и здоровью других людей.

12. Наркотики укорачивают жизнь.

Если хронический алкоголик иногда доживает до третьей стадии алкоголизма (по медицинской классификации), то для наркомании стадий вообще не существует. Постоянная потребность повышать «дозу» приводит к необратимым последствиям.

Способы отказа от предложения попробовать наркотические вещества.

1. **Выбрать союзника:** поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

2. **"Перевести стрелки":** сказать, что вы не принуждаете никого из них что-то делать, так почему же они так назойливы?

3. **Сменить тему:** придумать что -нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (например, пойти в спортзал, в кино, на танцы и т.д.).

4. **"Продинамить":** сказать, что как -нибудь в другой раз...

5. **"Задавить интеллектом":** если они убеждают, что это безвредно, указать, на то, где они врут или просто не знают последствий (для этого нужно знать, чем вредны наркотики).

6. **Упереться:** отвечать "нет", несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.

7. **Испугать:** описать какие -нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например, "поймают", "заболеем гепатитом, СПИДом" и т. д.

8. **Обходить стороной:** если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики, просто обходить ее стороной.

"Мягких" и "легких" наркотиков не бывает.

Пять вопросов и ответов по наркотикам и наркомании.

1. **Правда ли, что существуют наркотики мягкие, "безопасные", к которым почти не развивается привыкание?**

Существуют наркотики, от которых наркомания развивается позже, существуют наркотики, от которых наркомания может развиваться через неделю приема. Но это не означает, что наркомания не может развиваться от так называемых "мягких" наркотиков –

марихуаны, конопли и т.д. (Почти все, кто стал наркоманом, начинали именно с них). "Мягкие" наркотики вызывают расстройства сна, повышенную возбудимость, неприятные ощущения в области сердца, отсутствие аппетита, сонливость. Возникает выраженное психическое влечение, психическая зависимость в виде непреодолимого желания жить в иллюзорном мире, т.е. В наркотическом опьянении человек ощущает свое могущество, якобы обострение интеллектуальных возможностей, может по "заказу" вызывать яркие иллюзии, галлюцинации с субъективным чувством безмятежности. Деление наркотиков на "мягкие" или "жесткие" не научно и не соответствует реальному положению вещей.

2.Как развивается наркомания у людей, употребляющих "легкие" наркотики?

У того, кто употребляет наркотики, постепенно снижается чувствительность к ним. Это общая закономерность фармакологии. Через некоторое время для достижения прежних переживаний обычных доз уже не хватает. Жертва наркомании вынуждена увеличить дозу. Впоследствии не хватает и этого, тогда происходит переход к более сильному наркотическому веществу. Так, постепенно, человек приобщается к сильным наркотикам, избавления от которых почти нет. Если вначале прием наркотика дает "кайф", то потом отсутствие его приносит глубокое страдание.

3.Какие наркотики более опасны, а какие менее опасны?

Наркотики нельзя делить на более или менее опасные.

4.Откуда пошло деление на "мягкие" и "жесткие" наркотики?

Это рекламный прием производителей и торговцев наркотиками. Наркомафия, пытаясь увеличить число потребителей наркотиков, ввела в обиход ложную идею о том, что якобы существуют "мягкие" наркотики.

5.Чем страшны наркотики для организма?

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, мозг, половую систему, печень и почки. Как правило люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не более 10 лет. Большинство умирает раньше. Весьма распространены случаи, когда люди, употребляющие наркотики, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества. Поскольку наркоманы пользуются нестерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь – СПИД, гепатит и другие. От этих болезней умирают еще раньше.