

О вреде наркотиков

Слово "наркотик" пришло к нам с незапамятных времен; примерно в V веке до н.э. греки определили наркотик, как нечто, что приводит в оцепенение, одурманивает. Сейчас же мы смело говорим, что наркотик - это вредное вещество, губительное.

Наркомания - это пристрастие к употреблению наркотиков, болезненное влечение, которое приводит к тяжелым нарушениям, в первую очередь, психических и физических функций организма.

В современном обществе мало кто не знает о том, насколько огромен вред наркотиков. Но, несмотря на это, многие мужчины и женщины употребляют эти вещества, губя себя и свое здоровье. При этом вред наркотиков огромен и не зависит от вида принимаемого вещества. Не бывает легких наркотиков. Все они приносят организму непоправимый вред. Главная опасность наркотиков состоит в том, что все они вызывают привыкание, непреодолимую тягу к их употреблению снова и снова. При этом наркоман уже не задумывается о том, каким может быть вред наркотиков. Он становится их слепым рабом.

В чем же секрет наркотиков, которые притягивают к себе и бросают в ловушку желающих ими побаловаться? Есть две тропинки к этой ловушке: это любопытство и стремление расслабиться от невзгод будней, от жизни, которая обманула ожидания, снять напряжение, стресс. Молодые люди из-за скуки, в стремлении подражать своим ровесникам, желая не отставать от жизни пробуют наркотики, ловят от них "кайф" и не осознают, что они поддерживают сторону зла, что в этот момент они предали себя, своих близких и свою жизнь в целом. Из категории: студент, бизнесмен, спортсмен, школьник они переходят в категорию - Наркоман. Наркотик хватается свою жертву цепко, одним приемом наркотика не обойтись, нужно продолжить принять еще одну дозу наркотика и пережить очередной дешевый "кайф", потом еще, еще и еще. При этом каждый, кто начинает употреблять наркотики про себя думает: "Я же только попробую, я не собираюсь их употреблять постоянно, от одного раза ничего не будет, и меня есть сила воли и я могу в любой момент остановиться." Не успел новичок и глазом моргнуть, как он уже сидит в ловушке под названием наркомания, и стараясь выбраться из ловушки и преодолеть

препятствия на своем пути к свободе, поскорее избавиться от навалившихся проблем, он использует для этого новую дозу наркотиков.

Привыкание к наркотику проявляется и на физическом уровне. В отсутствие наркотика состояние наркомана резко ухудшается, появляется рвота, тошнота, нарушение работы внутренних органов. Такое состояние называют ломкой. Постепенно наркотики разрушают нервную систему человека, рушат его мозг. Это влияет на поведение наркомана. Он выключается из общественной и профессиональной жизни, его больше ничто не интересует. Все его мысли заняты только тем, где достать очередную порцию наркотиков. Этим обусловлена деградация человека, принимающего наркотики, его пренебрежение близкими людьми, работой или учебой, отсутствие интереса к жизни. В неистребимом стремлении добыть денег на покупку очередной дозы у наркомана проявляются все стороны зла: обман, воровство, предательство, продажа своего достоинства и себя, криминал, грабеж, убийство. Люди боятся ада, пытаются мысленно представить его себе; не надо мучиться - посмотрите на наркозависимого, на его семью и вы уведите ад.

Существуют признаки, по которым можно безошибочно определить наркомана. Его характеризует бледность кожи, застывшее, лишенное мимики лицо, постоянно заложенный нос, частое чихание и зевота, нарушение сна, бессонница, дрожащие руки, исколотые вены, необычно узкие или широкие зрачки, которые не реагируют на изменение освещенности. Если такие признаки замечены у близкого человека, нужно срочно предпринимать меры по лечению от наркотической зависимости.

Уже наркозависимых людей, которые понимают, что продолжать вести такой образ жизни нельзя, волнует вопрос, как бросить наркотики? Для некоторых наркоманов это кажется нереальным. Однако специалисты убеждают в обратном. Наркотики бросить легко, главное, чтобы человек этого искренне хотел.

Есть некоторые советы, которые помогут бороться с этой страшной зависимостью.

* Стоит найти себе какое-нибудь занятие. Можно начать обучаться чему-то новому, заняться спортом, устроиться на работу. Следует полностью занять чем-то свой день, чтобы не оставалось свободного времени. Часто

наркозависимыми становятся именно от того, что человеку попросту нечем заняться.

* Очень много наркоманов, которые хотят бросить употребление, обращаются в религию. Каждый сам себе выбирает, в какую религию верить, а в какую не верить. Главное, что эта вера помогает человеку справиться с трудностями и поднять моральный дух.

* Следует поставить перед собой определенную цель в жизни. Это на самом деле довольно важный момент. Когда человеку не к чему стремиться, он может запросто снова вернуться к употреблению наркотических средств. Цель должна быть глобальной, к ней человек должен идти большую часть своей жизни. Когда есть ради чего стремиться, наркотики и другие пагубные привычки отходят на второй план.

* Ну, и конечно, без специалистов наркозависимым людям просто не обойтись. Существуют специальные центры, которые занимаются этими вопросами. Именно там наркозависимые люди могут получить квалифицированную помощь и навсегда позабыть, что такое наркотики.

Огромную роль в успешном лечении наркомании является добровольное желание человека на лечение. В этом зависимому человеку должны помочь родные и близкие, они должны объяснить ему, что наркомания сейчас лечится, и помощь специалистов просто необходима.

На данный момент эффективное лечение наркомании включает в себя три основных этапа.

На первом этапе человек проходит детоксикацию организма. Специалисты избавляют человека от ломки, восстанавливают работоспособность организма, аппетит, сон, обмен веществ. После этого человека отправляют на следующий этап лечения - реабилитацию. Здесь зависимый в безопасной обстановке избавляется от зависимости на психологическом уровне. И заключительным этапом является социальная адаптация - когда человек возвращается в привычный мир, только теперь уже полноценным человеком.

Каждому разумному человеку, который хочет прожить полноценную жизнь, а не сгинуть в возрасте 20-30 лет сморщенным стариком, потерявшим рассудок, стоит всерьез задуматься - а стоят ли минуты сомнительного

удовольствия того, чтобы отдавать за них всю жизнь, наполненную настоящими радостями и удовольствиями?

Профилактика наркомании

Наркомания в наше время достигла масштабов эпидемии. Ее распространение идет гораздо быстрее, чем принимаются меры по борьбе с этим страшным явлением. Поэтому немаловажное значение в современном обществе приобретает профилактика наркомании. Она подразумевает комплекс мер, предупреждающих появления наркомании.

Наркотическая зависимость - это состояние человека, когда он постоянно думает о наркотиках, стремится получить их для определенных приятных ощущений или избавления от психического дискомфорта. Ради того, чтобы получить ощущение эйфории, наркоман идет на все. Он легко переступает границы морали, разрушает свою семью, становится преступником и даже убийцей. Личность больного наркотической зависимостью становится эгоцентричной, а тело истощается, в результате чего наркоман с невероятной скоростью "катится" к своей гибели.

Так как интересы наркомана сосредотачиваются только на добыче и употреблении наркотиков, в кругу его общения находятся, в основном, антисоциальные личности. Наркоман с опытом не имеет работы, друзей, семьи. Для общества он совершенно бесполезен и только доставляет проблемы. Поэтому общество не только ради своего комфорта, но и в гуманных целях стремится уменьшить рост наркомании и вернуть к полноценной жизни людей, зависимых от наркотиков. И самым доступным и современным способом для этого является профилактика наркомании и токсикомании в школах. Ведь именно подростки чаще всего становятся жертвами этих пагубных пристрастий. Дети при нужном подходе и доступной информации способны сформировать собственное мнение о таком явлении, как наркомания. Они в состоянии четко понимать, что такое наркотики, как они действуют на организм, и каковы последствия их употребления. Нельзя ограничиваться простым информированием о пагубном влиянии наркотиков на человека. Необходимо наглядно показать школьникам к чему приводит зависимость, повсеместно демонстрировать документальные и художественные киноленты об этой проблеме.

Главная задача педагогов и социальных работников, при проведении профилактических мероприятий, - это заполнить информационный вакуум подростка.

При проведении профилактической работы, необходимо строго придерживаться ряда принципов:

- ✓ информация должна носить позитивный характер и не иметь признаков безысходности;
- ✓ информация с негативным оттенком должна раскрывать пагубные последствия употребления наркотических препаратов либо алкоголя;
- ✓ стоит избегать прямой демонстрации процесса употребления алкоголя или наркотиков;
- ✓ информация не должна быть абстрактной, а носить адресный характер и вызывать у аудитории необходимую мотивацию;
- ✓ информацию, которая будет доноситься до адресной публики, должны готовить исключительно специалисты.

Однако главная ответственность за воспитание ребенка, конечно, лежит на родителях. Родители должны осознать, какое глубокое воздействие они оказывают на психику детей и их поведение. Родители - это первые воспитатели, формирующие взгляды, наклонности и личность ребенка. Известно, что если в семье хороший микроклимат, спокойная обстановка, полное взаимопонимание, родители внимательны, заботливы, стараются проводить досуг вместе с детьми, то вероятность появления наркомании у детей в этой семье невелика.

Всем людям в большей или меньшей степени свойственно присутствие в сознании некоего внутреннего контролера поведения - необходимость оценивать свое поведение в соответствии с собственными представлениями о том, что и как надлежит делать, а чего делать нельзя. Эти представления формируются в процессе развития личности под влиянием воспитательных мероприятий и в конце концов ведут к оформлению жизненных позиций. Родители, как правило, виноваты не только в том, что не уследили и не запретили, а, главное, в том, что воспитали детей без четкого понимания недопустимости приема наркотических веществ.

В жизни молодежи не должно быть вакуума, ничем не заполненной душевной пустоты, бездеятельности, отрицательного отношения к учебе, спорту, труду. Увлеченность молодых людей в любой области знаний или искусства (поэзия, литература, музыка, живопись и пр.) - один из действенных путей нормального, ничем не нарушенного психофизического развития, отдаляющего юношей и девушек от наркотических средств. С раннего детского возраста необходимо формировать резко отрицательное отношение к каким бы то ни было искусственно вызываемым состояниям любыми веществами растительного или химического происхождения. Нужно вырабатывать в сознании детей нетерпимость и презрение к любым наркотическим веществам, культивировать у формирующейся личности подростка чувство неприязни и отвращения к наркотикам.

Особое внимание следует уделить воспитанию чувства опасности, настороженности к приему, даже к одноразовому, каких бы то ни было лекарственных средств или других химических агентов, идущих вне врачебного совета, даже если они свободно продаются в аптеке. Надо учить детей любить себя и свое здоровье. Надо учить детей не только распознавать опасность употребления каких бы то ни было незнакомых веществ, но и уметь сопротивляться косвенному и прямому принуждению принять их. Например, учить отказываться от предложения "только попробовать" наркотическое вещество, когда это исходит от сверстников, а также умению сопротивляться отрицательному лидеру в группе.

Умение сопротивляться требует определенной тренировки и включает в себя комбинацию некоторых информационных и поведенческих стратегий. Необходимо четкое развитие представления о воздействии наркотиков на здоровье. Следует развивать в детях твердость, умение решать проблемы, принимать решения, выражать недовольство, сообщать о своих потребностях. Обучать самосознанию и самоуважению, сохраняя оптимистический настрой, объяснять, как решать проблемы и общаться с людьми и, конечно, обучать искусству справляться с беспокойством и нервозностью без использования наркотиков. В процессе воспитания каждый молодой человек должен четко уяснить, что ответственность за свое здоровье несет каждый из нас.

Не стоит считать, что зависимость - это проблема исключительно только самого наркомана и его ближайшего окружения. На самом деле, это общая

проблема. Среди наркоманов широко распространяются такие опасные заболевания как СПИД, гепатиты, венерические болезни. При этом, есть высокий риск не только заболевания, но и распространения заболевания. Употребление наркотиков практически невозможно совместить с учебой либо работой, поэтому молодые люди, втянутые в наркотические сети, быстро теряются в обществе, вступают на преступный путь и в целом становятся опасными для социума.

Наркотики - страшный враг, коварный и безжалостный. И избежать несчастий, которые несет в себе наркомания, легче всего одним способом: никогда не пробовать наркотик.

Чем опасны наркотики

О вреде наркомании знают все. Но почему же всё-таки каждый год так много молодых людей начинают употреблять наркотики? Наиболее вероятны две причины - отсутствие у молодых людей информации и недостаточное внимание к их проблемам со стороны близких.

Наркотические вещества (наркотики) - вещества, способные вызывать эйфорию (приподнятое настроение, состояние удовольствия), что не соответствует реальным обстоятельствам, но при этом наркотики "привязывают" к себе человека. Употребляя наркотики, человек очень скоро (зачастую - с первой же "дозы") впадает в психическую и физическую зависимость от них: постоянные неотвязные мысли о наркотиках, непрекращающийся "голод", мучительные ощущения при больших перерывах между "дозами". Зависимость от употребления наркотиков - тяжёлая болезнь, которую называют наркоманией. В отличие от табака и спиртных напитков, употребление наркотических средств в России запрещено законом.

Любой наркотик - это сильнейший яд, разрушающий весь организм. Повреждения, вызванные приемом наркотиков, носят необратимый характер. Наркотики оказывают влияние, прежде всего, на нервную систему и головной мозг. В результате воздействия наркотических веществ снижаются интеллектуальные способности человека, и он постепенно глупеет, доходя до идиотизма. Изменения в головном мозге под действием наркотика можно сравнить с шизофренией. Поэтому будет совершенно справедливым

согласиться с утверждением о том, что наркомания - добровольное сумасшествие.

Меняется и характер человека. Он становится вялым, апатичным и замкнутым. Его ничего не интересует. Друзья не выдерживают долго находиться в его обществе и, в конце концов, от него отворачиваются. Мозг и психика человека меняются необратимо. Они полностью не восстанавливаются даже при своевременном отказе от наркотика.

Наркотические вещества разрушают печень. Она принимает на себя основной удар, стараясь обезвреживать вещества, попадающие в кровь. Клетки печени погибают, не в силах противостоять атаке яда.

Став наркоманом, человек утрачивает многие инстинкты, в том числе и инстинкт самосохранения. Поэтому он пользуется общим шприцем для инъекций. И нередко случаи заражения наркоманов вирусами гепатита В и С, что ведет к циррозу печени и в конечном итоге к раку, а также сифилисом и СПИДом.

Серьезно страдает сердце. Сердечная мышца работает на износ. При приеме наркотиков развивается дистрофия сердечной мышцы. Человек быстрее задыхается при нагрузке, движения даются ему с большим трудом. Поражаются и другие системы организма. Ослабевает иммунитет, что приводит к частым простудным и почечным заболеваниям. Нарушается работа пищеварительной системы. Процесс усвоения питательных веществ протекает неполноценно, в печени прекращает вырабатываться белок. В результате наркоманы резко теряют в весе. Дети у наркоманов рождаются с физическими и психическими нарушениями, наблюдается вырождение. Таким образом, прием любых наркотиков разрушительно действует на организм человека во всех отношениях.

Кроме опасности для здоровья человека, наркомания наносит колоссальный социальный и экономический ущерб.

Наркоман представляет серьёзную опасность для людей, живущих с ним рядом и не только. Зависимый от наркотиков в силу характера своей зависимости становится жестоким, аморальным и безнравственным человеком. Находясь в состоянии наркотического опьянения, он не может адекватно воспринимать реальность, и контролировать свои действия. Пропадает критическая оценка ситуации и своего поведения, возникают

проблемы с координацией движений. Легко представить, как этот человек опасен за рулём автомобиля, например, или если у него есть с собой боевое оружие, или в других сферах, где есть повышенная опасность.

По статистическим данным около 60% наркоманов из-за непреодолимой тяги к наркотикам совершают различные преступления (кражи, разбой, мошенничество и др.) с целью достать наркотики или деньги для их покупки. Постоянно растущий спрос на рынке наркотиков стимулирует наркоиндустрию. Благодаря сверхдоходам от продажи наркотиков растут, как на дрожжах бандитские группировки, кланы и прочие преступные сообщества. Опасность наркомании ещё в том, что наркотики часто вызывают агрессивность и толкают на преступления, поражающие своей жестокостью.

Наркомания приносит огромный экономический ущерб. Огромные средства уходят на больничные, социальные расходы, расходы на правоохранительные органы, профилактику, научные исследования и др. Наркомания - причина производственных травм, аварий, простоев, потери трудоспособности и квалификации. Наркоманы ведут паразитирующий образ жизни и не платят налогов. А ведь все эти средства идут из карманов налогоплательщиков - обычных людей.

И, наконец, важно помнить, что самолечение от наркотической зависимости неэффективно, а нередко - опасно для здоровья. Лечиться нужно у психиатров-наркологов, которые имеют опыт успешной борьбы с этим недугом.

Секретарь
антинаркотической комиссии
администрации Боготольского района