**Профилактика наркомании**

*Автор:  Зам по ВР Умарова С.А.*

 Все мы знаем, какое страшное горе приносят наркотики. Но с каждым днем, слышите, днем, наркоманов становится все больше и больше? На наркоманов обычно смотрят как на людей обреченных. Действительно, попав в зависимость от наркотиков, человек подчиняет всю свою дальнейшую жизнь одной цели - достать «дозу». Используют для этого любые средства – обман, кражи, мошенничество. Наркоманы с легкостью переступают закон, рвут родственные связи, потому что, прекращая принимать наркотик, испытывают такие психические и физические страдания, которые не в состоянии вытерпеть. Но все, же не позволяет сказать слово «обреченный», если речь идет о совсем молодом человеке. За него хочется бороться и победить. А чтобы победить, надо знать все стороны врага.

Наркома́ния (от [др.-греч.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B5%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA%22%20%5Co%20%22%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B5%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) νάρκη — оцепенение, сон, и μανία — безумие, страсть, влечение) — состояние, характеризующееся патологическим влечением к употреблению [наркотических веществ](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BA), сопровождающееся [психическими](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5_%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%81%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B9%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE), иногда и [соматическими расстройствами](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5_%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5). Список веществ, способных вызвать наркоманию, очень велик и расширяется по мере синтеза новых средств.

Наиболее распространёнными видами наркомании являются токсикомания (употребление лекарственных препаратов, не рассматриваемых в качестве наркотиков, химических и растительных веществ), [алкоголизм](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BB%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%B7%D0%BC) (пристрастие к напиткам, содержащим [этиловый спирт](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D1%82%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9_%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%80%D1%82)), [табакокурение](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%22%20%5Co%20%22%D0%A2%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5) (пристрастие к [никотину](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BD)) и употребление препаратов [конопли](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D0%BB%D1%8F) ([гашиш](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B0%D1%88%D0%B8%D1%88), [марихуана](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D1%80%D0%B8%D1%85%D1%83%D0%B0%D0%BD%D0%B0)).

Также распространено употребление [психоактивных веществ](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%B2%D0%B5%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%22%20%5Co%20%22%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%B2%D0%B5%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE) алкалоидов [мака](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D0%BA) ([опиум](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BF%D0%B8%D1%83%D0%BC), [морфин](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D1%80%D1%84%D0%B8%D0%BD), [героин](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D1%80%D0%BE%D0%B8%D0%BD)), коки ([кокаин](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%B8%D0%BD)) и многих других, включая современные синтезированные наркотики, например, [ЛСД](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%A1%D0%94), [амфетамины](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BC%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BC%D0%B8%D0%BD%22%20%5Co%20%22%D0%90%D0%BC%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BC%D0%B8%D0%BD) и [экстази](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BA%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B7%D0%B8%22%20%5Co%20%22%D0%AD%D0%BA%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B7%D0%B8).

Для начала нужно разобраться, почему молодые люди начинают принимать наркотики? Из интереса, тяжелая социальная ситуация, нечем заняться, все версии имеют право на жизнь. Но самое главное важно знать о последствиях этого недуга.

 При первом знакомстве с наркотиками человек  может  испытать состояние эйфории. Однако по мере привыкания острота ощущений снижается и требуется увеличение дозы. Это *первая* стадия болезни - психическая зависимость, при которой ощущение дискомфорта проявляется, как только наркотик перестает действовать. *Вторая* стадия – физическая зависимость и появление абстинентного синдрома – «ломки». Прекращение приема наркотика вызывает целый комплекс физических расстройств,  и  желание найти новую (ещё большую) порцию становится необходимым. В *третьей* стадии дозы уменьшаются, но прием наркотика уже приводит к полному восстановлению трудоспособности.

          Рассмотри медицинские, правовые и социальные последствия.

**Медицинские**

* Специфическое действие на центральную нервную систему
* Психические расстройства
* Слабоумие
* Поражение все систем и органов
* Большой процент заболеваний ВИЧ и СПИДом
* Резкое уменьшение продолжительности жизни

**Социальные**

* Прогул в школе или на работе
* Уход из школы или увольнение с работы
* Несчастные случаи
* Самоубийства
* Проблемы в семье
* Проблемы с будущим здоровьем и будущим потомством
* Проституция

**Правовые**

* Хулиганство
* Воровство
* Грабежи
* Убийства
* Изготовление, хранение и продажа наркотиков
* Склонение к употреблению спиртного

          Вот об этом можно и нужно чаще говорить с самой подверженной группой риской наркоманией – подросткам! Именно они легко поддаются соблазну, чтобы чем – то заполнить свое свободное время. Именно поэтому нужно уже не просто задумываться над этой страшной проблемой, а бить в колокола!

           Наркомания в наше время достигло масштабов эпидемии, её распространение  идет гораздо быстрее, чем принимаются меры по борьбе с этим страшным явлением. В мире существует множество методик по лечению от наркомании, но не одно из них не отбивает тягу к наркотикам. Поэтому не маловажное значение в современном обществе приобретает профилактика наркомании. Она подразумевает комплекс  мер, предупреждающих появление наркомании.

Поэтому по вопросу на сегодня необходимо чаще проводить медицинскую пропаганду в учебных заведениях на протяжении всего учебного года, а так же ввести в учебную программу курс по профилактике наркозависимости, где будут освещаться реальные случаи тяжких последствий наркотизма – медицинских и социальных.

Особенно убедительны сообщения о тяжелых отравлениях, ранах, смертельных исходах от передозировок наркотиков и т.д. необходимо также акцентировать внимание  подростков на пагубном влиянии наркотиков на физическое развитие, интеллект и потомство.

При помощи средств массовой информации показывать детям настоящих наркоманов (не начинающих, а уже опустившихся), но не с точки зрения, ненавидеть этих людей, а с точки зрения помощи. Предлагать поучаствовать ребенку (ну это уже в сознательном возрасте) например, побыть волонтером в хосписе, акциях для таких людей. Употреблять что-либо у многих будет отбивать желание. Воспитывать в атмосфере любви и добра, чтоб хватало эмоциональных чувств, связанных с обычными радостями жизни.

В семье родителям:

- Показывать подросткам альтернативу счастья от наркотиков, чтобы они смогли спокойно отказаться от предложения, вспомнив, что в жизни есть много другого позитива (и вообще не говорить, о хороших/приятных ощущениях от наркотиков). Научить ребенка разговаривать с родителями абсолютно на все темы.

- Говорить о том что,  привыкание происходит с первого раза. Что все наркоманы выносят из дома имущество, 99% заражения СПИДом.

- Обеспечить занятость ребенка.  Хвалить его за любые успехи дома и на учебе. Наблюдать и развивать его интересы, а не свои. Наркотики часто от безделья.

- Часто показывать свое отношение к употреблению токсических веществ. В то же время подумайте: какой пример подаете вы своему ребенку, принимаете ли вы сами такие вещества?

        К сожалению, часто встречаются случаи, когда дети из благополучных семей становятся наркоманами. Почему это происходит? Потому, что наркосбытчики постоянно ищут новый контингент, причем ищут тех, кто обладает какими-то средствами. Таким юношам создают условия, чтобы втянуть их в потребление, раздают им первые дозы бесплатно. После того как человек попадает в зависимость, его переводят на денежные отношения, он втягивается в постоянное наркопотребление.

Они могут играть на твоем любопытстве или чувстве товарищества.

Они могут оказаться рядом, когда тебе тяжело.

Они даже могут пытаться угрожать тебе.

У них много способов склонить человека к наркотикам.

Твоя беда должна стать их прибылью.

Твоя нищета обеспечит  им красивую жизнь.

Сегодня ты независим от них.

Потом бывает очень трудно отказаться от наркотиков без помощи медиков и родителей.

        С каждым днем появляются все новые и новые виды наркотических веществ. Их распространяют под видом курительных смесей. Об опасностях этих смесей мало кто знает, больше знают о его положительном влиянии. Еще недавно синтетическая марихуана - спайс, под видом благовония продавалась по всей России.

        И пусть говорят, что все меры по борьбе по предупреждению наркомании бесполезны. Профилактическая работа не должна останавливаться, не смотря не на что. Надо чаще говорить подросткам чего они могут добиться без наркотиков и чего в последствиях их применения.

        Проблема наркотической зависимости требует всестороннего изучения, только в этом случае будет возможна выработка эффективной стратегии профилактики наркомании.