



## **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 не 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.**

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.

**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.

**Какие наркотики более опасны, а какие менее опасны?.** Наркотики нельзя делить на более или менее опасные.

### **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.