

Телефоны и адреса, по которым Вам
могут оказать помощь и поддержку:

Телефон доверия Управления Федеральной
службы по контролю
за оборотом наркотиков
(343) 251-82-22

Городской центр
медицинской профилактики
Телефон (343) 240-23-12

Главный детско-подростковый нарколог
министерства здравоохранения
Свердловской области
Забродин Олег Валентинович
Телефон (343) 337-65-58

Уральский государственный
педагогический университет (УрГПУ)
Лаборатория здорового образа жизни
кафедры анатомии,
физиологии и валеологии
Телефон (343) 336-13-47

Отдел психолого-педагогического
сопровождения студентов УрГПУ
Телефон (343) 235-76-46

Федеральное агентство по образованию

Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования

«Уральский государственный
педагогический университет»

Управление социальной
и воспитательной работы

Институт фундаментального
психолого-педагогического образования

Кафедра анатомии, физиологии и валеологии

Лаборатория здорового образа жизни

Буклет подготовлен главным специалистом
лаборатории здорового образа жизни и преподавателями
кафедры анатомии, физиологии и валеологии Уральского
государственного педагогического университета
(г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 26, к. 336,
телефон (343) 336-13-47

Тираж 2000 экз.

Екатеринбург
2007

ЖИТЬ БЕЗ НАРКОТИКОВ И БЫТЬ ПО-НАСТОЯЩЕМУ СВОБОДНЫМ!



ЧТО ТАКОЕ НАРКОТИКИ?

Наркотики – это вещества, изменяющие состояние сознания и вызывающие психическую и физическую зависимость, а именно потребность снова и снова использовать эти вещества.

КАКИМИ ОНИ БЫВАЮТ?

ГРУППА 1. ГАЛЛЮЦИНОГЕНЫ

Галлюциногены – вещества растительного и синтетического происхождения, вызывающие психические нарушения, которые сопровождаются слуховыми и зрительными галлюцинациями и нарушением правильности восприятия окружающего мира. К этой группе относятся ЛСД (диэтиламид лизергиновой кислоты), псилоцибиновые грибы, кетамин, препараты конопли.

ГРУППА 2. СТИМУЛЯТОРЫ

Стимуляторы – вещества растительного и синтетического происхождения, возбуждающе действующие на нервную систему, притупляющие чувства усталости и неуверенности в себе, вызывающие бессонницу, агрессивность и подозрительность. К стимуляторам относятся: **винт (первитин), экстази, крэк, кокаин и др.**

ГРУППА 3. ДЕПРЕССАНТЫ

Депрессанты – вещества растительного происхождения, оказывающие угнетающее воздействие на центральную нервную систему, замедляющие реакции, нарушающие координацию движений. К депрессантам относятся **алкоголь, героин, барбитураты, опиум, кодеин.**

СИНДРОМЫ, ОТЛИЧАЮЩИЕ

НАРКОМАНА ОТ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА:

- Синдром измененной реактивности организма к действию наркотика заключается в изменении толерантности, исчезновении защитных реакций при передозировке, изменении формы опьянения.
- Синдром психической зависимости характеризуется патологическим влечением к наркотику и способностью достигать состояния психического комфорта в интоксикации.
- Синдром физической зависимости включает непреодолимое влечение к психоактивным веществам, способность достигать состояния физического комфорта в интоксикации и абстинентный синдром (ломку).

ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ НАРКОМАНИИ:

- Злоупотребление наркотиками (наркотизм) сопровождается эйфорией при приеме, предпочтением определенного наркотика, регулярностью приема, колебаниями настроения и угасанием первоначального эффекта наркотика.
- Прогресс болезни (короткий этап) характеризуется увеличением суточной толерантности и возможностью многократного в течение дня введения наркотика.
- Первая стадия: прием наркотика регулярен, защитные реакции слабеют, толерантность растет, выражена тяга к наркотику.
- Вторая стадия (полное развитие большого наркоманического синдрома): отсутствие защитных реакций, снижается эйфорический компонент в опьянении), возникает психическая и физическая зависимость, абстинентный синдром.
- Третья стадия (те же синдромы, что и во второй, только несколько измененные из-за истощенности организма и сопутствующей патологии): снижается толерантность, нет эйфории, наркотик выполняет тонизирующую функцию.

ЧЕМ РИСКУЕТ ПОТРЕБИТЕЛЬ НАРКОТИКОВ?

- Наркотики обостряют старые хронические заболевания и становятся причиной появления новых.
- Портится кожа, выпадают волосы и зубы.
- Разрушается нервная система, следуют необратимые изменения психики.
- Около 80% потребителей внутривенных наркотиков заражены вирусом иммунодефицита человека и/или гепатитами.
- Передозировка наркотиков часто летальна.

ВОЗМОЖНО ЛИ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЗАВИСИМОСТИ?

Клише «наркомания неизлечима» прочно утвердилось в головах большинства людей. На самом деле **наркоманию можно и нужно лечить**. Однако это хроническое заболевание, от которого нельзя избавиться полностью.

Помните, что наркомания не баловство, не приятное времяпровождение в компании, а болезнь! Страшная, мучительная, весь ужас которой в том и заключается, что поначалу она кажется нестрашной. Уже через некоторое время **наркотик, как полновластный хозяин, требует: «Укради, убей, достань очередную дозу, иначе я подвергну тебя жуткой пытке»**. Главное – понять, что те, кто употребляет наркотики, не самые крутые! Проявив силу воли и отказавшись от предложения попробовать наркотик (пусть даже исходит оно от самых любимых людей, в самой модной компании, куда Вы мечтали попасть всю жизнь), тем самым докажете, что Вы – сильная личность и имеете свой взгляд на вещи.

Помните о том, что наркотики – это опыт, но на себе его лучше не ставить!

