

Уважаемые родители!

Употребление детьми и подростками психоактивных веществ, представляет серьёзную угрозу нации, будущему нашей страны.

Среди учащихся нашей школы нет состоящих на учёте в наркодиспансере. Но это не значит, что нет надобности вести разговор о наркотиках среди учителей и обучающихся. Рассматривая данные по стране, становится ясно, что подрастающее поколение вырождается.

Особую тревогу вызывает резкое «омоложение» контингента больных наркоманией. Каждый 10-й школьник в стране пробовал наркотики. Один наркоман за год втягивает от 4 до 17 человек. При таких темпах в стране через 5 лет более чем 1/4 населения попробует наркотики.

Возраст начала потребления наркотиков совпадает со временем начала учёбы в школе. К подростковому возрасту свыше 10% школьников уже знакомы с действием наркотиков и этот процент растёт.

К окончанию школы 19,5% мальчиков и 13% девочек пробовали наркотики, а регулярно «сидят на игле» 9% мальчиков и 5% девочек. Основной возраст первого знакомства с наркотиками приходится на 11-14 лет (41%) и 15-17 лет (51%).

Эти цифры показывают ещё и то, что в подростковой среде распространено ошибочное мнение о том, что «наркотик делает человека свободным» – 21%, 34% считают, что «наркотики бывают всерьёз и не всерьёз», 42% согласны с тем, что от увлечения наркотиками всегда можно отказаться. Подростки толком не знают, чем грозят наркотики здоровью и личности человека, смутно представляют степень ответственности перед законом за распространение, хранение и приём наркотиков. И плюс к этому недостаточная информированность педагогов, взрослых и родителей, которые сталкиваются с этой проблемой.

Но в тоже время многие считают, что со мной и моими близкими это не произойдёт, эта беда меня и моих близких обойдёт стороной. Но опыт многих семей (благополучных в том числе) показывает, что зло НАРКОМАНИИ достаточно изобретательно в своём стремлении затягивать в своё болото всё большее и большее количество людей.

Что такое наркомания?

Наркомания – это группа заболеваний, которые проявляются патологическим влечением к постоянному приёму в возрастающих количествах наркотических веществ, развитием зависимости от них, а также выраженными медико-социальными последствиями. В отечественной наркологии принято различать наркоманию и токсикоманию. К наркомании относится пристрастие к веществам, которые, согласно списку Постоянного комитета по контролю наркотиков, утверждённому Минздравом РФ, отнесены к наркотическим средствам. Различие между наркоманией и токсикоманией не медицинские, а юридические.

Следующее заблуждение: борьба с наркотиками – это дело специалистов.

Отношения человека к наркотикам не простые. А именно неопределённость может стать одним из шагов навстречу наркомании. Школьники почти единодушно считают, что наркоманы – это «конченные люди». Их можно лишь пожалеть. Но никто из школьников не считает, что может стать сам наркоманом. Зато многие считают, что наркоманом может стать человек, постоянно употребляющий наркотики. Действительно, людей, эпизодически использующих наркотики (на вечеринке, дискотеки, просто за компанию) гораздо больше, чем истинно больных наркоманией. Но больные наркоманией люди как раз и появляются из тех, кто употреблял наркотики от случая к случаю. Ещё одним заблуждением служит следующее: подростки уверены, что важно не проворонить, не прозевать момент привыкания к наркотику и при необходимости остановиться. И это в чём-то действительно так. Но в том-то и дело, что процесс формирования зависимости от наркотиков, в отличие от осознания самого факта этой зависимости, протекает скрытно от сознания. И когда человек понимает, что попал в состояние зависимости, бывает уже поздно. Современные наркотические средства способны развивать у человека привыкание к ним быстро, иногда за 1-2 их употребления.

Как человек втягивается в употребление наркотиков?

Как показывает статистика первая встреча с наркотическими веществами происходит иногда в 8-10 лет. Но чаще в подростковом возрасте. Подростковый возраст – это переломный период для подростка. Кризис взросления. Переживается он по-разному, создавая различные психологические и социальные трудности. Это может проявиться у подростка в трудновоспитуемости, ухудшении успеваемости, ослабевает интерес к учебной деятельности, падает общая работоспособность или развивается скрытность, появлении тяготения жить в «параллельных мирах», стремление уйти в себя и т. д. Подросток желает ощутить себя взрослым, стремиться утвердить свою взрослость любыми способами. Молодёжь в своём стремлении освободиться от опеки взрослых использует разные средства. Отсутствие взаимопонимания в семье, чрезмерное давление взрослых, недостаток уверенности в собственных силах – всё это заставляет подростков объединяться в группы. В них молодёжь пытается получить то, что не может иметь дома – доверие, поддержку, добрые чувства. Кроме того, объединяясь, подростки развлекаются, стремясь выразить себя. В поисках новых, необычных ощущений и переживаний они экспериментируют с алкогольными напитками, ингаляторами, наркотическими веществами. Две трети подростков знакомятся с ними из любопытства, желая получить свой первый опыт, соприкасаясь с запретным. До 90% наркоманов начинают употреблять наркотические вещества в неформальных группах. Обычно это происходит вдалеке от взрослых в одних и тех же укромных местах: в

подвалах, на лестницах и чердаках, в парках и садах. Нередко первую дозу получают обманным путём: в качестве «нового сорта сигареты» или другой необычной «приманки» (напитков, таблеток и даже инъекций).

Кто же подвержен риску, стать наркоманом?

Дети 8-11 лет. Детей этого возраста интересует всё, что связано с наркотиками – их действием, способами употребления. Наркотик – это неизвестный и запретный мир, и, как и всё незнакомое и запретное вызывает особое любопытство. По данным диагностических исследований, дети этого возраста о последствиях употребления наркотиков ничего не слышали, либо слышали, но ничего не поняли. Либо не восприняли всерьёз. Знания о наркотиках обрывочны, чаще всего получены, по словам друзей и случайных приятелей. Наркотики пробовали употреблять единицы, возрастных группировок, принимающих наркотики, пока ещё нет. Часто детей этого возраста вовлекают в более взрослые сообщества на правах распространителя (передаточное звено).

11-14 лет. Основной возраст начала наркомании. Интерес вызывает возможность употребления «лёгких» наркотиков. Широко распространено заблуждение, связанное с существованием «лёгких» наркотиков. О наркотиках подростки этого возраста знают многое, информация черпается из рассказов знакомых. Знания носят недостоверный характер. Отношение к наркотику – как привлекательность. Не оценивается опасность его употребления. Употребление связано с трудной жизненной или школьной ситуацией, безнадзорностью, некритичным отношением к поведению окружающих. В этом возрасте доступны лекарственные и бытовые средства – бензин, лей, зубная паста, таблетки и т. д. Имеется заблуждение, что они менее вредны и опасны, то именно и эти средства и оказываются тем, с чего начинается пристрастие к психоактивным веществам.

14-17 лет. Наиболее опасный возраст для начала экспериментирования с любым психоактивным веществом. Возраст часто называют – возрастом независимости. Опыт знакомства с наркотиками в компании друзей, в подворотне, в изолированных от влияния взрослых пространствах. У большинства возникает либо личный опыт употребления того или иного наркотика, либо – опосредованный через близких, знакомых и друзей.

Как действует наркотик на человека?

На начальных стадиях интоксикации некоторые люди могут быть интересны для окружающих за счёт временного оживления. Они легки в общении, остроумны. Благодушное настроение сопровождается покладистостью, сговорчивостью и даже предупредительностью. Но это быстро проходит. Больные наркоманией производят впечатления рассеянных или задумчивых людей. Часто они забывают о сигарете, дымящейся в руке, пока она не обожжёт им пальцы или не упадёт на пол. Кстати, курильщики – наркоманы могут курить только в состоянии интоксикации – при отсутствии наркотика (в ломке) они не переносят табачный дым. С нарастанием отравления ускоренная речь становится замедленной. Наркоманы растягивают слова, при этом плохо ориентируются в происходящем: могут

говорить о том, что не является темой разговора, повторять несколько раз одно и то же. Это состояние бросается окружающим в глаза. Иногда на этой стадии отравления наркоманы, стремясь к общению, становятся навязчивыми. В состоянии отравления, у наркоманов снижена болевая чувствительность. Ожоги или мелкие порезы их не беспокоят. Сонливость может перейти с поверхностный сон, который легко прерывается извне. Эта сонливость выглядит необычно и может проявиться в самое неподходящее время. В таком состоянии он засыпает в любой позе и даже если его не тревожить, периодически просыпается. Чаще всего наркоман стремится уединиться (по возможности в отдельной комнате). Там он включает магнитофон, телевизор и засыпает.

Что такое «ломка»?

Внезапное прекращение употребления наркотиков вызывает страшное состояние наркотического похмелья. Его проявление зависит от длительности отравления и от дозы наркотика. Начинается ломка, спустя 8-12 часов. Начинающие наркоманы, не имеющие выраженной физической зависимости, могут перенести ломку на ногах. Симптомы ломки напоминают ОРЗ или расстройство желудочно-кишечного тракта. Но поведение наркомана резко меняется. Сонливость и вялость улетучиваются, их сменяет раздражительность и напряжённость. Наркоман становится неусидчив, нервничает без видимых причин, стремится уйти из дома. На вопросы отвечает грубо. Если раньше он мог «зависать» на телефоне, то теперь говорит отдельными короткими фразами типа: «Ну, что?», «Как, там?», «Мне надо...», «У вас всё готово?» и т. п. Внешне это тоже другой человек. У него легко можно отметить:

- расширенный зрачок, который резко сужается;
- поминутную зевоту, слезящиеся глаза, чихание, «гусиную» кожу, отсутствие сна, отсутствие аппетита, непереносимость табачного дыма – ещё накануне курил, а сейчас нос воротит от табака.

Если человеку не оказать квалифицированную помощь, его состояние будет ухудшаться. Примерно к 3-му дню отрыва от наркотиков наркоман находится на пике ломки. Что он переносит в это время, окружающим трудно понять. Сами наркоманы подобрали для себя в ломке подходящее название: живой труп.

Психологи, педагоги, медики рекомендуют: «Неважно, сколько лет вашим детям, неважно, заметили вы что-то странное в их поведении и физическом состоянии или нет – вам следует поговорить с ними о наркотиках». Этот разговор не может быть преждевременным, так же как его никогда не поздно начинать.