

Брошюра для родителей. Что делать, чтобы ребенок не стал употреблять наркотики

В современном мире молодежь подвергается большому количеству рисков: это наркомания и алкоголизм, терроризм, тоталитарные религиозные секты, вовлечение подростков в деятельность экстремистских организаций, в совершение противоправных действий, преступлений и правонарушений. Из этих рисков проблема наркомании является одной из самых актуальных и распространенных. Между тем, в большинстве своем родители практически ничего не знают о проблемах наркомании, поэтому не могут вовремя определить, что ребенок начал интересоваться наркотическими веществами или употреблять их, не знают, что делать, если подросток стал употреблять наркотики. Между тем, правильные действия родителей могут в значительной мере предотвратить вовлечение их детей в наркоманию.

ВОПРОСЫ О НАРКОМАНИИ, КОТОРЫЕ ЧАСТО ЗАДАЮТ РОДИТЕЛИ.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ?

Наркомания — это хронические заболевания, вызываемые злоупотреблением лекарственными или наркотическими средствами. Для наркомании характерно возникновение патологического влечения к наркотическому средству (психической зависимости), постоянное увеличение принимаемых доз наркотических средств, развитие физической зависимости, проявляющейся абстинентным синдромом (так называемой «ломкой») при прекращении приема наркотического средства.

Говоря проще, наркомания - это состояние хронического отравления организма, при котором человек испытывает непреодолимое влечение к наркотику.

Также употребляется термин «токсикомания» — обычно это означает зависимость от веществ, которые законом не отнесены к наркотическим средствам.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОТИКИ?

Наркотики - вещества, способные вызывать состояние радостного опьянения - эйфорию, а при систематическом применении - привыкание и жесткую зависимость.

Необходимо отметить, что понятия «наркотик», «наркотические средства» имеют не только медицинское, но и юридическое значение.

Медицинское определение: наркотик – вещество, лекарственное средство, оказывающее специфическое (стимулирующее, седативное, галлюциногенное и др.) действие на центральную нервную систему, что может являться причиной его немедицинского потребления, а также обладает потенциалом к формированию пристрастной или болезненной зависимости.

Юридический термин «наркотик» в России определён следующим образом:

Наркотические средства — вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года. То есть при определении того, является ли какое-либо вещество наркотическим, необходимо учитывать, включено ли оно в Перечень наркотических средств.

Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации — официальный документ в Российской Федерации, содержание которого определяет список наркотических, психотропных веществ и их прекурсоров, свободный оборот которых запрещён и регулируется государством. Утверждён Постановлением Правительства РФ № 681 от 30 июня 1998 года. Состоит из четырёх частей. Практически ежегодно (иногда по несколько раз в год) в данный перечень вносятся изменения, включаются новые наркотические средства.

Прекурсор — вещество, которое участвует в реакции, приводящей к образованию наркотического вещества, либо предшественник наркотических средств, т.е. вещество, из которого или с помощью которого путем химических реакций можно получить наркотическое средство.

КАКИЕ БЫВАЮТ НАРКОТИКИ?

Наркотики бывают естественного происхождения, известные с древности, (марихуана, гашиш, опиум, конопля) и синтетические, т. е. добытые химическим путем. В качестве наркотиков иногда используются лекарственные вещества психотропной группы.

Более подробно о конкретных наркотиках и их действии на организм можно прочитать в Главе 2 данной брошюры.

КАКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА ОКАЗЫВАЕТ НАРКОТИК?

Если говорить кратко, то человек в состоянии наркотического опьянения перестает испытывать душевную и физическую боль, забывает о проблемах и заботах, появляется ощущение легкости, комфорта, эйфории. Ощущение легкости приводит к потере контроля над собой и утрате чувства реальности. Бывают случаи, когда человеку начинает казаться, что он может выпрыгнуть из окна и полететь по воздуху, и т. д. Состояние наркотического опьянения продолжается только в то время, когда наркотическое вещество содержится в

крови, длится наркотическое опьянение может от 20 минут до нескольких часов.

НАСКОЛЬКО СИЛЬНО РАСПРОСТРАНЕНА НАРКОМАНИЯ?

Точное число употребляющих наркотические вещества неизвестно, т.к. за медицинской помощью обращаются далеко не все наркоманы (на самом деле меньшая их часть). Поэтому можно говорить только об экспертных оценках специалистов, такие оценки зачастую сильно разнятся. Для характеристики проблемы наркомании в России приведем оценку количества лиц, употребляющих наркотики, которую дает наркологическая служба. По примерным оценкам, в России 8 500 000 человек регулярно употребляет наркотики, 235 человек ежедневно «подсаживается» на наркотики, 150 000 человек ежегодно умирает от употребления наркотиков и последствий наркомании. Если учесть, что речь идет в основном о молодых людях, можно представить себе масштаб проблемы.

КАКИЕ НАРКОТИКИ НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫ?

Если лет 10 назад практически все наркоманы в России употребляли героин, то в последние годы четко прослеживается тенденция к сокращению опишной (героиновой) наркомании. Причина этого в том, что героиновая наркомания формирует сильную физическую зависимость, а следовательно, сильные «ломки», болевые ощущения. В настоящее время все большее количество молодых людей, начинающие употреблять наркотики, начинают с более «легких» наркотиков- марихуаны, амфетамина, «спайсов», «солей», распространено употребление оксibuтирата натрия. Данные наркотики формируют сильнейшую психическую зависимость.

КАКОВЫ ПРИЧИНЫ НАРКОМАНИИ?

Как правило, причины наркомании общеизвестны, несовершеннолетние часто сами правильно называют большинство этих причин.

Мотивами для первого употребления наркотических средств как правило являются:

- удовлетворение любопытства относительно действия наркотического вещества. Подростку любопытно узнать, что он будет испытывать во время действия наркотического вещества, интересно проверить на собственном опыте и собственных ощущениях информацию о наркотиках, которая дошла до него из бесед со сверстниками, из массовой культуры и других источников.
- испытание чувства принадлежности с целью быть принятым определенной группой людей. Говоря проще: «за компанию». Если подростку хочется чувствовать себя своим в компании, где принято употреблять наркотические средства, быть принятым в такую компанию, он может пойти на то, чтобы попробовать наркотик.
- выражение независимости, а иногда враждебного отношения к окружающим. Проще говоря: «из чувства протеста». Из чувства протеста против родителей, против общественной системы, против системы образования, против окружения и т.д.

- познание, приносящее удовольствие нового, волнующего и таящего опасность опыта, т.е. «от скуки». Подросток воспринимает жизнь как скучную, не находит для себя чего-то интересного в жизни, ничем не занят, и при этом воспринимает наркотики как возможность раскрасить жизнь новыми красками, сделать ее интереснее, испытать что-то вроде приключения.
- достижение ясности мышления или творческого вдохновения. В средствах массовой информации постоянно присутствуют факты из жизни известных музыкантов, писателей, художников, которые употребляли наркотические средства. Подростки с творческой направленностью личности, или имеющие доступ к «богемным» «тусовкам» лиц, близких к искусству, могут пойти на употребление наркотических средств в надежде на собственное творческое вдохновение, особенно, если в обычной жизни не складывается успешная творческая составляющая.
- достижение чувства полного расслабления. То есть просто отключится от всех ежедневных проблем и расслабиться, получить удовольствие.
- уход от чего-то гнетущего. Это бывает, если в жизни подростка присутствует какая-то неразрешимая с его точки зрения проблема, о которой он постоянно думает. Подросток принимает наркотики, чтобы «забыться», перестать думать о проблеме, что бы гнетущая его проблема ушла на второй план. У несовершеннолетних чаще всего это бывает из-за семейных проблем (особенно обостряющихся, например, во время развода родителей), из-за проблем с учебой, и в случаях, когда не складываются личные отношения с друзьями и лицами противоположного пола.

Взрослые люди понимают, что уход от проблемы – это не решение этой проблемы, однако в возрасте 14-16 лет подростки относятся к жизни еще достаточно инфантильно, и поэтому могут считать, что с помощью наркотиков решают свои трудности.

И еще есть одна причина начала употребления подростками наркотических средств. Это намеренное вовлечение его в наркоманию с целью расширения рынка сбыта наркотических средств. Как в продовольственном магазине, чтобы увеличить количество продаж, маркетологи устраивают акции по бесплатной дегустации продуктов, так и лица, занимающиеся незаконным оборотом наркотиков, бесплатно могут «угощать» наркотическими средствами в расчете на то, что подростку понравится действие наркотиков и на то, что очень быстро возникнет привыкание. Учитывая, что распространение наркотиков – дело противозаконное, наркоманы, как правило покупают наркотики либо у знакомых, либо у одного-двух распространителей, поэтому если торговцу наркотиками удастся вовлечь подростка в наркоманию, то он приобретает себе постоянного ежедневного покупателя. Однако необходимо отметить, что если подросток не настроен на употребление наркотических средств, то на предложение попробовать наркотики он скорее всего ответит отказом. Решения попробовать наркотические средства может решиться подросток, у которого имеются причины, о которых мы говорили выше.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТО БЫ РЕБЕНОК НЕ СТАЛ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?

Неправильно думать, что наркоманами становятся либо дети из асоциальных семей, либо дети состоятельных людей. Это зло может войти в каждый дом. Именно поэтому важно делать хотя бы элементарные и общеизвестные вещи, чтобы уберечь ребенка от наркомании.

1. Максимально увеличить близкое эмоциональное общение с ребенком, дать ему понять, что он очень нужен родным, наладить эмоциональный доверительный контакт в семье.

2. Разъяснить все негативные последствия употребления наркотиков от медицинских до социально-правовых, подготовить ребенка к правильному поведению в случае, если ему будут предлагать наркотики (правильное поведение в данном случае только одно: отказываться от предложений бесплатно попробовать наркотики, а отказавшись от употребления наркотиков, покинуть людей, которые употребляют либо распространяют наркотики или компанию наркоманов, избегать общения с ними в дальнейшем, не вступать с ними в споры и разговоры о последствиях употребления наркотиков).

3. Постоянно следить за эмоциональным и физическим состоянием ребенка, чтобы вовремя среагировать на их изменение, вовремя разобраться с причиной.

4. Максимально занять все свободное время подростка организованными досуга и отдыха. Чем меньше неорганизованного времени у ребенка, тем меньше времени на всякие «глупости».

5. Крайне полезно отслеживать дружеские связи ребенка. Если он поддерживает общение с лицами и группами, употребляющими наркотические средства, то он с большой вероятностью в скором времени начнет употреблять психоактивные вещества. Если ребенок дружит с наркоманами, то целесообразно с целью разрыва этих приятельских связей на время вывезти ребенка из населенного пункта, где проживает семья, например в летний лагерь, к родственникам в деревню или другой город, и т.д.

НУЖНО ЛИ РЕБЕНКУ РАССКАЗЫВАТЬ О НАРКОТИКАХ?

Многие родители боятся рассказывать ребенку о наркотиках, боясь, что это может привести к обратному результату и заставит ребенка, который о наркотиках ничего не знал, заинтересоваться наркотиками. Однако, в этом случае ребенок оказывается абсолютно не подготовлен к ситуации, когда ему могут предложить попробовать наркотики. Он не знает о вреде наркотиков, о быстроте привыкания, он может поверить тому, что в наркотиках нет ничего страшного и что в любой момент можно бросить употреблять наркотические средства, он может неправильно отреагировать на предложение попробовать наркотики или не смочь отказать. Поэтому все-таки целесообразно подготовить ребенка к возможной встрече с этой опасностью, рассказать о вреде наркотиков и последствиях их употребления, научить уходить от предложений попробовать наркотики. Целесообразно рассказать, что в первый

раз могут предложить наркотики бесплатно «попробовать», нацелить ребенка на категорический отказ от таких предложений.

КАК БЫСТРО ФОРМИРУЕТСЯ НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?

Если мы будем говорить о времени, в течение которого появляется наркотическая зависимость, то нужно для начала отметить, что есть две группы формирования наркозависимости - биологическая и психологическая. Это два параллельно действующих процесса, только в одних случаях преобладают биологические (медицинские) механизмы, а в других - психологические.

Именно поэтому указать точно срок возникновения наркозависимости при употреблении наркотических средств затруднительно: очень много зависит от человека (состояние здоровья, индивидуальная переносимость наркотических средств, личностные качества человека, способности человека к самоконтролю и самодисциплине), от того, какие именно наркотики он употребляет и как часто, насколько «качественные» («чистые») наркотики.

Если же все-таки примерно говорить о сроке формирования наркозависимости, то после разового («пробного») употребления наркотиков может сформироваться желание еще раз повторить опыт употребления наркотических средств, после употребления в количестве 4-8 раз, как правило, формируется психическая зависимость, после десятикратного употребления может сформироваться физическая зависимость.

ЧЕМ ОПАСНА НАРКОМАНИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?

Во-первых, возникновением зависимости от наркотиков. Наркотическую зависимость делят на психическую и физическую. Психическая зависимость связана с тем, что прием определенного вещества, связывается с приятным состоянием (формируется условный рефлекс и сохраняется в течение всей жизни). Физическая зависимость связана с тем, что регулярный прием веществ изменяет обмен веществ в организме употребляющего.

Наркотические препараты пагубно влияют на все органы и системы человека, вызывая необратимые изменения.

Дыхание. Наркотики «анальгезируют» (делают нечувствительными) так называемые хеморецепторы, вследствие чего при накоплении углекислого газа эти рецепторы до нормального уровня не возбуждаются. При этом сначала снижается, а через некоторое время угнетается возбудимость дыхательного центра. Наркоман получает фактически пожизненное кислородное голодание (гипоксию). Гипоксия развивается обычно в пожилом возрасте, в результате болезней легких, сердца, легких, а также при отравлении алкоголем, угарным газом. Гипоксия является непосредственной причиной смерти при большинстве заболеваний. Наркоманы очень часто умирают от остановки дыхания при случайной передозировке наркотиков. Смерть может наступить уже через пять минут после внутривенного введения

наркотика. Помощь обычно не могут и не успевают оказать. Человек, выбирающий наркотики, обрекает себя на медленное самоудушение.

Кроме того, при приеме наркотиков нарушается такая защитная реакция организма как кашель. Возникает кашель тогда, когда в дыхательных путях возникают препятствия для прохождения воздуха: мокрота и слизь, образующиеся в легких, инородные тела, слюна, попадающая из полости рта. Кашлевым толчком препятствия для воздуха устраняются. Из легких с мокротой удаляются микробы, гной, погибшие клетки.

Наркотики «анальгизируют» (делают нечувствительными) хемо- и барорецепторы, и вследствие этого, блокируют кашлевой центр. Человек, начавший принимать наркотики отключает защитный механизм кашля. Даже при простуде кашля не возникает. В легких наркомана накапливается мокрота, слизь, грязь, компоненты дыма, пыли из воздуха. Мокрота разлагается, микробы размножаются. Употребляющий наркотики человек на всю оставшуюся жизнь фактически превращает свои легкие в урну с грязными плевками.

Система пищеварения. Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения. У наркоманов уменьшаются все вкусовые и обонятельные ощущения. Они уже не могут в полной мере получать удовольствие от пищи. Снижается аппетит. Уменьшается выработка ферментов, желчи, желудочного и кишечного соков. Пища не в полной мере усваивается и переваривается. Наркоман обрекает себя на хроническое голодание. Обычно наркоманы имеют дефицит веса. Наркотики вызывают спазм гладкомышечных сфинктеров кишечника. В результате этого задерживается переход каловых масс из одного отдела в другой. возникают запоры на 5-10 дней. Процессы разложения и гниения все время продолжаются. Образующиеся токсины всасываются в кровь и разносятся по всему организму, повреждают клетки, вызывают их старение и гибель. У наркоманов всегда плохой цвет и запах кожи. В палатах, где находятся наркоманы, стоит неприятный, специфический запах.

Сердечно-сосудистая система. Сердце и кровеносные сосуды обеспечивают доставку в ткани организма всех необходимых веществ и удаление из тканей «отходов». Наркотики способствуют угнетению сосудодвигательного центра, а вследствие этого снижение кровяного давления и замедлению пульса.

По этой причине в организме наркомана всегда возникает снижение функций сердечно-сосудистой системы, уменьшение снабжения клеток необходимыми им веществами, а также очистка клеток и тканей. Функции всех клеток слабеют, они дряхлеют, как в глубокой старости. Наркоман уже не может развить достаточно больших усилий, справляться с обычным объемом работы. Фактически происходят старческие изменения в юном возрасте.

Половые возможности. По многим механизмам при наркомании угнетаются половые возможности и потребности. Врачи-гинекологи отмечают, что у девушек-наркоманок отмечаются атрофические процессы в наружных и внутренних половых органах. По состоянию половой сферы эти

девушки напоминают старушек. Они не пригодны даже для проституции из-за потери «товарных качеств»

У наркоманов обычно не бывает детей, часто рождаются дети с уродствами.

Другие опасности для здоровья. Наркотики оказывают крайне отрицательное воздействие на психические функции, на функции мозга. Наркотик – это яд, который медленно разрушает мозг и психику человека. Считается, что бензин или клей «момент», например, превращает людей в умственно неполноценных через 3-4 месяца, «безопасная конопля» - за 3-4 года. Человек, употребляющий морфин через 2-3 месяца настолько утрачивает способность что-либо делать, перестает за собой ухаживать и полностью теряет человеческий облик.

Обязательно нужно знать о том, что торговцы наркотиками презирают своих покупателей, воспринимают их только как людей, которые постоянно приносят им деньги, но не берут на себя никакой ответственности за качество препаратов. Пользуясь тем, что ни один из наркоманов не пойдет проверять чистоту проданного ему наркотика, торговцы ради увеличения прибыли к наркотикам добавляют различные вещества: мел, муку, тальк, даже стиральный порошок. Требования стерильности и чистоты игнорируются: «Наркоманскому быдлу и так сойдет». От внутривенного введения такой грязи происходит заражение инфекциями, поражение печени, почек, крови. Через неоднократно используемые шприцы передается СПИД, гепатит.

Наркоманы, которые применяют наркотики внутривенно в 85% заражаются **ВИЧ-инфекцией** (СПИДом). Обычно в мнимой дружеской компании наркоманов пользуются одним-двумя шприцами на всех. Вследствие этого уже в течение двух-трех лет заражаются остальные участники наркоманской группы. Часто случается, что наркоманы заражаются ВИЧ половым путем, находясь под наркотическим опьянением. В среде наркоманов этот вирус распространяется очень быстро. В среднем около года заражается половина внутривенных потребителей наркотиков. ВИЧ может находиться уже в шприце, который наркоделец собирается продать с уже готовой дозой наркотика. Такое явление действительно опасно, именно оно и объясняет то, почему многие наркоманы заражаются после такой сделки, даже если у всех были отдельные шприцы.

Понятия «наркомания» и «гепатит» сегодня уже стали неразделимы. В общественном мнении гепатит уже считается профессиональной болезнью наркомана. Большинство из них заражаются гепатитом «В» довольно быстро, в первые годы наркомании. Самые частые гепатиты при наркомании - гепатиты В, С, D, G. Развиваются они у лиц, принимающих наркотики, вследствие попадания в кровь вирусного гепатита как путем заражения при несоблюдении правил гигиены, так и в результате токсического воздействия наркотика на печень. При наркомании наблюдается общая слабость организма, падает иммунитет, риск заразиться любой инфекцией возрастает во много раз. Среди наркоманов много ВИЧ-инфицированных, что еще более усугубляет ситуацию. Так же, как и при заражении ВИЧ-инфекцией, заражение гепатитом происходит в основном через кровь: во время использования одного шприца

на всю группу наркоманов, через слизистые оболочки, раны и т.д. Возрастает риск заражения гепатитом и при беспорядочной половой жизни, что так же свойственно наркоманам. Беспорядочные половые связи, особенно в состоянии наркотического опьянения, когда человек себя практически не контролирует, могут привести и к различным **венерическим заболеваниям.**

КАКОЕ ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКИ ОКАЗЫВАЮТ НА ПСИХИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ И ЛИЧНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА?

Человек, идущий по пути наркомана, постоянно уничтожает свои лучшие нравственные качества, становится психически не вполне нормальным, теряет друзей, семью, не может приобрести профессию или забывает о той, что имел, остается без работы, приносит несчастий, себе и окружающим, и наконец, медленно разрушает свое тело.

Наркомания тяжелое заболевание. Она проявляется в постоянной потребности принимать наркотики, так как психическое и физическое здоровье наркомана зависит от того приняты наркотики или нет. Наркомания ведет к грубому нарушению жизнедеятельности организма и социальной деградации. Эта болезнь с хроническим течением развивается постепенно. Причиной ее является способность наркотических средств вызывать состояние опьянения, сопровождающееся ощущением полного физического и психического здоровья и благополучия. Наркотик – это яд, который медленно разрушает мозг и психику человека.

Потеря профессиональных навыков, навыков элементарной самодисциплины, как правило рано или поздно приводят к тому, что наркоман теряет работу. Отсутствие законного заработка и ежедневная необходимость находить немалые денежные средства для приобретения наркотиков приводят наркомана к криминальным деяниям, многие из употребляющих наркотические средства оказываются на скамье подсудимых. Чтобы добыть деньги на покупку наркотиков наркоманы совершают грабежи и разбойные нападения, причем, как правило, на лиц, заведомо не могущих оказать сопротивление- на детей, отнимая у них мобильные телефоны, деньги и ценные вещи, или на пенсионеров, отбирая у них пенсии. Учитывая, что на такие деяния наркоманы идут обычно в состоянии «ломки», они себя плохо контролируют, не обдумывают последствия своих действий, не готовятся к совершению преступлений, а совершают их спонтанно, в связи с чем такие преступления, как правило, достаточно быстро раскрываются. Девушки-наркоманы очень часто приходят к занятию проституцией, что бы «заработать» деньги на наркотики, причем в этой среде занимают самую низшую нишу «придорожной» проституции. Кроме того, большинство наркоманов, что бы заработать на «дозу», сами распространяют наркотики в среде наркоманов, и часто задерживаются за незаконное хранение и распространение наркотических средств.

ПРИВОДИТ ЛИ НАРКОМАНИЯ К СМЕРТИ?

К гибели наркоманов приводят:

1. Травмы в дорожно-транспортных происшествиях, другие несчастные случаи, вызванные потерей самоконтроля и ориентации в пространстве.
2. Передозировка.
3. Отравления некачественными наркотиками
4. Заболевания – сепсис, пневмония, хроническая печеночная недостаточность, ВИЧ-инфекция и др.

Наркотические препараты пагубно влияют на все органы и системы человека, вызывая необратимые изменения.

БЫВАЮТ ЛИ БЕЗОПАСНЫЕ НАРКОТИКИ?

Среди подростков распространено мнение, что бывают безопасные наркотики, их еще называют «легкими» наркотиками. Как правило, в этих случаях называются в первую очередь марихуана, оксibuтират натрия, эфедрон и другие. Мнение это основано на том, что при их употреблении не формируется физическая зависимость, не происходит «ломки» при прекращении употребления.

Однако, это мнение неверно. Действительно, некоторые наркотики не формируют физической зависимости, однако все формируют стойкую психическую зависимость, кроме того так называемые «легкие» наркотики могут служить лишь первым шагом на пути к «тяжелым». В ходе употребления «легких» наркотиков, во-первых, формируется толерантное отношение к наркотикам, это перестает быть чем-то запретным, а во-вторых, происходит привыкание к наркотику, что требует либо увеличения дозы, либо перехода к более тяжелым наркотическим средствам. Так, по наблюдениям специалистов, многие молодые люди, употребляющие тяжелые наркотики начинали употребление наркотических средств с якобы «безобидной» марихуаны.

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО РЕБЕНОК НАЧАЛ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?

К сожалению, современные родители, занятые целиком своими проблемами, не всегда обращают внимание на изменение поведения и внешнего вида своих детей. А ведь если проявить в этом вопросе должное внимание, можно своевременно определить, что ребенок начал интересоваться или употреблять наркотики, и вовремя обратиться за медицинской помощью, пока еще не сформировалась физическая и психическая зависимость.

Определить, что ребенок начал употреблять наркотики, можно по изменению поведения и по изменению внешнего вида и физических реакций. Если у близких возникает подозрение, что подросток находится в состоянии наркотического опьянения, т.е. при отсутствии запаха спиртного он выглядит нетрезвым, необходима срочная консультация врача-нарколога.

Надо беспокоиться интересом ребенка к наркотикам, если у него произошли следующие изменения в поведении:

1. Неожиданное, резкое изменение поведения в школе, институте, на работе: беспричинные пропуски занятий, снижение успеваемости или работоспособности, прогулы. Это также может проявляться неожиданной и немотивированной грубостью, небрежностью в одежде, сонливостью днем, неусидчивостью или взбудораженностью на занятиях.
2. Активное стремление к контакту с лицами, имеющими отрицательную репутацию, к дружбе с лицами, про которых известно, что они могут употреблять или распространять наркотические средства.
3. Изменение поведения дома. Ничем не объяснимое позднее возвращение домой, часто в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного; трудное пробуждение по утрам.
4. Снижение социальной активности, потеря интереса к прежним увлечениям, появление немотивированной раздражительности, неоправданных вспышек агрессии, кражи вещей и денег из дома, утрата чувства ответственности.
5. Внезапный интерес к домашней аптечке, литературе по фармакологии, частое появление возле аптек и других медицинских учреждений, обнаружение у подростка облаток от медикаментов, таблеток, шприцев. Должны настораживать и регулярные манипуляции с лекарственными или иными веществами, которые подросток пытается скрыть от окружающих.
6. Участие в тайных сборищах групп подростков в различных укромных местах: летом в парках, на детских площадках, дачах; зимой на чердаках, в подвалах, лестничных клетках. Нелепое поведение группы, неадекватные взрывы смеха, общая эмоциональная возбужденность компании, немотивированная агрессивность. На этапе эпизодического употребления наркотиков или других одурманивающих веществ, опьянение ими обычно ярко выражено.
7. Внешний вид подростка. Обычно, больные наркоманией не следят за своим внешним видом, нередко, они выглядят санитарно запущенными, неопрятными, небрежными в одежде. Большинство больных выглядят старше своих лет: кожа сухая, дряблая. Волосы теряют блеск, становятся ломкими и тусклыми. Для больных наркоманией характерна бледность кожи, которая постепенно при длительном употреблении наркотиков приобретает желтушный оттенок. Мелкие травмы кожи – порезы, ссадины, заживают очень долго. При инъекционном введении наркотика, можно обнаружить следы уколов по ходу вен (в области локтевых сгибов, предплечьях, кистях, стопах, щиколотках и т.п.)
8. Употребление подростками слов из жаргона наркоманов, которые он раньше не употреблял. («Словарь» таких жаргонных слов наркоманов можно посмотреть в конце данной брошюры).
9. Нахождение дома предметов, используемых наркоманами. При внутривенном приеме- использованные инсулиновые шприцы, закопченные столовые ложки, используемые для изготовления наркотика путем его нагревания в ложке. При курении марихуаны возможны находки дома пустых пластиковых бутылок с проплавленной дыркой в боку.

Эти признаки характерны, если подросток начал употреблять наркотические вещества где-то вне дома, но домой предпочитает появляться после прекращения действия наркотика.

Однако, в ходе формирования наркотической зависимости подросток все меньше обращает внимание на социальные связи, и может приходить домой в состоянии наркотического опьянения. **Действие наркотика может продолжаться от 20 минут до нескольких часов.** Надо беспокоиться интересом ребенка к наркотикам, если у него наблюдаются следующее поведение и реакции организма:

1. Внешний вид и поведение. В той или иной мере они напоминают состояние алкогольного опьянения при отсутствии запаха алкоголя.

2. Изменение сознания различной глубины, начиная с легких степеней, когда человек похож на только что проснувшегося, до глубокого оглушения. Такое расстройство сознания отмечается при опьянении снотворно-седативными препаратами, летучими препаратами, летучими наркотическими веществами. Очень характерна поза человека, находящегося в состоянии сильного наркотического опьянения: малоподвижная, как бы обмякшая. В ответ на обращение к нему опьяневший бессмысленно улыбается, что-то невнятно бормочет или, напротив, начинает раздражаться. При приеме крайне больших доз наркотических веществ происходит полное выключение сознания.

3. Изменение настроения: возникает расторможенность, беспричинное веселье, чрезмерная болтливость. Это повышенное настроение не соответствует ситуации, в которой находится опьяневший, так, например неадекватная смешливость или дурашливость при серьезном разговоре дома, в отделении милиции, со школьными учителями, начальством и т.д. Повышенное настроение по мере уменьшения глубины опьянения, сменяется подавленным, мрачным, тоскливым настроением, нередко со злобностью и агрессивностью к окружающим. Злоба и агрессивность чаще встречается при приеме снотворно-седативных препаратов, летучих наркотически действующих веществ.

4. Изменение двигательной активности: отмечается неусидчивость, повышенная жестикуляция. Например, опьяневший не может долго усидеть на стуле, он вскакивает, постоянно переступает ногами, руками трогает и передвигает различные предметы, лежащие на столе. Или же напротив, человек в состоянии наркотического опьянения вял, расслаблен, неподвижен, его тянет подремать. Он просит, чтобы окружающие оставили его в покое, и предоставленный самому себе может быстро погрузиться в сон.

5. Изменение координации движений: движения могут быть скованными или замедленными. При некоторых формах опьянения канобиоидами (марихуаной), снотворно-седативными препаратами движения становятся размашистыми, резкими, грубыми и неточными. Обычно в состоянии наркотического одурманивания отмечается неустойчивость при ходьбе, пошатывание из стороны в сторону; человек не может пройти по прямой линии. В стоячем и сидячем положении, особенно с закрытыми глазами, покачивает туловищем. Из рук опьяневшего падают предметы, наклонившись,

чтобы поднять их, он может упасть сам. Опьяневший не в состоянии совершать движений, требующих большой точности, его руки и ноги постоянно подрагивают, в таком состоянии также резко меняется почерк.

6. Изменение речи: подчеркнутая выразительность речи отмечается при употреблении конопли и эфедрона. При других формах опьянения речь чаще всего замедлена, невнятна, с нечеткой артикуляцией, словно у человека «каша во рту».

7. Изменение цвета кожных покровов: при опьянении каннабиоидами (марихуаной), снотворно-седативными препаратами и летучими наркотическими веществами, лицо становится красным, отмечается покраснение белков глаз. При опьянении опиатами (героином) и эфедроном кожные покровы неестественно бледные. При большом стаже употребления этих наркотиков появляется желтушный или землистый оттенок кожи. Нередко в состоянии наркотического опьянения появляется отечность лица, особенно верхних век.

8. Изменение зрачков: при опьянении опиатами (героином) зрачки узкие, величиной со спичечную головку. При другом наркотическом опьянении, зрачки чаще расширены, реакция на яркий свет вялая, либо отсутствует. Также отмечается повышенный блеск глаз.

МОЖНО ЛИ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОПРЕДЕЛИТЬ УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ С ПОМОЩЬЮ ТЕСТОВ?

В настоящее время в аптеках продается достаточно большое количество различных тестов, и с помощью них можно попробовать установить факт употребления наркотиков ребенком. Правило пользования и забора биологических жидкостей имеются на (в) упаковках. Однако, необходимо понимать, что вы можете купить и использовать тест, допустим, на определение употребления каннабиоидов, и он покажет отрицательный результат, потому что ребенок употреблял опиаты. Поэтому перед покупкой теста необходимо либо иметь информацию о том, какие конкретно наркотики может употреблять подросток, либо покупать мультитест на определение наибольшего количества наркотиков.

Однако, при подозрениях, что ребенок начал употреблять наркотики, наиболее целесообразно обратиться за консультацией к наркологу и пройти тестирование в наркологическом кабинете.

ЛЕЧИТСЯ ЛИ НАРКОМАНИЯ?

Проблема заключается в том, что методами современной медицины снимается физическая зависимость от наркотиков, однако остается психическая зависимость от них, которая может остаться на всю жизнь. Не даром говорят: «бывших наркоманов не бывает». Употреблявший наркотики человек после лечения может годами не употреблять наркотики, но в один момент «сорваться». Про наркоманов не говорят «излечился», про них говорят, что он находится в ремиссии. Ремиссия — период течения хронической болезни, который проявляется значительным

ослаблением (неполная ремиссия) или исчезновением (полная ремиссия) её симптомов (признаков заболевания). Поэтому единственная реальная возможность не попасть в наркотическую зависимость – это вообще не начинать наркотики употреблять.

Способы лечения наркомании на сегодня разнообразны, но все они сводятся к трем этапам.

Этап 1. Снятие абстинентного синдрома (ломки) с помощью медикаментов. Проводится такое лечение наркомании в стационаре, и направлено оно на устранение болезненных и неприятных симптомов физического и психического характера, возникающих после отказа от наркотиков.

Этап 2. Стационарное или амбулаторное лечение психической зависимости. Медикаментозное лечение наркотической зависимости и безмедикаментозная терапия проводятся в течение нескольких недель и даже месяцев. Их цель – снизить тягу пациента к наркотическим веществам на психическом уровне.

Этап 3. Ресоциализация бывшего наркомана с целью вернуть его к полноценной жизни в обществе и повысить самооценку.

Лечение наркомании- процесс длительный. Он представляет собой целый комплекс мер для избавления человека от страшной болезни под названием «наркомания». Лечение наркотической зависимости нельзя путать со снятием ломки, которое является лишь первым этапом избавления от зависимости. Избавить больного от абстинентного синдрома просто необходимо перед тем, как помогать ему в психологическом плане и в социальной адаптации. Эффективное лечение наркомании невозможно без психологической помощи и адаптации бывшего зависимого человека в обществе.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ ЗА НАРКОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ, КОНСУЛЬТАЦИЕЙ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕМУ И/ИЛИ РОДИТЕЛЯМ?

ВОЗМОЖНО ЛИ АНОНИМНОЕ ЛЕЧЕНИЕ?

Да, существует возможность лечится от наркомании анонимно как в государственных лечебных учреждениях, так и в частных.

МОЖНО ЛИ ЛЕЧИТЬ НАРКОМАНА БЕЗ ЕГО СОГЛАСИЯ?

Наркологическая помощь (как и любая медицинская помощь) является добровольной и не может оказываться без согласия самого употребляющего наркотические средства, поэтому по действующим на 2014 год законодательным и нормативным актам насильно наркомана лечить невозможно.

ПОМОГАЮТ ЛИ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НАРКОМАНИИ РАЗЛИЧНЫЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ?

В настоящее время существует множество общественных организаций, цель которых - оказание помощи людям, страдающим наркотической

зависимостью. Есть общества, состоящие из бывших наркоманов, которые делятся опытом освобождения от наркотической зависимости, есть общества родителей наркоманов, которые помогают родителям правильно действовать в кризисных ситуациях. Имеются общественные организации, которые осуществляют социальную реабилитацию наркоманов, помогают найти работу, решить бытовые вопросы. Работают в этом направлении религиозные организации, которые стараются дать личности наркомана новый смысл жизни. У каждого наркозависимого свой путь к излечению от наркомании, поэтому чтобы спасти близкого человека, можно попробовать все варианты и выбрать наиболее подходящий путь.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА?

Если у Вас появилась информация (пусть даже непроверенная) о том, что ребенок начал употреблять наркотические средства, важно начать лечение и реабилитацию **как можно скорее**. В данном случае дорог каждый день, ведь лишний день с наркотиками только больше формирует физическую и психическую зависимость от наркотических средств.

На самом деле, самый важный и правильный шаг-это обратиться к специалистам-наркологам. Неправильно думать, что человек самостоятельно избавится от этой пагубной привычки, или все решится как-нибудь само. После консультации, и если необходимо, лечения в наркологическом кабинете можно предложить следующие шаги:

1. Максимально увеличить близкое эмоциональное общение с ребенком, дать ему понять, что он не отвержен родителями, что он очень нужен родным, и что все готовы помочь преодолеть эту трудную жизненную ситуацию.
2. Разъяснить все негативные последствия употребления наркотиков от медицинских до социально-правовых, если это не было сделано раньше.
3. Постоянно следить за эмоциональным и физическим состоянием ребенка, чтобы вовремя среагировать на их изменение, или при ухудшении здоровья вовремя обратиться к врачу.
4. Максимально занять все свободное время подростка организованными досуга и отдыха. Можно прибегнуть к помощи общественных организаций, занимающихся реабилитацией наркоманов.
5. Крайне полезно отслеживать дружеские связи ребенка. Если он продолжил общение с лицами и группами, употребляющими наркотические средства, то он со стопроцентной вероятностью в скором времени опять начнет употреблять психоактивные вещества. Если ребенок продолжает дружить с наркоманами, то целесообразно с целью разрыва этих приятельских связей на время вывезти ребенка из населенного пункта, где проживает семья, например в летний лагерь, к родственникам в деревню или другой город, и т.д.
6. Постоянно посещать нарколога для контроля над ситуацией, выполнять все его рекомендации.

ЧЕГО НЕ НУЖНО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА?

Очень часто родители, узнав, что их ребенок начал употреблять наркотические средства, на негативном эмоциональном фоне начинают действовать неправильно, что может только усугубить проблему и не привести к желаемому избавлению от наркотической зависимости.

Какие ошибки чаще всего допускают родители в данном случае, чего не нужно делать?

1. Не стоит устраивать скандал, оскорблять ребенка, т.к. это только оттолкнет его от родителей и, наоборот, заставит его искать поддержки у друзей, которые тоже могут употреблять наркотики. Правильнее попробовать наладить эмоциональный контакт, выстроить доверительные отношения.

2. Не стоит выгонять ребенка из дома или угрожать этим. Оставшись без места ночлега, не желая возвращаться домой, молодой человек, скорее всего, отправится либо к друзьям-наркоманам, либо в какой-либо наркопритон.

3. Нельзя бояться своевременного обращения к наркологу. Многие родители боятся, что ребенка поставят на учет в наркологический кабинет и это может повлиять негативным образом на его поступление на учебу или работу, получение автомобильных прав и т.д. Однако, несвоевременное обращение к наркологу приводит к невосполнимой потере времени, у ребенка за это время может сформироваться устойчивая зависимость, и меры, предпринятые позже, уже могут не принести положительного результата. Желание оградить ребенка от небольших неприятностей в виде отказа от приема на какую-либо работу или отказа от получения водительских прав, может привести к формированию стойкой наркозависимости, полной социальной дезадаптации, потере здоровья, а в тяжелых случаях - к смерти.

4. Не стоит бояться обращаться за помощью в различные организации, как государственные, так и общественные. Некоторые родители, боясь, что информация о том, что их ребенок начал употреблять наркотики, может стать известна окружающим или представителям организаций, занимающихся профилактикой наркомании, боясь «позора», затягивают с обращением за помощью. Стоит подумать: на одной чаше весов – «позор», а на другой - здоровье и жизнь ребенка.

5. Не нужно думать, что все как-нибудь само решится, проблема «рассосется» сама собой, что время вылечит. Как правило, лица, начавшие употреблять наркотики, самостоятельно не могут прекратить их употребление, поэтому без медицинской и психологической помощи, помощи близких с каждым днем все больше погружаются в пучину наркомании.

КАКАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПРЕДУСМОТРЕНА ЗАКОНОМ ЗА ПРАВОНАРУШЕНИЯ В СФЕРЕ НЕЗАКОННОГО ОБОРОТА НАРКОТИКОВ?

Об ответственности за правонарушения в сфере незаконного оборота наркотиков полезно говорить для общего правового воспитания как

несовершеннолетним, не интересующимся наркотиками, так и несовершеннолетним, уже пробовавшим наркотические средства.

За правонарушения, связанные с незаконным оборотом наркотиков, предусмотрена как уголовная, так и административная ответственность.

Ст. 228 Уголовного Кодекса РФ (УК РФ) **уголовная ответственность** предусмотрена за незаконные приобретение, хранение, перевозку, изготовление, переработку без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов в значительном размере, а также незаконные приобретение, хранение, перевозку без цели сбыта растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества. В зависимости от части данной статьи, предусмотрено наказание в виде штрафа, обязательных или исправительных работ, либо лишением свободы на срок до трех лет.

Статья 228-1 УК РФ предусматривает ответственность за незаконные производство, сбыт или пересылку наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, и предусматривает наказание в виде лишения свободы на срок от одного года до 8 лет.

Статьей 151 УК РФ предусмотрена ответственность за такие антиобщественные действия, как вовлечение несовершеннолетнего в систематическое употребление спиртных напитков, одурманивающих веществ, занятие бродяжничеством, попрошайничеством.

Административная ответственность предусмотрена за незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов и незаконные приобретение, хранение, перевозку растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, если количества наркотических средств недостаточно для возбуждения уголовного дела, за подобные действия **статьей 6.8** Кодекса об административных правонарушениях (**КоАП РФ**) предусмотрен штраф в размере от 4 тысяч до 5 тысяч рублей.

Статья 6.9 КоАП РФ предусматривает ответственность за потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача в виде штрафа от 4 тысяч до 5 тысяч рублей.

Статья 6.10 ч. 1 КоАП РФ предусматривает ответственность за вовлечение несовершеннолетнего в употребление алкогольной и спиртосодержащей продукции или одурманивающих веществ (если эти действия не подпадают под действие Уголовного кодекса) в виде штрафа в размере от 1500 до 3000 рублей.

Статья 6.10 ч. 2 КоАП РФ те же действия, совершенные родителями или иными законными представителями несовершеннолетних, а также лицами, на которых возложены обязанности по обучению и воспитанию несовершеннолетних, - влекут наложение административного штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей.

Статья 20.20 ч 2 КоАП РФ предусматривает ответственность за Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо потребление иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах,

парках, в транспортном средстве общего пользования, а также в других общественных местах, ответственность за данные действия влечет наложение штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток.

Статья 20.22 КоАП РФ предусматривает ответственность за нахождение в состоянии опьянения несовершеннолетних в возрасте до 16 лет, либо потребление ими наркотических средств или психотропных веществ. Данная статья влечет наложение штрафа на законных представителей (родителей) несовершеннолетних в размере от одной тысячи пятисот до двух тысяч рублей.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ, ЕСЛИ ЕСТЬ ИНФОРМАЦИЯ О РАСПРОСТРАНЕНИИ НАРКОТИКОВ?

Если у Вас имеется информация о распространителях наркотиков, о местах их массового потребления, о местах сбора наркоманов, о притонах, где употребляют наркотические средства, целесообразно обратиться в Отдел Управления Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков.