

Профилактика наркомании и токсикомании у подростков.

Производство, хранение и употребление наркотиков уголовно наказуемо. А есть некоторые вещества, которые на официальном производстве не производятся, такие как: героин, анаша, экстази и другие. Узаконенные наркотические препараты применяются в медицинских целях и назначаются исключительно врачами, которые отвечают за каждый грамм, а то и миллиграмм наркотического вещества.

Наркомания - это болезнь, характеризующаяся неудержимым влечением (мания) к наркотикам, вызывающая тягу к повторному применению, физическую и психическую зависимость. Наркоманы, соответственно, это больные люди, которые неудержимо увлечены употреблением наркотиков.

Психическая зависимость к наркотику у наркомана можно сравнить с голодом. Если нормальный человек испытывает голод к пище, то после употребления пищи голод утоляется и человек чувствует удовольствие. Наркоман тоже испытывает дискомфорт в отсутствии наркотика, и получает удовольствие после принятия этого вещества.

Физическая зависимость к наркотику у наркомана - это невозможность организма нормально функционировать без наркотика. Точно также как организм не может обходиться без витаминов, участвующих в обмене веществ организма, например, без витамина «С» выпадают зубы, волосы. Без витамина «А» нарушается зрение, останавливается рост. Также организм наркомана при физической зависимости от наркотиков не может правильно работать: нарушается работа сердца, вплоть до остановки, останавливается дыхание, из-за нарушения мозговой активности появляется тяжелейшая депрессия, часто заканчивающаяся самоубийством.

Как же действует на человека наркотическое вещество?

Наш организм устроен таким образом, что наш мозг сам может вырабатывать наркотическое вещество. Как это происходит? Мы ставим какую-то цель, прорабатываем план ее достижения, преодолеваем препятствия, в это время думаем, догоняем, обгоняем. И, наконец, достигаем нашу цель, получая при этом огромное удовольствие. Факт получения удовольствия и означает, что в этот момент наш мозг выделил небольшое количество наркотика (безопасное для нашего организма). Выделяется, например, такое вещество как эндорфин или естественный гормон удовольствия. То есть природой награда за трудности предусмотрена в виде получения удовлетворения от успеха; и все мы знаем, чем выше цель, тем приятнее нам становится, когда мы ее достигаем.

В свою очередь любой наркотик, содержащий похожие по действию на центр удовольствия вещества, позволяет наркоману достичь удовольствия бесплатно. Ему не надо ставить долговременные цели, пыхтеть, упираться, делать ошибки, исправлять их. Таким образом, наркотик, введенный извне, нарушает цепочку действий, ориентированных на достижение цели. Предусмотренная природой награда за трудности наркоману уже не нужна. Наркоману становится не интересен сам процесс жизни, попросту пропадают все стимулы жизни, кроме одного стимула - получить новую дозу наркотика, гарантирующего получение бесплатного удовольствия.

Вы должны знать, что ничего бесплатного в мире нет! И наркоман, все равно расплачивается за взятое в кредит удовольствие. Наркоман превращается в большое голодное животное, которое постоянно добывает себе пищу - наркотик. Это своего рода кара за бесплатный кайф, выражающаяся в отключении от реального мира и невозможности просто существовать без наркотиков.

Что же может противостоять наркомании, токсикомании и алкоголизму?

Это дружба! Если тебе сегодня хорошо, у тебя прекрасное настроение, посмотри вокруг, поищи своих друзей. Может быть, кто-то из них не совсем хорошо себя чувствует? Поговори с ним просто так, на отвлеченную тему, в некоторые моменты достаточно отвлечь человека и он примет нужное расположение духа. Ведь самое тяжелое, это остаться одному со своими проблемами. В это время кажется, что твоя проблема самая проблемная; уход в себя - самая частая причина запивания, занюхивания, закуривания. Каждый должен знать, особенно подростки, что они могут обратиться в трудную минуту к своим преподавателям, к родителям или заменяющим их людям. **В мире еще не было и нет человека, кто бы решил свою проблему путем употребления наркотиков, токсических веществ или алкоголя!**

Как нужно отказываться, если тебе предлагают понюхать, покурить, выпить или того хуже уколаться.

Во-первых, нужно помнить, что наркоманов, алкоголиков и токсикоманов очень плохая смысловая память. Поэтому нужно спокойно коротко ответить ему: «нет». Можно использовать ничего не значащие фразы, типа: «мне нужно в туалет», «меня ждет мама», **«я иду в магазин»** или другие. А наркоман, алкоголик или токсикоман тут же забудет эту ситуацию.

Во-вторых, не надо у таких людей вызывать своим ответом какие-то эмоции. Например, не надо его учить, обзывать, то есть стремиться вести себя с ним так, чтобы не вызвать у него эмоцию, связанную с вами. Так как эмоции, особенно **злость, ненависть, обиду** они смогут запомнить, потому что память у них больше эмоциональная.

- Если Вы хотите правильно развиваться и физически, и психически, то Вы должны подумать об этом сейчас...
- Если Вы хотите воспитать здоровых детей, помните что наркоманы, алкоголики не могут воспитать здоровое поколение...
- Если Вы хотите увидеть внуков, а это признак долголетия, то Вы должны знать что алкоголики, наркоманы и токсикоманы не живут долго...

На государственном уровне вышел закон, налагающий ограничения при поступлении на работу и на учебу по тем видам профессий, которые предусматривают работу на высоте выше 2 этажа, вождение любого вида транспорта, работу с точной аппаратурой, с электронагревательными приборами, управление персоналом, обучение людей. То есть люди, употребляющие спиртные напитки, наркотики или токсические вещества смогут работать лишь грузчиками или дворниками. С этим законом нельзя не согласиться. Ведь никто не хотел бы **ехать в автобусе, управляемым наркоманом, выполнять указания начальника-алкоголика, жить в доме, построенном токсикоманом**