

МБУК «Гагаринская МЦБС»

# ЦЕНА ЗАВИСИМОСТИ — ЖИЗНЬ



г. Гагарин  
2018г.

## ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ

В Молодежной среде подразумевает работу в двух направлениях: 1) улучшение информированности подростков о факторах риска, создаваемых наркоманией для здоровья и для личности в целом и 2) содействие в становлении здорового образа жизни. Учитывая особенности подросткового возраста, когда информация, исходящая от взрослых — педагогов, родителей — не столь значима, важна негативная установка в отношении наркотиков, высказанная самими детьми.

Объявив конкурс сочинений на тему: «Что я рассказал бы другу, чтобы предостеречь его от наркотиков», мы учитывали, что воздействие на молодежь происходит с двух сторон.

Во-первых, подросток, собирая информацию о последствиях употребления наркотиков (либо из периодической печати, либо из личного опыта) и подбирая соответствующие аргументы и факты, убеждает, в первую очередь, себя самого. Тем самым вырабатывается негативная установка по отношению к наркотикам, формируется собственная оценка данной проблемы. Кроме того, пропуская через свое сознание, через свое сердце судьбу близких и друзей, авторы сочинений проникаются сочувствием к наркоману как страдающему человеку, но осуждают (владея фактами) наркоманию как социальное явление.

Во-вторых, информация, заключенная в сочинениях, воздействует не только на самого автора, но и на читателей-сверстников. Лучшие сочинения должны быть обязательно использованы в дальнейшем. Желательно, чтобы на классном часе, тематической встрече автор сам мог бы прочитать свое сочинение в своем классе, параллельных или младших классах. Если в школе

имеется театральный кружок (студия), то сочинения можно представить в виде литературного монтажа. Вы можете найти для себя и другие формы подачи материала. Главное, что всем нам следует помнить при подготовке мероприятий антинаркотической направленности для молодежи, — это то, что, информация, обращенная к подростку, лучше воспринимается и принимается к сведению, если она исходит от другого подростка.

Почему это опасно? Употребление наркотиков носит характер моды. Какая-то неведомая сила тянет человека следовать моде — и в одежде, и в поведении, и в идеологических симпатиях. Молодым свойственно преобладание физиологических потребностей над эмоционально-волевым контролем собственного поведения — и это одна из причин наркомании. Увлечение наркотиками связано также с социальными условиями. наркоманом становится человек, не обретший себя в личной жизни, обделенный вниманием, сочувствием, дружбой, лаской, пониманием, любовью. Человек, плохо управляющий своими эмоциями, готовый под влиянием неожиданности или разочарования впасть в отчаяние, панику, тоску. Человек, умственно, а главное, духовно, культурно, эмоционально недостаточно развитый, не нашедший своего призвания, своего дела. Человек, с детства живущий лишь для удовлетворения своих сугубо эгоцентрических желаний, не умеющий делать верный выбор даже в мелочах, постоянно зависящий от окружающих, а отсюда — постоянно кому-то подражающий. Человек со слабой волей, неспособный отказаться от сигареты, выпивки и от укола. Лечить наркомана очень трудно. Нелегко проводить и профилактику наркомании, тем более в наше сложное время. Это дело не одного и не нескольких человек, а всего человечества.



Наркомания — это пустые глаза, оживляющиеся только при виде шприца или таблетки! Это — атрофированные, глухонемые, бесчувственные и безнравственные души, единственным смыслом существования которых является поиск ядовитого зелья! Это — тела, корчащиеся в судорогах «ломки», — ужасающе мучительного состояния наркотического голода! Это тяжелые поражения мозга, и печени, и сердца, и всех внутренних органов! Это — инфекционные и венерические болезни! Это — СПИД — самое опасное из всех заболеваний, так как оно обезоруживает организм перед всеми другими болезнями, перед раком! Это — тяжкие преступления во имя минутного облегчения, порожденного наркотической зависимостью! Это — одна из самых частых причин самоубийств! Это — бандиты, контрабандисты, убийцы; это — мафии, подчинившие себе целые страны в Латинской Америке и Азии! Это — золото, оплаченное убитыми душами живых и кровью мертвых! Это — дети, еще не родившиеся, но уже искалеченные в утробе матери и обреченные на неизбывные муки после рождения! Это — горе миллионов отцов и матерей, жен и мужей; это — разрушенные семьи, невостребованные таланты, преданные чувства, сломанные судьбы! И все это — страшная плата за краткий миг искусственной, химической радости! Радости ложной, фальшивой, не имеющей ничего общего с подлинными человеческими радостями!

# ПОДРОСТКУ О НАРКОТИКАХ



Дорогие ребята! Нам угрожает беда. Эта беда — наркомания. Еще недавно вести о ней доходили до нас только из чужих стран. Теперь она пришла к нам и распространяется по законам эпидемии: один наркоман заражает за год пятерых. Наркомания — болезненное непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, вызывающим нарушение психики, галлюцинации, бред. Различия между наркоманией и токсикоманией с медицинской точки зрения нет: тяжелейшие расстройства психики, разрушение всех органов и систем человеческого организма, преждевременная смерть — вот последствия для здоровья в том и в другом случаях. Чаще всего употребление наркотических препаратов начинается в молодом возрасте, нередко к наркотикам и токсическим веществам приобщаются 10—12-летние дети. Основным мотивом, толкающим молодежь к наркотическому дурману, является любопытство и подражание, а иногда к употреблению наркотиков приучают и принуждают более опытные товарищи, которые затягивают новичков в свои сети, «угощая» дорогостоящим зельем.

Среди молодежи нередко существует расхожее представление: если принять для пробы наркотик всего только один раз, в этом еще нет ничего ужасного. Однако это опасное заблуждение. Желание повторить испытанные ощущения одурманивания приводят к рабской зависимости от наркотика. Постепенно все имевшиеся ранее у подростка интересы и увлечения пропадают. Появляются слабость,



бессонница, потеря аппетита, исхудание.

Облик человека, постоянно принимающего наркотическое зелье, далек от привлекательности: гнилые зубы, преждевременное облысение, желтушно-серая кожа, лицо с ранними морщинами — типичный портрет наркомана. Прием наркотика обязательно приводит к изменению психики человека, что проявляется в грубости, равнодушии к окружающим, жестокости, трудности в общении. Поведение наркомана настолько зависит от этого ощущения сиюминутного удовольствия, что заставить его осмыслить грозящую опасность невозможно. Через определенное время наступает такой момент, когда наркотики нужны ему вовсе не для веселого настроения, а для поддержания относительно нормального самочувствия. Жизнь без них становится невозможной. Очень часто молодые люди сами готовят одурманивающие и наркотические вещества (кустарным способом) и вводят их всем членам «семьи» — так они называют свои группы. Нравы такой семьи бесчело-

вечны и жестоки! Тот из скатившихся вниз, кто воровать не может, становится подопытным «кроликом», на нем испытывают неизвестный препарат, не зная, каким будет его действие. Он принимает первым — либо погибает, либо выживает. Это страшно, но все же даром. Ведь несчастные больные люди, привыкшие к наркотикам, готовы отдать любые деньги за одну дозу. Мучительная зависимость от наркотика толкает человека на все — обман, воровство и даже убийство, лишь бы добыть наркотик.

Среди наркоманов часто встречаются случаи одного из серьезнейших заболеваний нашего времени — СПИДа (синдрома приобретенного иммунодефицита), не поддающегося никакому лечению. Наркоманы губят не только себя и своих близких, но и будущее потомство, так как их дети рождаются с глубокими психическими и физическими уродствами. Те, кто употребляют наркотики, чаще всего умирают молодыми. Врачи редко сталкиваются с наркоманами-стариками, так как даже до среднего возраста эти люди не доживают. Связано это не только с истощением организма, который не в состоянии выдержать изнурительного взбадривания стимуляторами, но и с частыми попытками самоубийства, с передозировкой наркотика, с заражением крови грязным шприцем, с развитием целого ряда сопутствующих заболеваний. Юноши и девушки, помните! Сам факт одноразового приема наркотика или вдыхания летучих токсических веществ может стать причиной вашей гибели. Даже однократный прием наркотиков формирует тяжелейшее заболевание и увеличивает риск заражения неизлечимой болезнью (СПИДом). Никогда не пробуйте наркотические вещества. За минуты в дурмане — страшные последствия.

## НАРКОТИКИ: КАК СКАЗАТЬ «НЕТ»

В последние годы в школах страны наблюдается резкий рост потребления различных наркотических веществ, включая самые опаснейшие, такие, как героин. В связи с этим чрезвычайно актуальной стала антинаркотическая пропаганда. Ведя доверительную беседу с молодежью о всех негативных последствиях употребления наркотиков, важно одновременно рассказывать и о приемах вовлечения наркоторговцами подростков. Во всем мире отмечается парадоксальный факт: несмотря на все усилия в борьбе с наркотиками, осведомленность молодежи об истинных последствиях их употребления снижается. Все большее число молодых людей считают, что использование определенных видов наркотиков не приносит особого вреда. Так, в США, где на борьбу с наркотиками затрачиваются огромные средства, за последние года, употребление марихуаны среди старшеклассников выросло на 38%, в то время как число тех, кто считает названный наркотик приносящим вред, уменьшилось на 22%. Возникшая ситуация связана, с одной стороны, с умелым использованием распространителями наркотиков неосведомленности подростков, а с другой — с активным внедрением в сознание молодежи ряда мифов о наркотиках. Любая пропаганда против наркотиков обязательно должна включать разоблачение подобных мифов.

Миф первый. *Попробуй - пробуют все. Это неправда:*

обследования показывают, что, например, в США меньше чем один из пяти старшеклассников употребляет марихуану. Конечно, и эти цифры вызывают большую тревогу, но ведь более 80% юношей не удалось склонить к употреблению наркотиков. Они уже никогда не будут жертвами наркомании! Чаще всех жертвами ложной аргументации становятся подростки невысоких психологических устоев: конфликтные, склонные к мелкому воровству, лживости, подверженные вспышкам гнева, агрессивности. Такие личности неспособны к целенаправленной деятельности, плохо успевают, отстают в психофизиологическом развитии. Они же впоследствии становятся распространителями наркотиков, что неизбежно, поскольку только таким путем они могут обеспечить себя деньгами на наркотики.

Миф второй. *Попробуй — вредных последствий не будет.* Это ложь. Прежде всего пристрастие к некоторым наркотикам может возникнуть и после одного - двух приемов. Кроме того, существуют индивидуальные различия в чувствительности организма, даже возможна гибель при первой же инъекции. Большой разброс индивидуальной чувствительности характерен, например, для кокаина и его производных ("крэк"), что иногда приводит к летальным исходам из-за сердечной недостаточности. В условиях подпольного кустарного производства наркотиков невозможно избавиться от вредных примесей и точно дозировать вещество. В клинической практике описано множество случаев тяжелых отравлений, вызываемых токсическими примесями в кустарно изготовленных наркотиках.

Миф третий. *Попробуй - если не понравится, прекратишь прием.* Про физическую зависимость

("ломку") школьники кое-что слышали. Однако они убеждены, что ее можно преодолеть, например, с помощью врачей. Дескать, особых проблем не будет, поскольку человек, обладающий определенной волей (а ты, конечно, волевой!), в состоянии немедленно и бесповоротно бросить принимать наркотики. При этом обычно находится свидетель, который знаком с тем, кто после периода серьезного злоупотребления, проявив волю, прошел через "ломку" и теперь вот уже месяц (два, три) наркотики не употребляет — никаких последствий. Нередко подобная пропаганда достигает цели, поскольку, несмотря на кажущуюся осведомленность, подростки все-таки не обладают элементарными знаниями о природе и характере тяжелейшего заболевания — наркомании. Вот почему необходимо разъяснять, что, во-первых, при употреблении любого вида наркотика, и "легкого", и "тяжелого", прежде всего страдает воля. Это заметно уже тогда, когда другие изменения личности еще не проявляются. Происходит то, что наркологи называют "энергетическим снижением": ослабевают именно волевые качества личности, снижается или теряется целеустремленность, т.е. человек становится неспособен к продуктивной деятельности, часто прекращает учиться, бросает работу.



Во-вторых, ремиссия (особенно при употреблении таких наркотиков, как героин) непродолжительна. Через определенный период (до нескольких месяцев) больной вновь оказывается охваченным неудержимым стремлением к приему наркотика, и вновь повторяется цикл заболевания с более тяжелыми последствиями. Ремиссия продолжительностью до года отмечается только у очень небольшого числа больных (около 10%), причем у людей зрелого возраста. Значение здесь имеет наличие семьи и сохранение определенного социального положения. Понятно, что подростки в эту категорию не попадают.

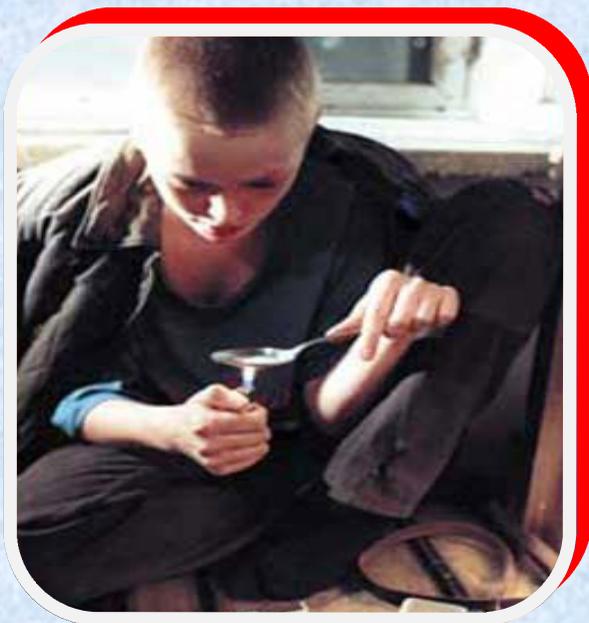
Учащиеся должны знать, что в настоящее время медицина не в состоянии оказать эффективную помощь наркоманам. В ее арсенале нет реальных средств подавления психической зависимости. Дело в том, что мозг "помнит" все. Это, в частности, иллюстрируется псевоабстинентным синдромом, когда у наркомана после периода довольно длительного воздержания (8-10 мес.) могут снова появиться симптомы даже "ломки".

Миф четвертый. О существовании "безвредных" наркотиков. Безвредных легких наркотиков не существует. Не все наркотики вызывают физическую зависимость, но все они, даже при незначительном употреблении пагубно влияют на личность. Уместно напомнить, что психическая зависимость часто развивается даже в случае употребления таких "легких" наркотиков, как марихуана. В США более 100 000 человек ежегодно обращаются в клиники, пытаясь излечиться от наркотической зависимости — от марихуаны. Употребление марихуаны часто сопровождается ослаблением волевых качеств личности,

потерей мотиваций: утрачивается интерес к тому, что происходит в жизни, пропадает желание работать, учиться, человека не волнует, как он выглядит. Распространенный симптом употребления марихуаны — нарушение краткосрочной памяти, внимания, что связано с гибелью нервных клеток в определенных областях мозга. Курение марихуаны ослабляет иммунную систему, и человек становится более восприимчив к инфекциям. Наконец, выявлено, что практически все наркоманы, прибегающие к самым "тяжелым" наркотикам, начинали, пробуя именно марихуану. Подростки должны знать, что тот "добрый" приятель или знакомый, который будет убеждать попробовать "травку" просто из любопытства, дескать, если не понравится, всегда можно бросить, как правило, преследует самые корыстные цели, жестоко используя неопытного юношу. Школьнику нужно помнить, что никто из погибающих наркоманов не собирался продолжать прием наркотиков, все хотели лишь попробовать, удовлетворить любопытство. Конец, как правило, трагичен: загублена человеческая судьба, сама жизнь!



# НАРКОТИКИ И ЗДОРОВЬЕ



Наркотики приносят вред прежде всего здоровью наркомана. Наркомания ведет к крайнему истощению организма, значительной потере массы тела и упадку физических сил. Отравление организма становится причиной отравления внутренних органов, особенно печени и почек. Большинство самых опасных болезней передается через кровь. Самая распространенная болезнь среди наркоманов – гепатит. Почти все наркоманы колются в группах или сообществах по 4-8 человек. Они вместе покупают наркотики и зарабатывают на них деньги, колются разными шприцами, но из общей дозы, или все одним шприцем. Очевидно, что вероятность не заразиться

болезнью соседа практически равна нулю. Кроме того, если наркоман употребляет опий, то он, как правило, покупает уже готовый раствор у продавца, который набирает каждую дозу из общего котла, шприцами «клиента».

Здесь можно заразиться всем, чем угодно, включая СПИД.

Однако болезнь можно получить, даже если наркоман колется или нюхает один. Это связано с героином и кокаином: дельцы, получая товар, как правило, подмешивают в него стиральный порошок или сахарную пудру (в этом случае после двухмесячного употребления такого товара, наркоману гарантирован сахарный диабет). Вообще чистого товара не бывает: всегда есть доля примесей, и это опасно для наркомана, ведь если он покупал товар у одного продавца, и вдруг купил у другого и у него наркотик более очищенный, то есть вероятность передозировки, которая может привести к летальному исходу. К примеру, из 1500 зарегистрированных наркоманов больше 1000 скончались как раз от передозировки. Кора головного мозга отмирает через 7 минут. Конечно не вся кора отмирает сразу, это медленный процесс, поэтому многие остаются жить. Но те, кто выживают, уже неполноценные люди. Есть такие, которые уже не могут двигаться, реагировать, мыслить. Их мозг может управлять только физиологическими процессами: они будут есть, если их накормят, они не умеют пользоваться предметами, не умеют говорить и существуют они, как «овощ».

Пищу таким вводят через трубки, нередко и дышат они тоже с помощью аппарата. Убить их никто не в праве, а сами они это сделать не могут, и такое существование может длиться годами...

В фазе порока у наркомана пропадают не только социальные рефлексy, но и инстинкт самосохранения и моральная восприимчивость. Появляется полное безразличие к другим людям и окружению, умственное отупение и снижение интеллекта. Человек становится примитивно эгоистичен. Единственный стимул деятельности, к сожалению, все менее координируемой – стремление к одурманиванию и страх перед «ломкой» (ломкой называется физическое состояние организма человека, когда особые железы мозга не вырабатывают морфин, подавляющий болевые ощущения в суставах и тканях. Как только человек начинает вводить морфины в организм искусственным путем, железы перестают работать, так как организм и без этого получает морфин). Отсутствие наркотика ведет к раздражительности и нервозности, появляется сильное беспокойство, и нередко мысли о самоубийстве. Человек уже не в состоянии чем либо заниматься. Наркоман теряет остатки человеческого достоинства и как безвольная кукла, соглашается на любое унижение, на любую мерзость, чтобы добыть очередную дозу. В результате длительного употребления наркотика наркоман теряет некоторые высшие чувства и нравственную сдержанность. Появляются наглость и нечестность, угасают жизненные цели, интересы и надежды и даже некоторые естественные влечения.

**СКАЖИ  
НАРКОТИКАМ**

**НЕТ!**

# ПРЕСТУПНОСТЬ И НАРКОТИКИ

Наркотизм негативное социальное явление, представляет собой совокупность антиобщественных деяний (лиц, их совершивших), обусловленных болезненной зависимостью человеческого организма от постоянного приема наркотических средств. Широкое распространение этой социальной болезни во всем мире стимулируется тем, что наркобизнес является наиболее прибыльным бизнесом, приносящим большие доходы наркодельцам. Обществу противостоят обладающие значительными средствами международные криминальные сообщества, хорошо законспирированные, с четко определенной иерархией, распределением сфер влияния и функций. Количество преступлений в сфере незаконного оборота наркотиков выросло в России в 14,2 раза. Специалисты утверждают, что реальное положение дел в сфере незаконного оборота наркотиков находится в более угрожающем состоянии, чем оно отражается в официальной статистике. Сама "природа" подобных преступлений, предполагающая наличие целой цепочки действий и участников (производитель – оптовый покупатель – сбытчик – потребитель), обуславливает появление и функционирование организованных преступных сообществ. Взаимосвязь наркомании с преступностью наиболее отчетливо проявляется при анализе структурного состава контингента лиц, совершивших преступление в состоянии наркотического опьянения. Данные уголовной статистики отражают реальное их состояние лишь в тех пределах, в которых проявляется активность в борьбе с ними правоохранитель-

ных органов. В ходе расследования, по результатам которого и формируется статистическая отчетность, обвиняемые тщательно скрывают факт употребления перед совершением преступления наркотиков. С введением в действие нового Уголовного кодекса РФ совершение преступления в состоянии опьянения стало обстоятельством, нейтральным для определения меры ответственности и наказания виновного лица (ст.23 УК), что в некоторой степени ослабило внимание к этому обстоятельству следственных органов.

Важно отметить, что по статистике редки случаи выявления фактов вовлечения несовершеннолетних в употребление одурманивающих веществ (ст. 151 УК).

Однако в реальности несовершеннолетних, употребляющих наркотики все больше и больше. Также в уголовном делопроизводстве редки случаи выявления фактов организации либо содержания притонов для потребления наркотических средств (ст.232 УК), в то время как допрашиваемые наркоманы признаются, что употребляли наркотики в притонах. Распространению незаконного оборота наркотиков в России способствует как ее геополитическое положение: "прозрачность" государственных границ благоприятствует маятниковой миграции распространителей наркотиков, созданию каналов поступления наркотических средств в страну из-за рубежа. Заболеваемость и распространенность наркологической патологии среди населения имеют отчетливые региональные различия: наиболее высоки они в территориях, сопредельных со странами, являющимися производителями наркотиков, а также там, где проходят основные пути их

проникновения в Россию. К таким территориям относятся регионы Южной и Западной Сибири (Тюменская, Томская, Кемеровская, Курганская области, Алтайский край), Восточной Сибири (Иркутская область), Дальнего Востока (Хабаровский край), Северного Кавказа (Краснодарский край), а также наиболее крупные города и порты (Москва, Санкт-Петербург, Калининград).

Нередко говорят, что наркоманы - это сплошь неграмотные, забытые, малообеспеченные люди. Они де становятся наркоманами «с горя». Принимают наркотики, токсикоманические средства и пьют не только «с горя», но и «с радости». Больше половины опрошенных наркоманов выросли во вполне благополучных семьях. Среди наркоманов много работников искусства, медицины, артистов, лиц с высшим образованием.

Часто наркоманами становятся по неведению. Молодым хочется «попробовать дурь». К сожалению, такой первый шаг, как правило, и становится раковым. Нет ни одного наркомана, который не мечтал бы об исцелении.



# РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Арустамова, Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учебных заведений/Э.А. Арустамова.-М.: Издательско-торговая корпорация Дашков и К, 2009.-452с.
2. Гузиков, Б.М., Мейроян, А.А. Что губит нас: О проблемах алкоголизма, наркомании и табакокурении/Б.М. Гузиков, А.А. Мейроян -Л.: Лениздат, 1990.-208с.
3. Дмитриева, Н.Ю. Как бросить курить/Н.Ю.Дмитриева-М.: ЗАО ОЛМА Медиа Групп, 2011.- 224с.
4. Захаров, Ю.А. Наркотики: от отчаяния—к надежде/ Ю.А. Захаров—М.: ООО Школьная Пресса, 1999.-192с.
5. Исмуков, Н.Н. Без наркотиков:Программа предупреждения и преодоления наркотической и алкогольной зависимости./Н.Н. Исмуков.-Ростов н/Д: Феникс,2004.-320с.
6. Лаптев, А.П., Горбунов, В.В. Коварные разрушители здоровья/А.П. Лаптев, В.В. Горбунов– М.: Советский спорт, 1990.-45с.
7. Сапронов, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для студентов/ Ю.Г. Сапронов, А.Б. Сыса, В.В. Шахбазян.-М.: Академия, 2002.-320с.

**НАРКОТИКИ –  
ПОЖИЗНЕННАЯ ЛОМКА**



**НЕ ЛОМАЙ  
СЕБЕ ЖИЗНЬ!**

*ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР МОЛОДЕЖИ  
Составитель: Гатауллина А.*

Эл. адрес: [biblio-gagarin@mail.ru](mailto:biblio-gagarin@mail.ru)  
Адрес сайта: <http://gagarin.library67.ru/>  
Тел. 3-14-90