**Приложение 1**

***Что нужно знать родителям о наркотических веществах, наркомании ее последствиях.***

Проблема употребления ПАВ (психоактивных веществ) волнует как родителей, так и специалистов, работающих в образовательных учреждениях.

Что же относится к психоактивным веществам? Это никотин, алкоголь, наркотические вещества и даже кофе и чай. Все они в той или иной мере изменяют психическое и физиологическое состояние человека. Некоторые ПАВ используются в медицине для лечения больных. В спорте ПАВ ассоциируются с понятием «допинг». В обыденной жизни мы часто употребляем кофе или чай, когда хотим или «взбодриться» или «успокоиться». Отношение к ПАВ в разных странах и в различных слоях населения одной страны разное. Табак и алкоголь, например, являются психоактивными веществами, которые широко распространены и открыто употребляются в обществе, хотя каждый знает о вреде табака для здоровья, а злоупотребление алкоголем рассматривается как социальное отклонение. Некоторые ПАВ (в том числе наркотики) могут употребляться только по назначению врача. Для немедицинского использования они являются запрещенными. Важно помнить, что психоактивное вещество кофеин содержится в чае и кофе, а также в шоколаде. В алкогольных напитках содержится другое ПАВ – этанол. К психоактивным веществам относятся снотворные лекарства и некоторые препараты для похудения (а именно метамфетамин, входящий в их состав).

В целом сами по себе ПАВ не являются ни хорошими, ни плохими. Важно кто, как и c какой целью их используют.

Однако употребление никотина или алкоголя детьми – это проблема, с которой сталкиваются родители и педагоги учащихся уже в начальной школе. В средней школе появляется проблема знакомства некоторых школьников с наркотическими веществами.

**Что такое наркотик?** Существуют несколько аспектов этого понятия.

1. Медицинский смысл слова «наркотик» (средство для наркоза) не совпадает с общеупотребительным (средство для получения удовольствия), однако оказывать специфическое действие на ЦНС (центральную нервную систему), является причиной его не медицинского употребления.
2. Социальный критерий – немедицинское, имеющие большие масштабы, употребление вещества впоследствии приобретающего социальную значимость.
3. Юридический критерий – вещество в установленном законом «О наркотических средствах и психотропных веществах» порядке признано наркотическим и включено Минздравом России в список наркотических веществ. Существуют 4 списка. Список №1 – самый строгий.

К наркотикам те или иные вещества относят по следующим признакам:

* способность вызывать эйфорию;
* способность вызывать зависимость (психическую или физическую);
* существенный вред, наносимый психическому или физическому здоровью;
* опасность широкого распространения этих веществ среди населения;
* потребление указанного вещества не должно быть традицинным в данной культурной среде (иначе к наркотикам должны быть отнесены табак и алкоголь).

Различаются несколько видов наркотиков по природе их происхождения и действию на организм:

1. Препараты конопли (марихуана, анаша).
2. Опиатные наркотики (метадон, кодеин, морфин, опиум, героин).
3. Психостимуляторы или возбуждающие препараты (эфедрин, метамфетамин, кокаин, экстази, «крэк»).
4. Галлюциногены (грибы псилоцибум, ЛСД, кетамин).
5. Снотворно-седативнве пркпараты (фенобарбитал, тазепам, феназепам, радедорм).
6. Летучие наркотически действующие вещества – ЛНДВ (клей, бензин, ацетон и др.).

Наркомания - не болезнь в обычном смысле этого слова, но это и не просто порок из числа тех, что присущи здоровым людям. Наркоманию называют "комплексным социо-психо-физиологическим расстройством". Наркомания - тотальное (то есть затрагивающее все стороны внутреннего мира, отношений с другими людьми и способов существования) поражение личности, которое в большинстве случаев сопровождается осложнениями со стороны физического здоровья, разрушает свое тело.

Еще одна особенность наркомании состоит в том, что она, как патологическое состояние, в значительной степени необратима, и негативные изменения, которые произошли в психике человека в результате злоупотребления наркотиками, остаются навсегда. Наркомания похожа на увечье. Раны в памяти заживают гораздо труднее, чем на коже. Действие наркотиков навсегда «отпечатывается» не только в психике, но и в теле. Врачи стараются не говорить о «выздоровевших наркоманах», а предпочитают термин «неактивные наркоманы» (т.е. не употребляющие наркотики в данный момент).

Коварство наркомании заключается в том, что наркоманы и окружающие слишком поздно понимают, что речь идет уже не о «баловстве», а о зависимости от наркотиков. Иногда пристрастие развивается через полгода и даже год, чаще через 2-3 месяца, но нередко человек становится зависимым после первой же инъекции героина или «черного раствора». Что будет в конкретном случае с тем или другим человеком, неизвестно, поэтому никто не должен говорить себе: «Я могу просто попробовать тот или иной наркотик, а потом перестану, и ничего страшного не случится». Очень часто подростки впервые пробуют наркотик из **любопытства** или из **«солидарности»** в компании друзей.

Те же, кто употребляет наркотики сознательно, обычно ожидают двух эффектов:

1. получить возможность расслабиться, отвлечься от повседневных, иногда очень непростых проблем или от трагических событий;
2. испытать новые, неизвестные ощущения; стимулировать воображение и творческие способности.

В результате регулярного употребления наркотиков прежде активная, интересующаяся миром, живая личность уплощается, теряет энергию. Творческие интересы заменяются заботами как достать вожделенную дозу «кайфа».

Здесь уместно будет остановится на механизмах развития наркомании.

***В чем состоит опасность наркоманий?***

Необходимость максимально раннего выявления и активной профилактики наркоманий, особенно среди молодежи обуславливают следующие моменты:

1. Высокая смертность среди больных наркоманиями и токсикомониями – в связи с передозировкой препаратов, несчастными случаями в состоянии наркотического опьянения, различными заболеваниями, являющиеся результатом хронической наркотизации, частыми самоубийствами, которые совершают наркоманы в состоянии абстиненции или тяжелой депрессии. 90% выявленных ВИЧ-инфецированных –потребители наркотиков. Заражение происходит через грязные шприцы, иглы и т.д.
2. В короткие сроки быстро развиваются поражения внутренних органов и нервной системы, психические расстройства в виде острых и хронических психозов, значительные изменения личности вплоть до её распада со слабоумием, неспособность к любой работе.
3. Криминогенное поведение наркоманов, обусловленное изменением их личности и представляющее значительную социальную опасность. Наркоманы совершают преступления, как с целью приобретения наркотиков, так и в связи с тяжелыми расстройствами психической деятельности.
4. «Контагиозность» наркоманий – их «заразительность», способность распространяться подобно эпидемии и поражать достаточно широкие слои населения, прежде всего – молодежь.

**Факторы, влияющие на формирование зависимости от наркотиков.**

1. *Наследственные* (на генетическом уровне) различия в восприятии наркотиков.

Специфической патологии у детей наркоманов не обнаружено, но установлен низкий уровень физического и психического развития, нервные и психические заболевания. У новорожденных матерей наркоманок, употребляющих наркотики во время беременности, спустя несколько часов после родов появляются признаки абстиненции (беспокойство, судороги, рвота, зевота, понос, затруднение дыхания). Смерть наступает через 2-3 суток, если не начато интенсивное лечение или не введен привычный наркотик.

1. *Пол.* Одна и та же доза наркотика будет больше влиять на женщину, чем на мужчину.
2. *Возраст.* Токсическое воздействие вредных веществ на организм подростка в несколько раз сильнее, чем на организм взрослого человека. У подростка – интенсивный обмен веществ, большая скорость кровотока, большой просвет сосудов и относительно большая масса крови. Токсические вещества по этим причинам быстрее всасываются в кровь, быстрее разносятся по организму и поражают на клеточном уровне все органы и системы.

Кроме того, ткани организма подростка богаче водой, чем ткани взрослого человека, а это усиливает повреждающее действие токсических веществ, т.к. они обладают неограниченной способностью к растворению в воде, жадно поглощая воду, отбирая ее у организма (жажда, сухость губ, кожных покровов при злоупотреблении препаратами анаши). Образно говорят о ***состоянии мозга*** **(1 мишень)** у таких наркоманов: «мозг сохнет».

В подростковом возрасте, когда мозговая ткань находится на стадии структурного и функционального совершенствования, наркотические вещества оказывают крайне опасное действие даже при однократном приеме, нарушают нормальный процесс развития психики. Задерживается развитие высших форм мышления, утрачиваются уже развившиеся способности. Подросток, что называется "тупеет" и интеллектуально, и нравственно, и эмоционально.

На функции мозга сказывается и токсическое ***изменение в крови* (2-я мишень)*.*** Падает активность лейкоцитов, выполняющих защитную функцию в организме. Замедляется движение эритроцитов, несущих кислород к клеткам, наступает их физическая и химическая блокада, нарушается поступление кислорода, столь необходимого для жизни каждой клетки. При постоянном поступлении токсинов в клетки мозга и постоянном недостатке кислорода мозг утрачивает свои основные функции.

**Третьей мишенью** для токсических веществ является ***печень.*** Именно в ней происходит расщепление всех веществ под влиянием ферментов. Если скорость поступления токсических веществ больше, скорости их расщепления, то они накапливаются в клетках печени, что приводит к гибели печеночной ткани. Происходит жировое перерождение печени с последующим переходом в цирроз. Токсические вещества нарушают деятельность желудка, что ведет к плохой усвояемости пищи, а это неблагоприятно сказывается на росте и развитии подростка.

Страдают при употреблении токсических веществ и ***легкие*** т.к. через них удаляются из организма 10% токсинов, а при курении анаши происходит вдыхание дыма.

1. *Психологические особенности личности и ее окр*ужение. В основном это такие особенности личности человека, как нервозность, эмоциональная незрелость, отсутствие контроля за своим поведением, неумение удовлетворять свои потребности, ложная система ценностей. Этот набор качеств очень часто присущ подросткам. Неудовлетворенность собой, неудачи в школе, отсутствие понимания в семье или поиски новых ощущений приводит подростка к первой пробе наркотика и очень быстро становится его рабом.

Большое значение имеет влияние группы, где употребляются наркотики. Попадая туда, подросток находит признание, поддержку и ощущение собственной значимости, что облегчает и ускоряет его приобщение к употреблению наркотических веществ.

***Первые симптомы употребления наркотиков.***

1. Нарастающая скрытость подростка (возможно без ухудшения отношений с родителями). Часто она сопровождается учащением и увеличением времени «гуляний», подросток уходит из дома, в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками.
2. Возможно, он слишком поздно ложится и все дольше залеживается в постели с утра.
3. Падает интерес к учебе или к привычным увлечениям и хобби, может быть, родители узнают о прогулах в школьных занятиях.
4. Снижается успеваемость.
5. Увеличиваются финансовые запросы. Если начинают пропадать деньги из родительских кошельков или ценные вещи из дома – это очень тревожный признак!
6. Появляются новые подозрительные друзья.
7. Настроение подростка – это очень важный признак – меняется по непонятным причинам, очень быстро и часто не соответствует ситуации: добродушие и вялость в скандале, раздражительность в спокойной ситуации.

Наконец, вы можете заметить следы инъекций по ходу вен на руках или шприц, какую-нибудь сушеную траву, непонятный порошок, разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности картинками или марки, которые не очень похожи на почтовые. Не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это «для уроков химии (или биологии) в школе», что «это принадлежит другу». Спрашивайте «в лоб» и в случае чего немедленно обращайтесь к наркологам