

Памятка по профилактике наркомании

1. Почему человек начинает употреблять наркотики?

Чаще всего это происходит в компании друзей. Спровоцировать первое употребление может многое: чувство любопытства, желание не показываться остальным «белой вороной», неумение сказать «Нет», присутствие в жизни серьёзных проблем, «назло» кому-то или попытка повлиять на другого человека, просто плохое настроение или обыкновенная скука. По незнанию человек уверен в том, что попробовать один раз – не страшно. К сожалению, весь этот грозный наркобизнес построен на том, что первый раз никогда не бывает последним. Пробуя наркотик, переходя через психологический барьер, человек одновременно переступает через физиологические, юридические и нравственные барьеры. Каждый, впервые употребляющий, уверен в том, что «со мной всё иначе, всё под контролем». Эта уверенность только от неопытности, которой затем, зачастую, пользуются другие.

2. Какие последствия могут быть от употребления наркотиков?

- - самое главное – невозможность в дальнейшем жить без наркотика;
- - появляется зависимость на уровне биологии и психики. Большое количество биологических процессов в человеческом теле начинает происходить извращённо;
- - человек не контролирует себя как раньше, это делают за него люди, которые поставляют наркотики;
- - разрушается нервная система, печень, почки, изнашивается сердечная мышца, срок жизни сокращается;
- - приём наркотиков инъекционно сопровождают неизлечимые болезни: СПИД, гепатиты;
- - человек, употребляющий наркотики, неизбежно «влезает» в криминал;
- - растут потребности в увеличении количества наркотиков и расходов на их приобретение;
- - исчезают друзья, остаются собратья по несчастью, которые в любой момент, за дозу могут «кинуть» или подставить тебя;
- - отношения с родственниками быстро превращаются в кризис, так как наркозависимый приносит близким людям только страдания;
- - жизненные перспективы: хорошая работа, учёба, карьера, собственная семья и многое другое становятся иллюзорной, недостижимой мечтой;
- - дети у наркозависимых, если и рождаются, то часто с серьёзными отклонениями в здоровье, уродствами, психическими расстройствами;
- - депрессия становится основным состоянием души и исчезает только после принятия очередной дозы наркотика;
- - среди наркозависимых высок процент самоубийств. Не редки случаи, когда даже во время первой пробы, человек погибает от остановки дыхания или остановки сердца. В других случаях может развиваться паралич, нарушается способность говорить. Есть наркотики, после даже однократного приёма которых может возникнуть психическое заболевание или психический дефект.

3. Что делать, если ты попал в компанию, где употребляют наркотики?

В такой компании ты неизбежно сталкиваешься с предложениями «попробовать». По-другому не бывает. Вопрос только во времени, раньше или позже. Так бывает всегда. В компании опасность по отношению к наркотику притупляется. Ты всегда рискуешь. Лучший выход из этого, если тебя не очаровывают описанные выше перспективы – уйти и найти себе более подходящий круг общения. «Будь С собой, уважай Себя». Но если ты находишься в такой компании – ты на «краю пропасти».

4. Наркоманом может стать любой или это зависит от того каков человек?

Любой человек, допускающий наркотики в свою жизнь, рискует стать наркоманом, хотя каждый в начале пути уверен, что это может быть с любым другим, только не с ним.

5. Почему именно подростки и молодые люди наиболее часто становятся наркозависимыми?

Именно в подростковом и молодом возрасте человек хочет обрести свою индивидуальность, отличаться от других, «пробовать в жизни все», освободиться от контроля и опеки взрослых, жить так, как хочется самому, устанавливать свои нормы и правила.

6. Как обезопасить себя от проблем с наркотиками?

- - во-первых, сделать для себя недопустимой саму мысль о возможности когда-либо «попробовать»;
- - во-вторых, нужно научиться говорить «НЕТ!!!» и себе и другим, когда речь идёт о наркотиках;
- - в-третьих, избегать компании и места, где употребляют наркотики, выбирать себе круг общения, в котором нет места наркотикам;

7. Что делать, если твой друг начинает употреблять наркотики?

Первый вариант – повлиять на то, что происходит самому или вместе с другими своими друзьями. Самый важный принцип – сделать так, чтобы не оттолкнуть от себя друга. Для спасения друга используй все свои знания, информацию данной памятки и любые другие доводы, которые сочтёшь весомыми.

Второй вариант – если понимаешь, что ситуация вышла из-под контроля, поделись информацией со своими или его родителями, или теми взрослыми, кому ты доверяешь. Это смелый, но не простой поступок. Даже если тебя обвинят в «стукачестве» – на весах жизнь твоего друга. Сначала, наверное, будет честно и правильно сообщить ему о своём решении и причинах, по которым ты решился на этот Поступок. Приготовься к атаке, реакция может быть любой (обвинение, агрессия, манипуляция). Люди, принимающие наркотики, становятся патологически лживыми, изворотливыми, сыграют любую роль с правдоподобностью профессионала. Вначале оцени, способен ли ты противостоять почти профессиональному натиску в ответ. Если не уверен, поговори об этом со своими родителями. Всё равно ведь нужно что-то делать, иначе твоему другу придётся плохо.

8. Что делать, если друг уже стал наркоманом?

Очень высока вероятность того, что ты не сможешь ничего изменить в его жизни. Высока вероятность и того, что он втянет и тебя в потребление наркотиков. Если ты хочешь помочь другу:

- - изложи ему своё личное отношение к наркотикам и тому, что с ним происходит.
- - не спорь и не поддерживай с ним дискуссию, пытаться что-то доказать бесполезно;

- - обозначь свою готовность помочь ему справиться с бедой;
- - никогда не содействуй в поиске денег, чем бы он не объяснял нужду в них;
- - не решай за него проблемы, возникающие из-за приёма наркотиков, помогай только тогда, когда видишь активные действия для того, чтобы изменить свою жизнь, будь твёрд и последователен.
- - собери для него информацию о том, какие медицинские организации занимаются вопросами лечения наркозависимых, их реабилитации и ресоциализации. Знай, что лечение разрешено только государственными учреждениям здравоохранения. Доверяй только профессиональной медицине.

9. Возможно ли полное излечение от наркомании?

Всё зависит от желания жить по-другому. Чудодейственных методов, лекарств и операций, которые могут решить проблему вместо самого человека, не существует. Но без профессиональной помощи избавиться от наркотической зависимости весьма проблематично. У любого есть шанс. Но чтобы его использовать, нужно быть готовым к длительному труду.