



ГБУЗ НО НОСОЗМП
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Скажи наркотикам - **НЕТ!**

МИФЫ О НАРКОТИКАХ:

Миф 1. Попробуй - пробуют все.

Это не так! 80% подростков никогда не пробовали наркотиков.

Миф 2. Существуют "безвредные" наркотики.

Это не так! Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

Миф 3. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.

Это не так! Даже однократное потребление наркотиков приводит к зависимости.

Миф 4. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.

Это не так! Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и.т.д

Миф 5. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет.

Это не так! Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ?

Наркомания - это болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ.

Наркотики - вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания.

Одной из особенностей применения наркотиков является быстро возникающее привыкание.

Наркотические вещества, попадающие во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. Они влияют на психику, приводят к духовной деградации и полному физическому истощению организма.



ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ:

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту.
- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в старости.
- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения.
- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.).
- Наркомания приводит к повышению риска развития онкологических заболеваний, повреждению головного мозга.
- Иммуитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.



КАК СКАЗАТЬ "НЕТ!"?

1. Назови причину. Скажи почему ты не хочешь этого делать.

- Я знаю, что это опасно для меня.

- Я уже пробовал, и это мне не понравилось.

2. Будь готов к различным видам давления.

Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будьте готовы уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.

3. Выбери союзника: Человека, который согласен с тобой, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

4. Избегай подобных ситуаций. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики,

в каких местах эти люди собираются. Постарайтесь быть подальше от этих мест, от этих людей.

