**«Молодость и наркотики»**

ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

**ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?**Чаше 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 серьезных проблем; «назло» кому-то или попытка повлиять на другого человека; обыкновенная скука.  Каждый, впервые употребляющий, уверен в том, что «со мной всё иначе, всё под контролем». Эта уверенность только от неопытности.

**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 извращенно;

— 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 требуемое количество наркотиков и расходы на их потребление;
— исчезают друзья, остаются собратья по несчастью, которые, в любой момент, за дозу, могут «кинуть» или подставить тебя;

—наркозависимый приносит близким людям только страдания;

— жизненные перспективы: хорошая работа, учёба, карьера, собственная семья становятся иллюзорной, недостижимой мечтой;

— дети у наркозависимых, если и рождаются, то часто с серьёзными отклонениями в здоровье, уродствами, психическими расстройствами;

— депрессия – основное состояние души, исчезает только после принятия очередной дозы наркотика;

— среди наркозависимых высок процент самоубийств.

**Ни под каким предлогом не пробуй наркотик. Если же это все-таки с тобой произошло, то откажись от следующей дозы, чтобы не вызывать привыкание. Если же ты чувствуешь, что попал в сети наркомании, сразу же посоветуйся с теми из взрослых людей, кому ты доверяешь.**



*УКЦ по ЗПП, ГО и ВН ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»*

*ул. Привокзальная.47,*

*E-mail: uk-centr7@altcge.ru
 Телефон: (3852)503032*

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ В КОМПАНИЮ, ГДЕ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?**

ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

В такой компании ты неизбежно сталкиваешься с предложениями «попробовать». По-другому не бывает. Вопрос 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 «перспективы» – уйти и найти себе более подходящий круг общения. «Будь Собой, уважай Себя». Но если ты находишься в такой компании – ты на «краю пропасти».

**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, но только не с ним.

**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.

**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.

*УКЦ по ЗПП, ГО и ВН ФБУЗ*

*«Центр гигиены и эпидемиологии*

*в Алтайском крае»*

*ул. Привокзальная.47,*

*E-mail: uk-centr7@altcge.ru
 Телефон: (3852)503032*

**ЧТО ДЕЛАТЬ**, **ЕСЛИ ТВОЙ ДРУГ НАЧИНАЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?**

ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

**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 сочтешь 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 своем решении и причинах, по которым ты решился на этот поступок. Приготовься к атаке. Реакция может быть любой (обвинение, агрессия и реакция-манипуляция). Люди, принимающие наркотики, становятся патологически лживыми, изворотливыми. 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. 

**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 тверд и последователен. Собери для него информацию о том, какие медицинские организации в твоем населенном пункте занимаются этим вопросом. Знай, что лечение разрешено только государственным учреждениям здравоохранения. Доверяй только профессионалам от медицины.

**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.

 *УКЦ по ЗПП, ГО и ВН ФБУЗ*

*«Центр гигиены и эпидемиологии*

*в Алтайском крае»*

*ул. Привокзальная.47,*

*E-mail: uk-centr7@altcge.ru
 Телефон: (3852)503032*