

1 Марта Международный день борьбы с наркоманией



Наркомания (в переводе с греческого оцепенение, бездумье) – это тяжелое заболевание, которое начинается со случайного (или под давлением) приема наркотиков, с последующим формированием вредной привычки постоянного употребления и в дальнейшем непреодолимого влечения к наркотикам.

«С одного раза ничего не будет, да и остановиться всегда успею – была бы голова на плечах!». Примерно так рассуждает практически каждый начинающий наркоман. Но за одной сигаретой с травкой следует другая, потом еще одна...

Не существует безвредных наркотиков. Все они токсично действуют на мозг, истощают психику, нервную систему человека. Поэтому не надо относиться к курению «травки» легкомысленно. Употребление наркотиков говорит об инфантильности человека, его неготовности к взрослой жизни и неспособности самостоятельно решать проблемы. Те, кто регулярно нуждается в дозе, останавливаются в умственном развитии – если человек впервые встретился с наркотиками в четырнадцать-пятнадцать лет, то по уровню интеллекта он и через двадцать лет останется подростком. Человек, употребляющий наркотики, похож на пустой сосуд. У него нет ценностей, нет будущего, нет своего я.

Употребление наркотиков приводит к необратимым изменениям в организме человека. Под действием наркотиков погибают клетки мозга, страдает сердечно-сосудистая система, разрушаются клетки крови, возникает склонность к тромбозам сосудов и незаживающим язвам, выпадают зубы и волосы. В печени развивается тяжелый воспалительный процесс – гепатит, а затем цирроз. Дети, родившиеся у матерей, злоупотребляющих наркотическими веществами, имеют целый ряд медицинских проблем: маленький вес при рождении, пороки развития, проблемы неврологического характера. С распространением наркомании тесно связана проблема СПИДа.

Существует ряд признаков употребления наркотиков. К наиболее типичным и общим для всех наркотиков относятся:

- состояние опьянения без наличия запаха алкоголя;
- изменение сознания, заторможенность или суперактивность;
- частая и резкая смена настроения;

- плохая координация движений, изменение двигательной активности;
- неестественно расширенные или суженные зрачки, отсутствие реакции на свет, покрасневшие или мутные глаза;
- изменение цвета кожи (бледность или покраснение);
- повышенное слюноотечение или наоборот сухость во рту, губ;
- осиплость голоса, замедленная невнятная речь;
- уходы из дома и прогулы в школе или на работе;
- ухудшение памяти, невозможность сосредоточиться, снижение успеваемости или работоспособности;
- бессонница, чередующаяся с сонливостью;
- сверх болезненная реакция на критику, беспричинная агрессивность.

Попасть в зависимость легко, а избавиться очень сложно.

Самое главное — не пробовать наркотики даже однократно!

Чтобы не оказаться в плену наркотического ада, правильно проводите свободное время, занимайтесь любимым хобби, окружите себя любимыми людьми, верными друзьями и просто ведите здоровый образ жизни. Сохраните себя для будущего!

Инструктор-валеолог Копыльского райЦГЭ Лойко Ю.В.