

Буклет для населения

**Выбери жизнь
без наркотиков**

ЧТО ТАКОЕ НАРКОТИКИ И НАРКОМАНИЯ?

Наркотики – это химические вещества синтетического или растительного происхождения, способные вызывать изменение сознания человека (чувства, ощущения, мысли, настроение и поведение). Систематическое потребление приводит к развитию психической и физической зависимости.

Наркомания (от греч. – оцепенение, сон, и – безумие, страсть, влечение) – это болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотических либо токсических веществ и проявляющаяся зависимостью от этих веществ – психической и физической.

Наркоман – страдающий тяжелым заболеванием, человек, чья жизнь целиком зависит от потребления наркотиков.

КАК НАРКОТИК ВЛИЯЕТ НА ТЕЛО И РАЗУМ?

При наркомании развивается тотальное поражение личности, сопровождающееся осложнениями со стороны психического и физического здоровья: постепенное уничтожение своих лучших нравственных качеств, профессиональных навыков, потеря друзей, семьи, работы, вовлечение в преступность, уничтожение своего организма.

Зависимость от наркотических веществ формируется постепенно. Сначала развивается **психическая зависимость** – невозможность получения позитивных эмоций, привлекательного психологического состояния (эйфории) без употребления наркотических веществ, при которой возникает потребность непрерывно или периодически принимать наркотик, чтобы испытывать определенные ощущения или изменить психическое состояние.

Затем формируется **физическая зависимость** – включение наркотика в обменные процессы организма, когда без наркотика организм не может нормально функционировать. На этой стадии возникает неодолимое влечение к приему наркотика, сравнимое с голодом или жаждой. Без наркотика

развивается синдром «отмены» или абстинентный синдром (абстиненция – воздержание).

На стадии развития физической зависимости постепенно утрачивается эйфорический эффект – наркотик употребляют во избежание мук абстиненции.

Со временем развивается устойчивость организма к действию наркотика – **толерантность**. Реакция на введение наркотика становится менее выраженной, поэтому для достижения прежнего эффекта требуется все более высокая доза.

НЕТ «ЛЕГКИХ» НАРКОТИКОВ!

Зависимость формируется от потребления любого наркотического средства – это всего лишь вопрос времени (дни, недели, месяцы). Мнение: «лёгкие наркотики безвредны» – приводит к их регулярному потреблению, постепенному развитию привыкания и увеличению дозы. Через определенное время «легкие» наркотики уже не удовлетворяют потребителя и на смену им приходят, так называемые, «тяжелые» наркотики – это происходит всегда незаметно.

КАКИМ РИСКАМ ПОДВЕРЖЕНА ЖИЗНЬ НАРКОМАНА?

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ! При внутривенном введении наркотических средств высок риск заражения опасными вирусами: ВИЧ и гепатита, высока вероятность развития сепсиса – заражения крови.

Длительное употребление наркотических веществ приводит к бесплодию.

Дети из семей наркоманов приобретают генетическую предрасположенность к употреблению наркотиков.

Особенности стиля жизни наркоманов повышают риск заражения заболеваниями, передающимися половым путем.

Всегда существует риск приобрести некачественный наркотик, содержащий токсические примеси, что может привести к смерти.

Самым грозным осложнением приема наркотиков является передозировка, итогом которой становится смерть, если не будет срочно оказана медицинская помощь.

Употребление наркотических веществ исключает возможность работы по определенным специальностям, лишает права владения оружием, управления транспортным средством.

Все перечисленное – лишь малая часть медицинских последствий приема наркотиков.

ЧТО МОЖЕТ УКАЗЫВАТЬ НА УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ?

Частые немотивированные исчезновения из дома, изменения круга друзей, не вступающих в контакт с родителями, снижение успеваемости и работоспособности, «таинственные» переговоры по телефону, употребление новых слов и выражений, неряшливость в одежде, примитивные обманы, отстраненность от проблем семьи, потеря прежних интересов, воровство, пропажа вещей из дома, вымогательство денег.

В доме могут появиться предметы специфической атрибутики: маленькие закопченные ложечки, оплавленные колпачки от шариковых ручек, стеклянные трубочки от пипеток, пузырьки из-под лекарственных или химических препаратов, жестяные банки, «устройство» вдыхания дыма через пластиковую бутылку, маленькие прозрачные пакетики с каким-либо порошком или травой, таблетки неизвестного происхождения, лекарства снотворного или успокоительного действия.

ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ ВОЗМОЖНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ:

- бледность лица и всей кожи или, наоборот, покраснение лица и верхней части туловища;
- слишком узкие или слишком широкие зрачки, неестественный блеск глаз или «мутность», «стеклянный» взгляд;
- невнятная растянутая или подчеркнуто выразительная речь, либо наоборот речь скороговоркой, «взахлеб»;
- изменение координации движений при отсутствии запаха алкоголя;
- частые беспричинные смены настроения: веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность, явно несоответствующие ситуации;
- повышенное слюноотделение или, наоборот, сухость губ, слизистых рта, осиплость голоса;
- общая слабость, бессонница, боли в мышцах, жалобы на «ломоту», как при гриппе, при отсутствии других признаков гриппозного состояния;
- следы от уколов по ходу вен (в том числе в паху, на ногах);
- следы от порезов, расчесы, особенно на руках;
- татуировки в местах инъекций, зачастую в виде паутины;
- длительный сон в дневное время.

Признаки зависят от вида и количества принятого вещества, фазы действия.

ПРИЗНАКИ ПЕРЕДОЗИРОВКИ НАРКОТИЧЕСКИМИ СРЕДСТВАМИ:

- угнетение сознания (вплоть до комы)
- обездвиженное положение тела, возможны мышечные подергивания или генерализованные судороги, отсутствие (ослабление) реакции на внешние болевые раздражители

- суженные зрачки при отравлении опиумом или героином, резко расширенные – при отравлении иными наркотическими, психотропными веществами, реакция на свет отсутствует
- нарушение внешнего дыхания: очень слабое, замедленное, возможно хриплое, при утяжелении – периодическое, вплоть до остановки дыхания
- резкая бледность или синюшность кожных покровов, синюшность губ, носогубного треугольника
- снижение температуры тела, влажная и липкая кожа
- слабый пульс
- западение языка
- рвотные массы на одежде, лице, рядом с телом, запах рвотных масс

**Необходимо вызвать скорую помощь
с мобильного телефона 030 и 103 и с городского – 03!**

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

- освободить от стесняющей одежды область шеи и грудной клетки;
- при наличии дыхания уложить на бок, при отсутствии дыхания – на спину на ровную твердую поверхность;
- если есть дыхание и пульс, попробовать привести человека в сознание: похлопать по плечу, дать понюхать пары нашатырного спирта;
- если дыхание отсутствует, ротовую полость освободить от рвотных масс, при западении языка – выдвинуть нижнюю челюсть вперед за углы нижней челюсти. Если дыхание не восстановилось – начинать искусственную вентиляцию легких методом «рот в рот» с частотой 20 раз в минуту;
- при отсутствии сердечной деятельности (пульса на сонных артериях), **не позднее, чем через 5 минут** после остановки сердца, необходимо начать полный комплекс сердечно –

легочной реанимации: выполнить **30 компрессий** (нажатий) на нижнюю треть грудины **с частотой 100 раз** в минуту, **затем выполнить 2 вдоха**; определять восстановление функции жизненно важных органов каждые 1-2 минуты (пульс, дыхание); при неэффективности – продолжать до приезда скорой помощи.

Что нужно делать, если Вы узнали, что кто-то из Ваших близких употребляет наркотические (психоактивные) вещества?

Не пытайтесь действовать самостоятельно. Немедленно обратитесь к врачу-наркологу. Если человек категорически отказывается от консультации нарколога, первоначально можно обратиться к психологу или психотерапевту. Специалисты помогут справиться с проблемой, мотивируют на лечение.

Получите у специалиста консультацию, как выстраивать отношения с близким человеком.

Постарайтесь вести себя спокойно, по-деловому, необходимо выстроить доверительные откровенные отношения и оказать поддержку в борьбе с болезнью.

НЕЗНАНИЕ ЗАКОНА НЕ ОСВОБОЖДАЕТ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ!

Следует знать:

Административная ответственность за правонарушения, связанные с незаконным оборотом наркотических средств и психотропных веществ, наступает с 16 лет.

Лицо, добровольно обратившееся в медицинскую организацию для лечения в связи с потреблением наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, освобождается от административной ответственности за данное правонарушение.

Лицо, в установленном порядке признанное больным наркоманией, может быть с его согласия направлено на медицинскую и (или) социальную реабилитацию и в связи с

этим освобождается от административной ответственности за совершение правонарушений, связанных с потреблением наркотических средств или психотропных веществ.

За потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, либо новых потенциально опасных психоактивных веществ (ст.6.9 КоАП РФ):

**административный штраф – до 5000 рублей,
административный арест – до 15 суток.**

За вовлечение несовершеннолетних в употребление новых потенциально опасных психоактивных или одурманивающих веществ (ст.6.10 КоАП РФ): **административный штраф до 5000 рублей.**

Уголовная ответственность за преступления, связанные с незаконным оборотом наркотиков, наступает **с 16 лет.** Ответственность за хищение, либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ наступает **с 14 лет.**

За приобретение, хранение, перевозку, изготовление наркотических средств и психотропных веществ без цели сбыта (ст.228 УК РФ) предусмотрено лишение свободы **до 15 лет.**

За производство, сбыт и пересылку наркотических средств, психотропных веществ и растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ст.228.1 УК РФ) предусмотрено лишение свободы **до пожизненного заключения.**

За культивирование растений, содержащих наркотические средства (например: мак, конопля) или психотропные вещества (ст.231 УК РФ) предусмотрено лишение свободы **до 8 лет.**

За хищение, либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ предусмотрено лишение свободы **до 20 лет.**

НУЖНА ПОМОЩЬ? ЗВОНИТЕ!

**Горячая линия помощи зависимым от алкоголя и
НАРКОТИКОВ: 8 800 700 50 50**

Национальный Антинаркотический Союз:

[HTTP://NASRF.RU/](http://nasrf.ru/)

**Горячая линия по вопросам рисков потребления
НАРКОТИКОВ: 8 800 200 0 200**

Здоровая Россия: [HTTP://WWW.TAKZDOROVO.RU](http://www.takzdorovo.ru)

**Государственное бюджетное учреждение здравоохранения
Новосибирской области «Новосибирский областной клинический
НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»**

Новосибирск, улица Дюканова, 16

ТЕЛЕФОН ЕДИНОЙ РЕГИСТРАТУРЫ (383) 341 94 73

[HTTP://NOND.MZNSO.RU/](http://nond.mzns0.ru/)



Министерство здравоохранения Новосибирской области
Прокуратура Новосибирской области
ГКУЗ НСО «Региональный центр медицинской профилактики»
www.rcmp.zdravnsk.ru