***ЛЕКЦИЯ О НАРКОТИКАХ № 1***

Наркотики разрушают и калечат миллионы жизней каждый год. Что нужно знать о них? В мире много говорят о наркотиках - на улицах, в школах, в интернете, на телевидении. Что-то из этого является правдой, а что-то нет. Большая часть того, что Вы слышите о наркотиках, на самом деле распространяется теми, кто их продаёт. Прошедшие исправительные программы продавцы наркотиков признавались, что они сказали бы что угодно, лишь бы только заставить другого человека купить наркотики. Не дайте себя обмануть. Вам нужны факты, чтобы не подсесть на наркотики и помочь своим друзьям держаться от них подальше. Поэтому эта лекция для Вас.

Наркотики стали частью культуры в середине прошлого века. Завоевав популярность в 60-е годы благодаря музыке и средствам массовой информации, наркотики врываются во все сферы общества. Согласно докладу Государственной антинаркотической комиссии о наркоситуации в РФ за 2018 г, число респондентов, имеющих опыт хотя бы однократного потребления наркотиков в течение жизни, оценивается в 5,5% или 8,1 млн. человек( в 2017 г-5,9 или 8,7 млн.) Число респондентов, потребляющих наркотики как регулярно, так и эпизодически снизилось и составило1,3% или 1,9 млн. человек ( в 2017 г---1,5% или 2,2 млн. человек). Возможно и Вы знаете кого-то кто так или иначе пострадал от наркотиков.

Наиболее часто используемым наркотическим веществом является алкоголь. Им же чаще всего и злоупотребляют. Согласно онлайн-библиотеки Организации экономического сотрудничества и развития уровень потребления алкоголя среди взрослых снизился с 18 литров в 2007 г до 11,1 л в 2017 г.

Наиболее распространённым нелегальным наркотиком является марихуана. Также обращает на себя внимание рост в 2018 г количества лиц с зависимостью от « новых» наркотиков и полинаркоманией до 52,5 тыс. человек (2017 г---50,7тыс., в 2016 г -----46,2 тыс.) и количества пациентов от психостимуляторов до 17,8 тыс. человек ( 2017 г---16,7 тыс., 2016 г---14,4 тыс.) Изменение структуры потребления психоактивных веществ с увеличением доли «новых» видов психоактивных в-в синтетического происхождения является одним из основных проблемных вопросов , касающихся в первую очередь молодых людей.

В распространение и потребление наркотиков в сегодняшней России вовлечено огромное количество несовершеннолетних. Правоохранительными органами всё чаще фиксируются случаи употребления наркотиков шести-семилетними детьми. При этом всего 5-7 лет назад россияне в среднем пробовали наркотики в 19-20 лет.

Рассказывает Иван: *Моей целью в жизни было не жить, а поймать кайф…За долгие годы я перепробовал кокаин, марихуану, алкоголь напрасно веря, что они позволят мне избежать проблем. Но стало ещё хуже. Я продолжал твердить себе после каждого очередного «прихода», что мне нужно остановиться раз и навсегда. Но я так и не смог этого сделать.*

Рассказывает Кирилл: *Всё началось с марихуаны, потом были таблетки экстази и ЛСД, затем настоящий коктейль из всевозможных наркотиков. Я даже принимал избыточные дозы, чтобы продлить «кайф». Однажды ночью я пережил ужас. Я умолял и скулил, желая избавиться от этого ощущения, я слышал голоса, меня била дрожь. Мне казалось, что за мной следят. Я не мог выйти на улицу, я даже думать об этом не мог. В дальнейшем всё кончилось тем, что я оказался на улице, жил и спал в картонной коробке, попрошайничал и рылся в мусорках в поисках еды.*

Так почему же люди принимают наркотики? Чаще всего из любопытства или потому что хотят что-то изменить в своей жизни. Вот некоторые причины, которые называют молодые люди:

---чтобы быть с другими на одной волне

---чтобы расслабиться или «отключиться»

---чтобы справиться со скукой

---чтобы выглядеть взрослее

---в качестве протеста

---чтобы попробовать, а что будет?

Они думают, что наркотики решат их проблемы. Но со временем наркотики сами становятся гораздо более серьёзной проблемой. Как бы не было трудно смотреть в лицо своим проблемам, последствия употребления наркотиков всегда хуже, чем сама проблема, которую человек стремиться решить с их помощью. Настоящее решение---это узнать факты о наркотиках и вообще их не пробовать.

Как же действуют наркотики? Наркотики----это, по сути своей, яды. Количество наркотика определяет его действие. Небольшое количество «стимулирует» ( ускоряет процессы в организме). Большее количество действует как «седативное средство» (замедляет процессы). Ещё большее их количество действует как яд и может убить. Это справедливо для любого наркотика. Отличается только количество, требуемое для достижения какого-либо эффекта. Но у наркотика есть и другая вредная особенность: они могут исказить восприятие того, что происходит вокруг человека. В результате его действия могут быть странными, нерациональными, неадекватными и даже разрушительными. Наркотики блокируют все ощущения, как желательные, так и нежелательные. Поэтому, «помогая» в конкретный момент ослабить боль, они также убивают способности и остроту восприятий и затуманивают мышление человека. Лекарства ----это препараты, предназначенные для того, чтобы ускорять или замедлять, или изменять каким-то образом механизм действия организма, чтобы заставить его работать лучше. Иногда без них не обойтись. Но это всё равно сильнодействующие препараты: они действуют как стимуляторы или как сильнодействующие препараты, а слишком большое их количество может Вас убить. Поэтому, если Вы используете лекарства не по назначению врача, они могут быть настолько же опасны, как запрещённые наркотики. Наркотики отрицательно действуют на разум. Обычно, когда человек что-то вспоминает, его разум работает быстро и информация к нему поступает быстро. Но наркотики замутняют сознание и создают провалы в памяти. Когда человек пытается извлечь информацию из этой туманной массы, ему это не удаётся. Наркотики заставляют человека чувствовать себя заторможенным или тупым и приводят к тому, что он терпит неудачи в жизни. А когда неудач становится больше и жизнь становится всё труднее, такой человек стремится принять ещё больше наркотиков, чтобы справиться со своей проблемой. Один из мифов о наркотиках гласит, что наркотики помогают улучшить творческие способности. Однако истина прямо противоположна. Тот, кому грустно, может захотеть принять наркотики , чтобы получить кажущееся ощущение счастья, но этот способ не работает. Наркотик может дать человеку фальшивое ощущение радости, но когда действие наркотика прекращается, человеку становится хуже, чем было до приёма наркотиков. И с каждым разом это эмоциональное падение всё ниже и ниже. В конце концов наркотики окончательно погубят все творческие способности человека.

Рассказывает Павел: *на протяжении всего времени, пока я употреблял наркотики, я думал, что у меня всё под контролем, а жизнь прекрасна. Но я разрушил всё, что построил в своей жизни и за что боролся. Я порвал со всеми своими друзьями не употреблявшими наркотики и со своей семьёй. Так, что среди моих друзей остались только те, кто употреблял их. Каждый новый день в моей жизни был посвящён только одному: я думал как раздобыть денег на очередную дозу. Я делал всё возможное, чтобы дорваться до амфетаминов---больше в моей жизни ничего не существовало.*

Рассказывает Элла: *мне казалось, что жизнь становится веселее, когда я пьяна. После того, как я начала пить, мне дали попробовать марихуану… Потом как-то раз, когда я зависала в доме моего друга и принимала марихуану, кто-то вытащил пакетик кокаина. Кокаин быстро стал ежедневной привычкой. Каждый день я крала деньги у родителей и у деда на алкоголь, кокаин, марихуану и ЛСД. Затем я познакомилась с оксиконтином, и его потребление тоже быстро вошло в привычку. К моменту, когда я осознала, что нахожусь в зависимости, принимать оксиконтин стало для меня обычным ежедневным занятием. Мне нужно было кое-что посильнее---так я узнала, что такое героин. Ничто не могло меня остановить, когда надо было достать дозу. Моя зависимость побеждала меня. Каждый раз, когда я пыталась «завязать», физическая тяга посылала меня за новой дозой.* Что-бы дать Вам правдивую информацию о наркотиках, что собой они представляют и каково их воздействие, остановимся на некоторых из них.

Марихуана---наиболее распространённый нелегальный наркотик. Каннабис---это любой из различных видов наркотиков, производимых из конопли, включая марихуану. Это одно из пяти самых распространённых веществ, вызывающих зависимость. Н-р, среди людей, обращающихся в реабилитационные центры США, 16% зависимы от марихуаны. Уличные названия её разные---план, травка, солома, дурь, анаша, каннабис, пластилин, бошки, ганджибас, укроп, шишки, марья, иванна, дудка.

Согласно национальному исследованию наркомании, вероятность того, что подростки, часто употребляющие марихуану, будут вести себя буйно и портить имущество выше в 4 раза. А вероятность того, что они станут красть в 5 раз выше, чем среди детей не употребляющих марихуану. В наши дни марихуана, часто оказывает более сильное воздействие, чем в былые времена. Благодаря новым способам выращивания и отбору семян производится более мощный наркотик. В результате резко увеличилось число молодых любителей марихуаны, попадающих в пункты неотложной помощи. Из-за того, что организм приспосабливается к наркотическому воздействию, приём марихуаны может подтолкнуть человека к употреблению более сильных наркотиков для достижения того же «кайфа». Когда эффект от употребления марихуаны начинает притупляться, наркоман может перейти к более мощным наркотикам, чтобы избавиться от нежелательного состояния, побудившего его изначально употреблять марихуану. Сама по себе марихуана не заставляет человека принимать другие наркотики: люди принимают наркотики для того, чтобы избавиться от нежелательных состояний или чувств. Марихуана на время маскирует проблему ( пока наркоман находится «под кайфом»). Когда же «кайф» улетучивается, проблема, нежелательное состояние или ситуация наваливаются на человека ещё сильнее. И тогда он может переключиться на более мощные наркотики, поскольку марихуана больше « не даёт результата».

Последствия употребления марихуаны это---нарушение координации движений и искажение чувства времени, зрительных и слуховых восприятий, бессонница, покраснение глаз, чрезмерно большой аппетит, расслабление мышц. Может участиться пульс. К тому же в первый час приёма марихуаны риск сердечного приступа может возрасти как минимум в 5 раз. Школьная успеваемость падает вследствие памяти и ослабления способности решать задачи. Но некоторых это не останавливает, возможно они махнули на себя рукой и продолжают употреблять марихуану. Тогда наступает страшное---длительное употребление может вызвать психоз, привести к повреждению лёгких и сердца, вызвать бронхит, кашель и свист при дыхании. Ослабляется способность организма бороться с лёгочными инфекциями и другими заболеваниями и в результате смерть.