**Основные термины**

**Наркомания** — это заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества (Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» от 08 января 1998 года № 3-ФЗ).

Наркомания, или наркотическая зависимость в обыденном понимании — это употребление наркотиков без назначения врача при условии, что такое употребление становится невольной и постоянной потребностью человека.

Наркомания — это тяжелая, трудноизлечимая, а зачастую и неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека и оканчивающаяся преждевременной смертью. Эта болезнь характеризуется жесткой зависимостью состояния человека, его физического и психического самочувствия от наркотика.

Становление, формирование наркомании характеризуется развитием трех основных признаков: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.

**Психическая зависимость** — это болезненное стремление (влечение) непрерывно или периодически принимать наркотики с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения, либо снимать явления психического дискомфорта. Такая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков, причем нередко даже после однократного их приема.

**Физическая зависимость** — это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотика. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, болевыми ощущениями, которые развиваются сразу, как только действие наркотика прекращается. Эти расстройства, обозначаемые медиками как «синдром отмены» или «абстинентный синдром» (абстиненция — воздержание), облегчаются или полностью снимаются только новым введением конкретного наркотика либо вещества со сходным фармакологическим действием. Физическая зависимость, как и психическая, делает необходимым непрерывное употребление наркотика или постоянный возврат к нему. Таким образом формируется патологический замкнутый круг, из которого выбраться бывает крайне непросто, а зачастую и практически невозможно.

**Толерантность** — это переносимость (чувствительность) организма по отношению к воздействию наркотика. При систематическом приеме отмечается появление адаптации, то есть привыкания к наркотику, когда наблюдается все менее выраженная реакция организма на очередное введение той же самой дозы. Поэтому для достижения прежнего психофизического эффекта больному требуется более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной, и требуется ее повышение по нарастающей.

Форма (вид) наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае.

**Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков**

В работе по профилактике важно как можно раньше увидеть первые признаки проблемы употребления наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Некоторые признаки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения у подростка. Тем не менее, должны вызвать тревогу такие изменения в образе жизни, поведении или внешнем виде подростка, как:

- неустойчивость эмоционального состояния, колебания настроения от эмоционального подъема и эйфории до вспышек раздражительности, злобы, агрессии, враждебности без определенной причины;

- состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, снижение реакции, ухудшение памяти и внимания, рассеянность, возросшие тревожность, беспокойство;

- изменения в интеллектуальной сфере: очевидная лживость, изворотливость, цинизм, скрытность и лукавство в поведении, неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;

- неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины;

- изменения, связанные с нарушением режима дня, появление сонливости в дневное время и бессонницы - ночью;

- стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;

- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и преподавателям, неуправляемость;

- необоснованное снижение посещаемости учебного заведения, плохая успеваемость и безразличное отношение к отметкам;

 - сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;

- частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные в данном разделе;

- стремление к уединению и уходам из дома;

- ничем не объяснимое позднее возвращение домой в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного, и последующее за этим трудное пробуждение по утрам;

- изменение внешнего вида, неряшливость, запущенность в одежде, признаки отсутствия должной гигиены;

- общее похудание, сухость, шелушение, дряблость кожи, тусклость и ломкость волос;

- появление общих признаков интоксикации: бледность, землистый цвет или покраснение кожных покровов, маскообразность и одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, покраснения глаз, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность, либо наоборот, оживление мимики, сухость губ или повышенное слюноотделение;

 - неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные, порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя (особенно явное при закрытых глазах);

- малая подвижность, общая расслабленность, стремление к покою, либо напротив, возбуждение, чрезмерная подвижность, энергичность, бесцельные движения, перебирание вещей, неусидчивость (независимо от ситуации);

- нарушения речи: быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, бессвязная, смазанная, невнятная, нечёткая речь;

- тремор (мелкая дрожь) конечностей, частый насморк, хронический кашель;

- нарушения аппетита, постоянная жажда, снижение веса;

- мыслительные процессы замедлены или, наоборот, ускоренный темп мышления;

- погруженность в себя, разговоры с самим собой, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т.п.;

- точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;

- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом необъяснимые большие денежные траты;

- пропажа денег, вещей из дома или в классе (кражи, совершаемые ребенком, являются тревожным сигналом наркотической опасности);

- малопонятные разговоры по телефону, с использованием сленгового жаргона («травка», «колеса», «план», «аптека», «баян», «вата», «закладка», «корабль», «медленные», «кислота», «перец», «соль», «дурь», «фен», «быстрые», «скорость», «спиды», «первый», «чек» и т.п.) и обрывков фраз («мне надо», «как там дела?», «достал?» и т.п.), появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю);

- обнаружение у подростка следов или предметов, сопутствующих употреблению наркотиков: желтых или коричневых пятен на одежде или теле; порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия), ампул и пузырьков из-под жидких лекарственных форм препаратов; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов; мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков с сильным запахом, странного вида трубок, которые пахнут вовсе не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под синтетического клея, баллончиков для заправки зажигалок и другой тары из-под различных средств бытовой химии;

 - запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т.д.);

- внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки, литературе по фармакологии, действию различных лекарств, стремление завязать знакомство с работниками аптек и учреждений здравоохранения, повышенный интерес к изучению тех или иных лекарственных препаратов в сети Интернет;

- частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления, в том числе позитивное отношение к «легализации» наркотиков в некоторых зарубежных странах.

Любой из перечисленных признаков в отдельности не всегда может достоверно свидетельствовать об употреблении подростков или молодым человеком наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение. В таких случаях родителям необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

По возможности старайтесь чаще беседовать с подростками на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чём бы вы ни говорили с подростками, постарайтесь ненавязчиво **дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности**.

Если есть опасность приобщения подростка к наркотикам, или уже возникли проблемы, связанные с их приемом, необходимо немедленно принять все меры, направленные на предупреждение дальнейшего вовлечения в наркотизацию.

Помогите ему самостоятельно принять решение, убедите совместно обратиться за помощью к специалисту врачу-наркологу!

**Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик в первый раз.**

**Виды наркотических средств и психотропных веществ с учетом современных тенденций развития наркообстановки**

Наркотические и психотропные вещества можно разделить на две категории: легализованные в жизни общества (то есть медицинские лекарственные препараты, которые используются для лечения различных заболеваний по назначению врача, что не противоречит закону) и незаконно производимые и распространяемые.

К первой группе веществ относятся лекарственные препараты в виде таблеток, порошков, жидкие лекарственные формы в ампулах, микстурах, применяемые в медицинских целях, включенные в списки перечня наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации.

Однако этими препаратами, а также многими другими медикаментами, отнесенными к сильнодействующим веществам, часто злоупотребляют с целью получения одурманивающего эффекта.

В обыденном представлении наркомания чаще всего ассоциируется с такими веществами, которые производятся, продаются и покупаются нелегально, например, с гашишем, героином, кокаином, «солями», «спайсами».

На самом деле наркоманами становятся и в результате злоупотребления лекарственными средствами.

Болезненное пристрастие к обезболивающим, успокаивающим и снотворным наркотикам - довольно распространенное явление. Зачастую препарат, который принимается по предписанию врача, приносящий пользу и облегчающий страдания, может стать опасен и даже угрожающим для жизни в случае приема в больших дозах, значительно превышающих терапевтические.

Ко второй группе относятся наркотики, изготавливаемые нелегально из растительного сырья (коки, конопли, мака и др.) или химических веществ для немедицинского употребления с целью наркотического опьянения. Это такие наркотики, как:

• опий, героин, которые получают из снотворного мака, выращиваемого как в нашей стране, так и за рубежом;

• кокаин, который добывают из листьев южноамериканского кустарникового растения кока;

• марихуана и гашиш (анаша), получаемые из конопли.

• различные синтетические наркотики, изготавливаемые в подпольных лабораториях на основе синтеза химических веществ, так называемые «соли», «спайсы».

Любые наркотические или психотропные вещества, включая медикаменты, по существу — ЯД! Они лишь различаются по степени и характеру воздействия на организм.

Прием наркотиков начинается, как правило, с небольших доз. Некоторые из них на начальном этапе потребления вызывают ощущения покоя и благодушия, другие оказывают стимулирующие действие.

Влияние наркотиков часто непредсказуемо. Прежде вполне нормальных людей они превращают то в мечущихся бесов, то в подавленных и безразличных, то в слабоумных. Причем реакция на одни и те же наркотики у разных людей может оказаться различной, в зависимости от психического и физического состояния человека в момент их приема. При этом высокие дозы наркотиков вызывают смерть.

Особенность влияния наркотиков заключается в том, что в результате злоупотребления ими через некоторое время организм перестает реагировать на ранее принимаемую дозу, и для достижения желаемого эффекта требуется ее постепенное увеличение.

Одно из самых опасных действий наркотика на организм человека заключается в том, что он способен в самые короткие сроки сформировать сильнейшую наркотическую зависимость у человека, непреодолимую психическую тягу и тяжелейшую физическую зависимость от употребления препарата.

**«Аптечная наркомания»**

В России все громче заявляет о себе угроза распространения аптечной наркомании. Любители острых ощущений чаще отдают предпочтение медицинским препаратам, содержащим психоактивные вещества. При этом самыми привлекательными местами для наркозависимых становятся аптеки, которые упрощают доступ к дурманящему зелью. Без поиска наркодилеров и самодеятельности с химическими веществами в целях достичь нужного состава наркоманы получают все необходимое, просто приобретая уже готовые таблетки.

«**Аптечные наркотики»** - это неофициальное, общеупотребимое название лекарственных препаратов с мощным обезболивающим или седативным эффектом, которые можно купить в аптеке, часто без рецепта, и которые могут быть использованы в немедицинских целях для достижения состояния одурманивания, сходного с наркотическим опьянением.

Аптечные препараты, содержащие в своем составе наркотические или сильнодействующие вещества, могут употребляться сами по себе, в сочетании с другими препаратами или веществами, а также использоваться в процессе приготовления других наркотиков (прекурсоры).

«Аптечные наркотики» обычно употребляют в больших дозах. Такое злоупотребление, как правило, приводит к сильной интоксикации организма, а также к психическим расстройствам, неврозам, неврастении, серьезному истощению организма. «Аптечные наркотики» способны вызывать эффекты привыкания, зависимости и синдрома отмены.

Особенно уязвим для разрушающего воздействия аптечных наркотиков детский организм. У несовершеннолетних и привыкание быстрее (обычно уже с первого раза), и последствия более тяжелые. Кроме того, чтобы усилить ощущения в опьянении, подростки постепенно увеличивают количество принимаемого препарата. Нередко это приводит к передозировке. Если в этот момент рядом не окажется взрослых, трагедии не избежать.

Аптечная наркомания, как эпидемия, вытесняет «привычную» и заполучает в свои ряды все больше молодых людей. На рост аптечной наркомании влияют два фактора - своеобразная наркотическая «мода» и доступность. Относительная дешевизна и отсутствие наказания делают её еще более привлекательной для наркопотребителей.

Кроме того, еще одним определяющим фактором является то, что препараты, которые можно приобрести в аптеках, чаще не требуют инъекционных введений, что исключает риски заражения потребителей ВИЧ-инфекцией, вирусными гепатитами и другими инфекционными заболеваниями.

С целью достижения наркотического опьянения или одурманивания наркопотребителями используются медицинские препараты следующих групп: эфедринсодержащие, противосудорожные, миорелаксанты, обезболивающие, антидепрессанты, транквилизаторы, снотворные, антигистаминные, капли для глаз, сиропы от кашля (Приложение 1).

Подростковая наркомания нередко начинается, с казалось бы, безобидных лекарственных препаратов, например, средства от головной боли и кашля. Постепенно, используя данные лекарства бесконтрольно и без назначения врача, во время приема появляется ощущение легкости и расслабленности в организме, к которым подростки привыкают и начинают поиски препаратов с более сильным влиянием на нервную систему и психику. Таким образом, незаметно, но с нарастающей прогрессией у подростка развивается наркотическая зависимость.

В то время, как государство борется с распространением обычных наркотиков, все чаще недобросовестные работники аптек становятся легальными наркодилерами. Нередко аптеки нарушают правила контроля и отпускают лекарства с психотропным действием без необходимого разрешения. Причина этому одна - медикаментозная наркомания приносит аптечному бизнесу большую прибыль. За возможность легальной покупки наркотика зависимые готовы платить завышенную цену, а благодаря доступности этих препаратов число аптечных наркоманов только растет.

Для своевременного реагирования при появлении риска привыкания, либо уже сознательное потребление подростками лекарственных препаратов с целью наркотического опьянения родителям и педагогам необходимо обращать внимание на употребление подростками определенных лекарственных препаратов, перечень которых приведен в Приложении 1.

При выявлении случаев использования данных препаратов обучающимися в образовательных организациях, с целью пресечения их немедицинского потребления, педагогическому работнику необходимо немедленно связаться с родителями и проинформировать их об этой ситуации.

Информацию об аптечном учреждении, сбывающем лекарственные препараты несовершеннолетним для использования их с целью получения наркотического опьянения, необходимо направлять в адрес антинаркотической комиссии муниципального образования (контакты на официальной странице в сети Интернет администрации муниципального образования), либо в районные отделы полиции.

В отношении собственников аптечных учреждений и лиц, незаконно осуществляющих безрецептурный отпуск препаратов, применяются нормы уголовного и административного кодекса (Приложение 2).

**Причины, способствующие приобщению к наркотикам**

Причин и условий, способствующих приобщению к наркотикам, довольно много, и знание хотя бы основных из них сможет помочь в организации и проведении целенаправленной профилактической работы.

К факторам, способствующим вовлечению в употребление наркотических и психотропных веществ, относятся:

- низкая духовность и культура у некоторой части населения;

- сформировавшаяся наркотическая субкультура и «мода» на наркотики у определенной части молодежи, связанная с определенным образом и стилем жизни;

- социально-экономическая ситуация;

- относительная доступность наркотиков «на черном рынке» (продажа через сеть Интернет);

- активная деятельность наркоторговцев и их сообществ, направленная на стимулирование спроса на наркотики, особенно среди подростков и молодежи (невербальная реклама и пропаганда с активным использованием популярных блоггеров);

- сверхвысокая доходность наркобизнеса;

- агрессивная пропаганда наркотиков в некоторых СМИ и выступлениях музыкальных коллективов (например, рок-групп) на фоне слабой антинаркотической контрпропаганды;

- деятельность различных сект, общественных организаций, выступающих за легализацию наркотиков и декриминализацию ответственности за незаконные действия с ними;

- привыкание к наркотикам людей, перенесших сложные операции, нуждающихся в регулярном приеме наркотических и сильнодействующих лекарственных препаратов с мощным обезболивающим действием.

Все чаще распространители наркотиков специально вовлекают в свои ряды молодежь из благополучной социальной среды. Опытные наркодилеры хорошо знают, что человек, попавший в зависимость от наркотика - послушное орудие в их руках.

Существует еще один момент, который не следует забывать в повседневной работе. Одна из главных причин, толкающих подростков на первое употребление психоактивного вещества – это личностный конфликт с родителями или преподавателями. Причем необходимо иметь в виду, что неблагополучие или эмоциональная отчужденность, психологический дискомфорт в семьях не всегда заметны со стороны. Внешне в семье может быть все благопристойно, а в действительности же она расколота взаимным непониманием и недоверием. Фактически такая семья существует лишь формально, и по сути является дизгармоничной, а соответственно, уязвимой в отношении формирования рискованного поведения у подростков, которые в ней воспитываются.

 Способствовать такому состоянию семьи могут различные факторы: социальное положение родителей, их нравственный уровень, в разводе они или нет, количество детей в семье, степень их избалованности, «заброшенности» и т.д. Главным же является одно — взаимоотношение родителей с детьми и между собой. Нравственно-психологический климат в семье — это то, на что постоянно надо обращать внимание. Разумеется, не вторгаться в семейные отношения, но вовремя и умно защитить подростка от возможных последствий внутрисемейного неблагополучия, оказать своевременную помощь и поддержку - на практике означает предупреждение срывов у ребенка.

Необходимо убедить родителей, что отсутствие повседневного контроля за режимом дня, близким окружением подростка, кругом его интересов, в том числе в сети Интернет, и истинной, мудрой родительской любви к своим детям означает только одно - отсутствие заботы о подростке, его психическом и физическом здоровье и развитии.

Немаловажную роль в устойчивости или предрасположенности подростков к потреблению наркотиков играет такая особенность в поведении родителей, как стремление самим принимать решения за детей вопреки их желанию, прибегая к насилию над их волей, а также лишая их возможности нести ответственность за свои поступки.

Подростки из таких семей стремятся освободиться от жесткой зависимости от родительской воли, психологического прессинга в отношениях и ошибочно видят в неформальных группировках молодёжи, в том числе среди наркоманов, своего рода отдушину, возможность найти взаимопонимание со сверстниками. Кампании наркопотребителей, в силу психологических особенностей их членов, всегда стремятся расширить свой круг. В таких кампаниях, подчиняясь неписаному правилу «быть как все», молодые люди начинают пробовать наркотики и втягиваются в их употребление.

Наиболее распространенными причинами употребления наркотиков в молодежной среде являются:

- любопытство - оно связано с желанием молодого человека узнать — «А что почувствуешь, если попробуешь это?». Есть только один способ преодолеть эту опасность — воспитать у подростка готовность в любой момент благоразумно сказать твердое «Нет!» любому эксперименту с наркотиками;

- психологическое давление, инстинкт подражания, влияние «моды». В молодежных группах, лидеры которых употребляют наркотики, эти вещества становятся главным элементом, дающим ощущение единства, отождествления себя со своей группой;

- невежество, связанное с отсутствием достоверной, объективной и доходчивой информации о природе и последствиях этой болезни. На уровне обыденных разговоров имеют место различные искажающие действительность слухи и мифы о наркотиках. Например, до сих пор распространено убеждение, что если контролировать прием наркотиков, они не представляют опасности;

- доверчивость. Известно, что наркоманы стараются всеми способами вовлечь в свой круг как можно больше новых людей. С этой целью, как уже отмечалось выше, они путем обмана, а иногда и с помощью насилия могут заставить молодого человека попробовать наркотик и постепенно вовлечь его в это занятие.

Для того, чтобы эффективно противостоять этому злу, нужно отдавать себе отчёт в том, что немедицинское потребление наркотиков не только опасно для здоровья и жизни, оно противоправно и ведёт человека вниз по социальной лестнице к преступлениям и деградации.