

## Запобігання Вживання Психотропних Речовин



Тютюн, алкоголь, деякі ліки, токсичні речовини, наркотики тощо. Усі вони більшою чи меншою мірою впливають на мозок і психіку людини, її здатність тверезо мислити і відповідально діяти. Тому їх називають психоактивними речовинами (такими, що впливають на психіку людини).

Деякі з них використовують у медицині як знеболювальні чи снодійні препарати. Інші, хоч і небезпечні для здоров'я, але не заборонені законом. Це тютюнові й алкогольні вироби, препарати побутової хімії.

Однак є ще одна група психоактивних речовин, вживання яких є особливо небезпечним. Це наркотичні речовини, наркотики. Хоч наркотичний ефект можуть мати й інші психоактивні речовини, до прикладу, деякі ліки, та загалом наркотиками прийнято називати лише нелегальні препарати, розповсюдження яких заборонено законом.

Наркотична залежність не виникає за одну ніч. Це відбувається поступово, крок за кроком, часто непомітно для людини. За влучним висловом Семюела Джексона: «Пути звички є надто слабкими, аби їх можна було помітити до того моменту, коли вони стають надто міцними, щоб їх можна було розірвати».

Іноді людина сама не знає, може вона ще контролювати себе чи вже потрапила в тенета залежності.

### Ознаки наркотичної залежності:

- вживання психоактивних речовин, щоб відволіктися від проблем;
- нав'язливі думки про те, щоб дістати чергову дозу;
- продаж речей чи крадіжки, щоб роздобути гроші;
- провали в пам'яті, коли неможливо згадати, що робив напередодні;
- поява нових друзів, які вживають психоактивні речовини;
- відсторонення від родини і давніх друзів;
- втрата інтересу до всього, що раніше цікавило;
- напади тривоги, депресії, люті;
- постійні обіцянки не вживати наркотики, невдалі спроби зупинитися;
- вживання психоактивних речовин наодинці;
- виникнення абстинентного синдрому через відсутність наступної дози;

- потреба вживати більшу дозу, щоб відчутти той самий ефект.

### **Руйнівні наслідки вживання наркотиків**

#### **Причини вживання наркотиків.**

##### **Соціальні чинники:**

- ✓•наркотики є легкодоступними;
- ✓•реклама цигарок і алкоголю поступово створює позитивний імідж наркотикам;
- ✓•наркотики вживають друзі;

##### **Психологічні чинники:**

- деякі люди не знають, як це небезпечно - курити, пити і вживати наркотики;
- їм цікаво, на що це схоже;
- вони не вірять, що вживання наркотиків є таким небезпечним, як про це застерігають експерти;
- вони вірять, що можуть спробувати наркотики, а потім відмовитися від них, коли захочуть.
- Вони вважають, що це непоганий спосіб розважитися.

### **Негайні наслідки вживання наркотиків.**

Більшість наркотиків безпосередньо загрожують життю людини. Вони можуть спричинити смертельне отруєння, зупинку дихання чи серцевий напад. Найпоширенішою причиною смерті є передозування.

Наркотики послаблюють інстинкт самозбереження, руйнують здатність тверезо мислити й ухвалювати виважені рішення. Під їхнім впливом люди частіше потрапляють у небезпечні ситуації за кермом автомобіля, у човні, за верстатом — там, де потрібні підвищена увага, швидка реакція, обережність.

**Віддалені наслідки.** Вживання наркотиків має і віддалені наслідки для життя та здоров'я людини: безпліддя, важкі психічні захворювання. У споживачів «зі стажем», які користуються шприцами, зазвичай ціла низка смертельно небезпечних хвороб — сифіліс, гепатит В, ВІЛ-інфекція.

За регулярного вживання наркотиків руйнується соціальне оточення людини. Вона змушує страждати свою родину, відштовхує друзів. Зазвичай її матеріальне становище погіршується, нерідко вона втрачає роботу, продає все, що має.

Той, хто вживає наркотики, потрапляє в залежність не лише від наркотиків, а й від наркоторговців — людей із кримінального середовища. Він ніколи, напевно, не знає, що купує. Адже щоб отримати більше товару, в героїн чи кокаїн додають інші речовини, нерідко смертельно небезпечні.

Якщо у людини нема грошей, їй можуть запропонувати «заробіток»: схиляють до проституції, спонукають до крадіжок, пограбувань, розповсюдження наркотиків. Так вона неминуче вступає у конфлікт із законом, прокладає собі дорогу до в'язниці.

### **Заходи з профілактики вживання наркотичних речовин**

Захисними чинниками, що перешкоджають уживанню підлітками психоактивних речовин, є:

- міцна сім'я, увага до захоплень підлітка з боку батьків;

- успішна соціалізація дітей, залучення їх до суспільно значущих заходів;
- поінформованість про наслідки вживання психоактивних речовин;
- розвиток у підлітків знань про здоров'я, зокрема, чинників, які впливають на здоров'я, негативні наслідки вживання психоактивних речовин.

Кам'янське відділення  
ДУ «Черкаський обласний центр контролю  
та профілактики хвороб Міністерства охорони  
здоров'я України»