

Чей это выбор ?

Как вы думаете, зачем люди употребляют алкоголь, наркотики и многие другие изменяющие состояние сознания вещества?

Мы спрашиваем, нам отвечают:

- чтобы было хорошо, для кайфа, чтобы было весело;
- так легче общаться;
- от горя, забыться;
- чтобы танцевать, чтобы быть веселее и "круче";
- просто, чтобы испытать, что это такое;
- уйти от боли;
- за компанию, чтобы расслабиться;
- для смелости, для энергии;
- уйти в другие миры;
- и многое другое.

А почему люди этого не делают:

- они боятся за свою жизнь, здоровье;
- они боятся проблем, родителей и милиции;
- у них есть принципы и убеждения;
- иногда этого не делают, потому что нет денег - но это временно.

Делайте выводы!

Мы с вами живем в таком мире, где причин для того, чтобы употреблять наркотики, гораздо больше, чем причин, чтобы их не употреблять.

... и это страшно ...



Миф: конопля
не наркотик,
от нее не бывает
зависимости
ФАСАМОМ ДЕЛЕ:
химическое вещество
тетрагидроканнабиол,
содержащееся в
конопле, вызывает
привыкание



туалете от
планировал для себя такого, когда вводил себе
первую дозу или затягивался первым "косяком".

Мы точно знаем, что:
ни один наркоман,
погибающий в притоне
или общественном
передозировки, не

Он думал так:

- *в жизни надо все попробовать;*
- *один раз не страшно;*
- *я буду контролировать себя;*
- *я сильный, буду держать себя в руках;*
- *те, кто стали наркоманами - слабые и безвольные;*
- *а мне все по-фигу;*
- *ведь друг сказал, что он колет, и все о'кей;*
- *чем я хуже других;*
- *а гори оно все огнем;*
- *когда почувствую, что начинается зависимость – брошу;*
- *от этого вещества зависимости не бывает.*

... А возможно, он не думал вообще ...

Вы часто спрашиваете -

Что же такое наркотики...

Мы говорим о веществах,
действующих на мозг
и вызывающих привыкание

***Химические вещества,
изменяющие состояние
сознания, ЭТО:***

- *Психоактивные вещества (ПАВ.)*
- *Наркотики и наркотические вещества (конопля тоже.)*
- *Алкоголь (пиво тоже).*
- *Некоторые лекарственные средства.*
- *Токсические вещества (клей и бензин тоже).*

Они бывают:

- *синтетического и природного происхождения;*
- *разрешены или запрещены законом в разных странах;*
- *дорогие и дешевые.*

Их употребление:

- *затрагивает самые разные социальные слои населения;*
- *один из способов получения удовольствия;*
- *вызывает зависимость;*
- *связано с риском для жизни.*

***Все это - вещества, изменяющие
состояние сознания.***

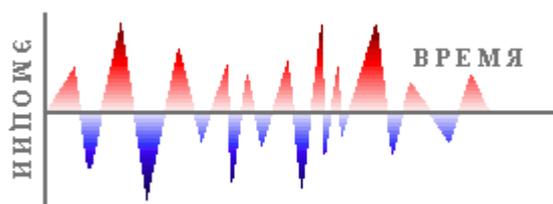
***Употребление любого из них
может искалечить человеческую
жизнь и даже убить.***

Природой было задумано:

- *В течение жизни человек испытывает различные эмоции: радость, страх, печаль и др. Эмоции сопровождаются физиологическими изменениями*

(учащение сердцебиения, задержка дыхания, влажность кожи, дрожь и т.п.).

- Каждый раз, когда мы что-то делаем, думаем, чувствуем, в нервной системе происходят физиологические изменения. От нейрона к нейрону передаются импульсы, начинается выделение биологически активных веществ - нейромедиаторов.
- Человеку свойственно получать удовольствие. У него, как у всех млекопитающих, существует "центр удовольствия", который находится в мозге.



В норме колебания эмоционального состояния человека незначительны. Центральная нервная система поддерживает баланс нейромедиаторов. **НО!** Если в организм попадают ПАВ (т.е. психоактивные вещества, помнишь?), происходят резкие изменения. Если интересно, какие - читай дальше.



В 1953 году Джеймс Олдс и его коллеги вживляли электроды в мозг крыс. Крысы научились нажимать на рычаг, чтобы получать раздражения. Однажды, научившись, они продолжали это делать с частотой несколько тысяч раз в час в течении 10 часов. Поскольку крыса трудилась с таким упорством, ее поведение означало, что ей "нравится" ощущение, вызываемое такой стимуляцией. Соответствующие области стали называть "центрами удовольствия".

МИФ: если не колоть в вену,
зависимости не будет
НА САМОМ ДЕЛЕ: любой способ
употребления ПАВ приводит
к зависимости

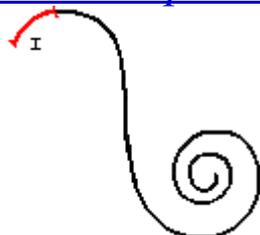
Даже понимая клеточные механизмы на уровне нейробиологии, мы не можем объяснить то, что чувствуем. Тем не менее, мы действительно испытываем настоящий страх, восторг или грусть в то время, как в мозге идут биохимические процессы, регулирующие эмоции.

МИФ: наркотики - обязательный атрибут красивой жизни
НА САМОМ ДЕЛЕ: не все то золото, что блестит

МИФ: чтобы завязать, нужно постепенно снижать дозы
НА САМОМ ДЕЛЕ: отрубать дозы собаке по кускам гораздо больнее, чем делать это сразу

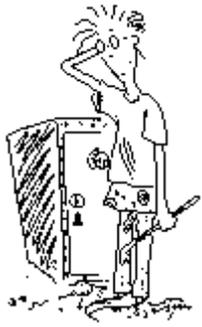
Стадии развития зависимости

Этап 1. Первые опыты.

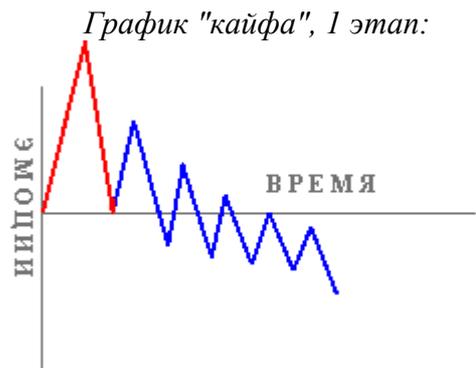


Для этого этапа характерно:

- Естественное любопытство, желание просто попробовать.
- Активный поиск новых видов кайфа.
- Неумение сказать "НЕТ".
- Трудности с пониманием собственных границ.
- Попадание под влияние различных мифов о химических веществах.
- Страх прослыть "белой вороной" или "маменькиным сынком".
- Неосознанное желание убежать от сложностей жизни (или осознанное).
- Наплевательское отношение к себе и своей жизни, "пофигизм" как мировоззрение.
- Желание сделать свою жизнь интересной и наполненной.
- Незнание того, как на самом деле действуют ПАВ на психику и организм человека.



МИФ: наркоманы и алкоголики - слабые, безвольные люди
НА САМОМ ДЕЛЕ: зависимость от ПАВ, как и любое другое хроническое заболевание, не имеет отношения к силе воли



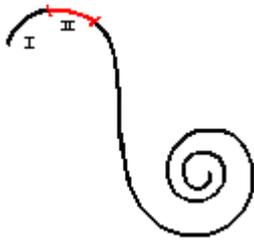
Необычайно высокий пик ощущений в организме, "кайф". Первые дозы ПАВ вызывают резкий сбой нейрохимического баланса головного мозга. Очень важно, что ПАВ не сами вызывают удовольствие непосредственно, а заставляют организм активизировать свои ресурсы.

Человеку дан сейф - запас удовольствия. Им можно пользоваться всю жизнь понемногу, а можно "взломать" сейф и выгрести целую охапку "кайфа". Не скоро придет в себя "ограбленный" банк.

Есть два пути после первых опытов:

- 1. Полностью прекратить употребление:
Около 50 % людей так и поступают.*
- 2. Продолжают употребление, что неминуемо ведет к переходу на следующий этап развития зависимости от ПАВ.*
- 3. Третьего не дано. **УВЫ***

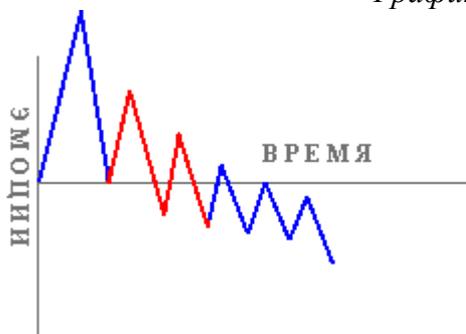
Этап 2. Начинает нравиться.



Для этого этапа характерно:

- Осознанное желание получить "кайф" при помощи ПАВ.
- Планирование употребления.
- Поиск разумных оправданий употребления.
- Поиск "подходящей компании".
- ПАВ становятся необходимым атрибутом веселья и отдыха.
- ПАВ начинают использоваться как:
 - средство против "комплексов";
 - лекарство от стресса;
 - способ общения;
 - спутник сексуальных отношений.
- Формируется особая "тусовка" - свои ПАВ, своя музыка, стиль одежды, юмор.

График "кайфа", 2 этап:



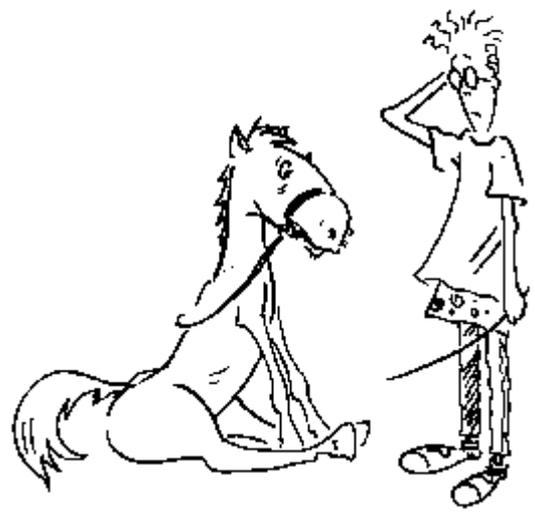
Зависимость - болезнь привыкания. Организм привыкает к определенной дозе и требует большей для получения удовольствия.

*Миф: все современные музыканты сидят на наркотиках, и ничего...
ФАСАМОМ ДЕЛЕ: многие современные музыканты предпочитают воздерживаться от употребления ПАВ, т.к. это негативно сказывается на их творчестве*

Кнут уже не помогает. Возьми что-нибудь потяжелее

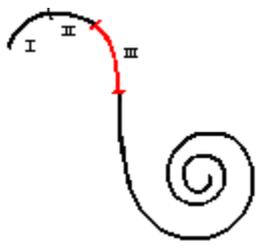


Закон дозы:
Если человек продолжает употреблять вещества, изменяющие состояние сознания (ПАВ), он переходит с меньших доз на большие, и с менее сильных веществ на более сильные.



Если человек не прекращает употребление, начинается следующая стадия развития ЗАВИСИМОСТИ

Этап 3. Возникают проблемы.



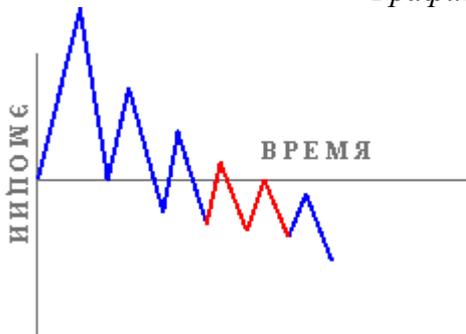
Для этого этапа характерно:

- Проблемы со здоровьем (похмелье, ломка, неприятные ощущения после употребления, инфекционные заболевания).
- Потеря контроля над поведением (травмы, насилие, криминал).



- *Неразборчивость в сексе (венерические заболевания, нежелательная беременность, проблемы в отношениях).*
- *Скандалы в семье.*
- *Проблемы с учебой, неприятности в школе.*
- *Финансовые трудности (долги, продажа вещей из дома, постоянный поиск денег).*
- *Конфликты с друзьями.*
- *Основной круг общения - те, кто употребляет ПАВ.*
- *Конфликты с законом, приводы в милицию.*

График "кайфа", 3 этап:



Возникает физическая зависимость. Наркотик не приносит желаемого удовольствия, а употребляется для приведения организма в нормальное состояние.

**Возникающие проблемы
служат оправданием
дальнейшего употребления.**

**Употребление вызывает
новые проблемы.**

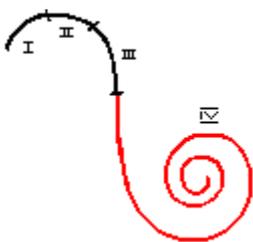
**Причина и следствие
меняются местами.**

**Прекратить употребление на этой стадии самостоятельно
практически невозможно, необходима помощь
специалистов.**

**Продолжение употребления обязательно ведет к переходу
на следующий этап **ЗАВИСИМОСТИ****

МИФ: наркотиками
 являются
 только вещества
 синтетического
 происхождения
НА САМОМ ДЕЛЕ: часть
 наркотических
 веществ - вещества
 природного
 происхождения
 (конопля, мак,
 грибы и др.)

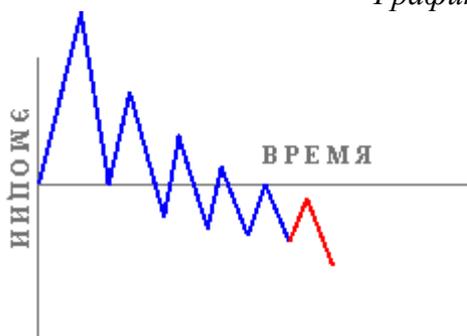
Этап 4. Употребление становится целью.



Для этого этапа характерно:

- Употребление ради употребления.
- Постоянная потребность в ПАВ.
- Использование крайних средств в поисках дозы.
- Разрушение нравственных ценностей.
- Апатия и нежелание жить, утрата смысла существования.
- Попытки самоубийства.
- Серьезные проблемы со здоровьем, возникновение хронических заболеваний.
- Разрыв с семьей, друзьями, обществом.

График "кайфа", 4 этап:



Глубокие физиологические изменения. Употребление веществ для того, чтобы прожить этот день. Мозг разучился самостоятельно регулировать нейрхимический баланс и не может воспринимать окружающий мир без очередной дозы.

Абсолютное большинство наркоманов, дошедших до этой стадии развития зависимости, погибают от передозировки.



Количество вещества, требуемое для
возвращения мозга к нормальному
функционированию, становится критическим
для жизнедеятельности организма в целом.

***Если человек не прекращает употребления
- он ПОГИБАЕТ***



*Согласны, употребление многих психоактивных веществ может быть
привлекательным.*

Но ты уже знаешь, что оно влечет за собой.

Кто делает выбор?

Родители?

Друзья?

Школа?

А, может, ты сам?

Способен ли ты сказать "НЕТ" даже когда это трудно?



**Только ты можешь
позаботиться о себе,
если ты действительно
этого хочешь.**

ИТАК,

если в результате употребления ПАВ у человека появляются проблемы в любой из сфер жизни (тело, разум, эмоции, душа, отношения с людьми), и если человек не может прекратить употребление, или прекращает, но снова "срывается", -

это ЗАВИСИМОСТЬ.

Зависимость - это болезнь.

Болезнь

хроническая

прогрессирующая

смертельная

Тем не менее выздоровление возможно.

Выздоровление -

*сложный, долговременный,
иногда болезненный процесс,
первым шагом и основным условием которого
является*

полный отказ от употребления

любых ПАВ.

