



Что такое наркотики и как они влияют на нашу жизнь?

Советы родителям



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development

Содержание

Профилактика наркомании как задача родителей	3
Что такое наркотические вещества?	3
Почему люди потребляют наркотики?	4
Как добывают наркотики?	4
Рекомендации	5
Наиболее распространенные наркотические вещества и их влияние	6
Алкоголь	6
Амфетамин	7
Экстази	8
Фентанил	9
ГНВ	10
Героин	11
Конопля	12
Кокаин	13
Клеи, лаки, растворы	14
LSD	15
Успокоительные и снотворные	16
Грибы	17
Табак	18
Первая помощь	19

Профилактика наркомании как задача родителей

Многие родители все больше обеспокоены, услышав, насколько распространено «пробное» употребление наркотиков среди молодежи. Для волнений есть причины, ведь болезнь зависимости теперь встречается не только в проблемных семьях. Даже дети из семей, в которых все вроде бы в порядке, часто не могут отказаться от искушения наркотического вещества. Поэтому родителям не стоит поддаваться чувству ложной безопасности. Как родители могут повлиять на ребенка? Что они могут сделать, чтобы лучше защитить ребенка от наркотиков? На эти вопросы мы и попробуем ответить.



3

Что такое наркотические вещества?

Наркотические вещества – это вещества, изменяющие самосознание, поведение человека и восприятие им окружающего мира.

Некоторые вещества, такие как кофеин, табак и алкоголь, разрешены законом, а доступность некоторых наркотических веществ, например, транквилизаторов и снотворных, ограничена. Но большая часть наркотических веществ запрещена законом, то есть, они нелегальны. Их также называют наркотиками.

Потребление наркотиков не всегда заканчивается плохо, но все же наркотические вещества вредны. Даже разрешенные законом алкоголь и табак могут вызвать такие же серьезные проблемы, как и нелегальные наркотики. Их влияние, во многом, зависит от того, кто и как их потребляет.

Потребление наркотиков может серьезно повредить психическому и физическому здоровью, а в худшем случае – привести к смерти. Социальное влияние наркотика огромно – зависимые часто теряют интерес к своей семье и отношениям с людьми, отказываются от учебы и работы и, зачастую, преступным путем добывают деньги на покупку наркотиков.

Почему люди потребляют наркотики?

Чтобы справиться с проблемами

Многие люди потребляют наркотики в одиночестве, желая отключиться от реальности и временно забыть о своих проблемах. Наркотики могут на короткое время повысить самооценку, и такой эмоциональный допинг вызывает зависимость. Многие молодые люди, к примеру, верят, что кофеин, табак и амфетамин помогут им держать свой вес под контролем, и они смогут лучше соответствовать распространенным в обществе нормам стройности.

Развлечение

Многие считают, что нелегальные наркотики на вечеринке или в ночном клубе – это такой же способ расслабиться, как и бокал вина для кого-то другого. Такие люди думают, что хорошо знают о влиянии наркотиков, знают о своих границах, и у них часто есть разработанный план, что и когда принимать. Многие наркотики тесно связаны с миром музыки и моды, они являются частью окружающей их субкультуры.

Экспериментирование

4 Подростков часто привлекает все, что любопытно и таинственно. Нелегальные наркотики становятся все доступнее, и все больше молодёжи пробует наркотики для того, чтобы испытать что-то новое и захватывающее. Большинство таких молодых пробуют нелегальные наркотики в течение короткого периода времени, а затем полностью прекращают их потребление. Как правило, подобное одноразовое потребление не вызывает зависимости, но есть люди, которые уже при первом же потреблении наносят большой вред своему здоровью.

Одобрение друзей

Во многих компаниях делается упор на потребление наркотиков, потому что кажется, что их потребляют все. Для подростков, которые находятся в поиске собственного «я», потребление наркотиков может быть не только средством для вхождения в компанию, но и протестом против семьи или общества.

Некоторые наркотики одобряются обществом

Разрешенные законом наркотические вещества, например, энергетические напитки, сигареты и алкоголь, изображаются в средствах массовой информации как естественная часть достойного восхищения и завидного стиля жизни. Многие начинают их потреблять только потому, что считают, будто это хорошее средство для расслабления, или же для того, чтобы выглядеть «круче» и взрослее.

Как добывают наркотики?

Многие молодые знают, у кого получить наркотики. В большинстве случаев это кто-то из сверстников, который возвращается в той же компании. Многие потребители наркотиков готовы продать друзьям часть своих запасов. В глазах закона продажа наркотиков гораздо более серьезное преступление, чем владение ими – это следует тщательно разъяснить каждому подростку. Подробную информацию о законе можно найти на сайте www.narko.ee.

Помимо разрешенных законом наркотиков продаются и иные вещества, которые потребляются в качестве наркотических, например, клей, растворы или аэрозоли. У продавца есть право отказаться от их продажи, если он подозревает, что они используются в качестве наркотиков, но в любом случае они доступны.

Рекомендации

Каждый родитель обязательно должен поговорить со своим ребенком о наркотиках. Многие родители говорят о табаке и алкоголе, но в случае с нелегальными наркотиками предпочитают прятать голову в песок и слепо верить, что «в нашей семье такого не случится». Поэтому подростки зачастую получают однобокую информацию на улице, от друзей или в Интернете.

Дети многому учатся, наблюдая и подражая, поэтому личный пример родителя крайне важен при формировании дальнейших позиций ребенка. Например, при потреблении алкоголя следует объяснить ребенку, почему взрослые пьют, и как это делать, не вредя себе. Если родитель курит, то это может быть, прежде всего, уроком об опасности зависимости. Даже открытая беседа об опыте взрослого с нелегальными наркотиками может быть ценной.

За подростками нельзя следить круглосуточно, и если они по какой-либо причине решили попробовать наркотики, то они, как правило, это сделают. Обязанность родителя – установить четкие границы, что разрешено и что нет, и каковы последствия перехода этих границ. Научить ответственности за последствия своих поступков непросто, но ясные границы, обсуждение ситуаций между собой, честная информация и советы в этом помогут.

Например, в случае с алкоголем следует разъяснить подростку:

- Не пей слишком много и слишком быстро.
- На вечеринке или в компании следи за тем, сколько ты уже выпил.
- Не смешивай напитки разных типов и не потребляй алкоголь с другими наркотическими веществами или с лекарствами. Подобная комбинация может быть опасной для жизни.
- Пей алкоголь исключительно в безопасном месте. Не уходи с праздника с людьми, которых ты плохо знаешь.
- Всегда думай заранее, как безопасно попасть домой с вечеринки.

Говоря с молодыми о наркотиках, очень важно сохранять спокойствие и дружелюбный тон. Злоба, обвинения и угрозы с любой стороны, как правило, ни к чему не приводят, выливаясь только в упрямое противостояние. Беседуя на эти темы, нужно запастись временем и терпением, чтобы выслушать и точку зрения подростка. Никогда не стоит спорить с человеком в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

Помогут следующие советы:

- Прежде всего, постарайтесь не обвинять ребенка. Это наверняка приведет к ссоре, а если вы ошиблись, то это может серьезно повредить отношениям с ребенком.
- Попробуйте найти для беседы время, в которое вы уверены, что сможете поговорить, не прерывая беседы.
- Не старайтесь начать беседу, если вы подозреваете, что ребенок находится в состоянии наркотического опьянения.
- Заранее продумайте, как отреагировать на признание ребенка, что он потреблял наркотики.
- Попросите ребенка описать свою позицию и внимательно выслушайте, что он говорит. Подростки не всегда понимают, что потребление наркотиков может быть проблемой.
- Если возникнет сомнение, что вам врут о потреблении наркотиков, постарайтесь сохранять спокойствие и не сердиться.
- Покажите своему ребенку, что прежде всего вы заботитесь о его здоровье и благополучии.
- Подтвердите, что он всегда может рассчитывать на вашу поддержку и помощь.
- Тщательно разъясните ему, какое поведение разрешено, а какое нет.
- Постарайтесь не угрожать наказанием – это может казаться быстрым и простым решением, но маловероятно, что это поможет достичь желаемого результата.
- Подростки должны понять, что отвечают как за свои поступки, так и за их последствия.

Наиболее распространенные наркотические вещества и их влияние

Алкоголь

Алкогольный напиток – это напиток, содержащий этанол, который обладает опьяняющим и вызывающим зависимость действием. По мнению многих потребление алкоголя является частью нашей культуры, но это не безопасное вещество, о котором все давно известно. Алкоголь влияет на мозг, как анестетик: чем больше пить, тем больше мозг «выключается».

Содержащие алкоголь напитки очень разные, и продаваемые в бутылках смешанные напитки часто содержат больше алкоголя, чем, например, сидр или пиво. Подробнее об алкоголе можно прочитать на сайте www.alkoinfo.ee.

Как влияет?

- Алкоголь часто усиливает настроение, в котором человек пребывал до употребления.
- Алкоголь обладает расслабляющим действием, при умеренном потреблении он может снизить чувство тревоги и стеснительности.

6

Почему вреден?

- Одного лишнего глотка достаточно, чтобы потерять самоконтроль. Речь становится спутанной, возникают нарушения равновесия и рвота.
- Алкоголь может сделать человека разговорчивым, вздорным и агрессивным.
- Постоянное выпивание серьезно вредит как психическому, так и физическому здоровью. Долгосрочное злоупотребление, например, вызывает цирроз печени, различные формы рака и заболевания сердца.
- Алкоголь может вызвать психическую и физическую зависимость. Чем больше и чаще пить, тем выше постепенно становится стойкость к алкоголю, и чтобы опьянеть, приходится пить все больше. Может казаться, что человек просто выдерживает больше, но на самом деле вы имеете дело с начинающейся проблемой.
- Злоупотребление может привести к алкогольному отравлению, которое может завершиться комой или даже смертью.
- Потребление алкоголя непосредственно связано с многими социальными проблемами, от преступлений с использованием насилия до семейного насилия, травм и смерти в ДТП.



Амфетамин

Белый порошок, употребление которого крайне сложно бросить.

Как еще называют?

Лед, фетамин, фен, порошок.

Как выглядит?

Серо-белый или оранжево-желтый порошок или таблетки.

Как употребляют?

Таблетки глотают. Порошок курят, вдыхают носом или пьют растворенным в напитке. Разведенный порошок вводят в вену. Влияние начнется спустя примерно 20 минут и длится несколько часов.

Зачем употребляют?

При употреблении возникает чувство дополнительной энергии и жажды деятельности, нравится много говорить.

Почему вреден?

- Амфетамин вызывает сильную зависимость. Зависимый не может жить без вещества и нуждается во все новых дозах для того, чтобы хорошо себя чувствовать;
- Продается много грязного амфетамина, это может вызвать сильное отравление;
- Длительное употребление, как правило, вызывает импотенцию и фригидность;
- Употребление амфетамина через нос серьезно повреждает носоглотку и обоняние;
- Употребляющий может быть в плохом настроении, беспокойным и в замешательстве. Могут возникнуть признаки паники и чувство преследования. Встречаются приступы высокой температуры и сильной тошноты;
- По истечении действия наркотика употребляющие часто испытывают чувство усталости и депрессии, но не могут спать. Приходить в себя после очередного употребления можно несколько дней, в это время человек зачастую нервный и раздраженный;
- Долговременное употребление наносит вред мозгу и сердцу и может привести к смерти.

Как распознать употребляющего?

- Расширенные зрачки;
- Чувство благополучия и счастья;
- Энергичный, нервный и беспокойный;
- Сексуальная активность в начале употребления может заметно увеличиться или наоборот, снизиться.

Экстази

Кажущиеся безвредными таблетки, употребление которых может плохо кончиться.

Как еще называется?

Колёса. У некоторых таблеток прозвища, как у картинок на них.

Как выглядит?

Таблетки разной формы и цвета, на которых часто есть какая-то картинка. Редко, но экстази встречается в виде капсул.

Как употребляется?

Глодается. Влияние начинается спустя от 20 минут до часа и длится несколько часов.

Зачем употребляется?

Экстази дает чувство дополнительной энергии, гонит сон и обостряет чувства. Вызывает чувство удовлетворения и единения с другими.

8

Почему вредно?

- Экстази вызывает зависимость: употребляющий хочет его снова и снова и не может отказаться от употребления.
- Часто продаются «грязные» таблетки экстази с ядовитыми добавками. Употребляя подобные таблетки, можно получить острое отравление;
- С употребляющими происходят несчастные случаи, поскольку они необъективно воспринимают свое окружение или последствия своих поступков;
- Экстази выводит из организма воду, и это опасно. Причиной смерти большинства людей, умерших от употребления экстази, послужила потеря воды, перегревание организма и инфаркт;
- Вызывает непроизвольные движения и судороги;
- После использования вызывает депрессию и усталость;
- При длительном употреблении может вызвать душевные заболевания, повреждения сердца, печени или мозга, некоторые зависимые совершают самоубийство в результате депрессии.

Как распознать употребляющего?

- Беспокойство, быстрая и временами несвязная речь;
- Расширенный зрачок;
- Температура, иногда очень высокая;
- У некоторых возникают видения и судороги. Обычный признак употребления экстази – сведенный подбородок и скрип зубами.

Фентанил

Фентанил, или белый китаец – в сотни раз крепче героина. Опаснейший наркотик, который врачи иногда используют как наркоз или обезболивающее.

Как выглядит?

Мелкий кристаллический белый порошок.

Как употребляют?

Внутривенно, курят или вдыхают через нос. При внутривенном введении действует сразу и в течение 4-6 часов.

Зачем употребляют?

Употребляющего охватывает эйфория, чувство теплоты и сонливости, он чувствует себя в безопасном отдалении от всевозможных невзгод.

Почему вреден?

- Фентанил быстро вызывает сильнейшую психическую и физическую зависимость. Зависимый от фентанила не может отказаться от употребления наркотика и нуждается в нем несколько раз в день, чтобы нормально себя чувствовать. От подобной зависимости крайне сложно освободиться;
- Чтобы получить тот же эффект, нужно все большее количество фентанила;
- Если постоянно употребляющий в течение нескольких часов не получает очередной дозы, то у него появляются сильнейшие признаки отчуждения: боль в суставах, текут слюни и слезы, нарушение сна, судороги и озноб;
- Пропадает интерес к предыдущей деятельности и друзьям, вся жизнь сосредоточена только на том, как достать очередную дозу;
- Долговременное употребление вызывает импотенцию;
- Постоянное употребление фентанила требует больших денег, поэтому многие зависимые становятся преступниками;
- Если делить с кем-то шприц при введении фентанила, существует большая вероятность заразиться ВИЧ. При пользовании общим шприцем распространяются и другие инфекционные заболевания, например, гепатит;
- Неумелая инъекция может причинить серьезный вред или даже убить.

Как распознать употребляющего?

- Суженные зрачки;
- Замедленное дыхание;
- Спокойный, в хорошем настроении;
- Легкие нарушения речи;
- Уставший, без аппетита, сонный;
- Следы от уколов на руке или на теле;
- После окончания действия наркотика апатичный и вялый.



GBH

Напиток кажется безвредным, но очень легко стать жертвой передозировки.

Как выглядит?

Бесцветная и прозрачная, иногда похожая на сироп жидкость. На вечеринках GBH часто продают по полной крышке.

Как употребляют?

Выпивают. Влияние начинается спустя 10 минут-час и длится 2-3 часа. Остаточные явления могут длиться до 10 часов.

Зачем употребляют?

Употребляющий чувствует себя пьяным, практически как при употреблении алкоголя. Ощущение энергичности, счастья и общительности. У многих увеличивается сексуальная энергия.

10

Почему вреден?

- При покупке GBH невозможно проконтролировать его чистоту и крепость. Грязный наркотик часто содержит щелочь и вызывает разъедание;
- Слишком крепкий GBH вызывает галлюцинации, потерю сознания, тошноту, судороги и нарушения дыхания;
- Очень часто GBH случайно выпивают в слишком большом количестве. Это вызывает серьезные побочные явления, например, бессонницу, дурноту, головную боль, потерю памяти и тошноту. Употребляющий может утратить контроль над своими мышцами или потерять сознание;
- По окончании действия употребляющий обычно засыпает на пару часов, а проснувшись, может с большим трудом вспомнить, что происходило до принятия GBH и под его влиянием;
- Были случаи, когда человека поили GBH вопреки его желанию, чтобы сексуально его использовать.



Как распознать употребляющего?

- Кажется пьяным, но не пахнет алкоголем;
- Довольный;
- Хихикает, разговорчивый;
- Увеличилась чувствительность к прикосновениям;
- Расслабленность мышц.

Героин

Очень сильный и опасный наркотик, быстро вызывающий сильнейшую зависимость.

Как еще называют?

Герыч, лошадка, примесь.

Как выглядит?

Сероватый или коричневатый порошок, обычно в маленьких конвертиках или пакетиках.

Как употребляют?

Вводят внутривенно, курят или вдыхают через нос. При внутривенном употреблении эффект проявляется практически сразу и длится примерно 4-6 часов.

Зачем употребляют?

Употребляющего охватывает эйфория, чувство теплоты и сонливости, он чувствует себя в безопасном отдалении от всевозможных невзгод.

11

Почему вреден?

- Героин быстро вызывает сильнейшую психическую и физическую зависимость. Зависимый от героина не может отказаться от употребления наркотика и нуждается в нем несколько раз в день, чтобы нормально себя чувствовать. От подобной зависимости крайне сложно освободиться;
- Чтобы получить тот же эффект, нужно все большее количество героина;
- Если постоянно употребляющий в течение нескольких часов не получает очередной дозы, то у него появляются сильнейшие признаки отчуждения: боль в суставах, текут слюни и слезы, нарушение сна, судороги и озноб;
- Пропадает интерес к предыдущей деятельности и друзьям, вся жизнь сосредоточена только на том, как достать очередную дозу;
- Долговременное употребление вызывает импотенцию;
- Постоянное употребление героина требует больших денег, поэтому многие зависимые становятся преступниками;
- Если делить с кем-то шприц при введении героина, существует большая вероятность заразиться ВИЧ. При пользовании общим шприцем распространяются и другие инфекционные заболевания, например, гепатит;
- Неумелая инъекция может причинить серьезный вред или даже убить;
- Поскольку чистоту купленного наркотика невозможно проверить, в Эстонии ежегодно гибнут десятки людей, которые случайно ввели слишком много героина.

Как распознать употребляющего?

- Суженные зрачки;
- Замедленное дыхание;
- Спокойный, в хорошем настроении;
- Легкие нарушения речи;
- Уставший, без аппетита, сонный;
- Следы от уколов на руке или на теле;
- После окончания действия наркотика апатичный и вялый.

Конопля

Наркотик, который многими считается сравнительно безвредным. В зависимости от способа производства из конопли получается марихуана или гашиш. Марихуана – это высушенные и измельченные цветки и соцветия конопли. Гашиш получают из смолистых выделений конопли. Эти выделения высушивают, а полученная масса прессуется.

Как еще называют?

Марихуана: травка, ганджа, дурь, цветы. Гашиш: хэш.

Как выглядит?

Марихуана похожа на зелено-коричневый табак. Гашиш обычно в форме коричневых брусочков, но может быть и в черных или темно-зеленых комочках.

Как употребляют?

Коноплю курят в чистом виде или смешав с табаком в скрученных сигаретах, в конопляной трубке или кальяне.

Порой **марихуану** приготавливают и едят. При курении марихуаны действие начинается примерно спустя 10-30 минут и длится примерно 2-6 часа. Если ее съесть, то эффект проявится примерно через час, а его продолжительность может быть разной.

Последствия курения **гашиша** схожи с марихуаной, но поскольку гашиш значительно крепче, то его влияние сильнее, а используемые количества гораздо меньше.

Зачем употребляют?

Конопля делает человека спокойным и дружелюбным. Употребляющий смеется и хочет много говорить. Цвета и музыка становятся ярче.

Почему вредна?

- Может вызвать психическую зависимость, употребляющий хочет курить все больше и больше.
- Папироса с коноплей содержит значительно больше возбудителей рака легких, сердечных и прочих заболеваний, чем обычная сигарета с табаком.
- При курении конопли могут возникнуть приступы паники и ужаса.
- Двигаясь под влиянием конопли можно чаще попасть в несчастный случай, например, на пешеходном переходе или ведя машину.
- Куритель конопли рискует тем, что у него проявятся или усилятся душевные расстройства – психоз, шизофрения, повышенная тревожность, амотивационный синдром и тд.
- Большинство курителей конопли страдает нарушениями памяти и внимания, иногда и нарушениями сна. Многие из тех, кто пытаются бросить курение конопли, не могут с этим справиться из-за сильных нарушений сна.

Как распознать употребляющего?

- Покрасневшие белки глаз, хорошо видны капилляры в глазах;
- Расширенные зрачки;
- Приступы смеха и несвязная речь;
- Сухость во рту;
- Большой аппетит;
- Порой, появляется сильная усталость.

Кокаин

Кокаин – опасный наркотик, употребление которого вызывает сильную зависимость. Кокаин производится из листьев растения коки.

Как еще называют?

Кокс, снег, хлопья.

Как выглядит?

Белый порошок, состоящий из мельчайших блестящих кристаллов. Обычно в маленьких бумажных конвертиках или полиэтиленовых пакетиках.

Как употребляют?

Вдыхается через нос или вводится внутривенно. При вдыхании через нос начинает действовать через пару минут, эффект длится примерно 40 минут. При внутривенном употреблении действует через пару секунд, эффект длится около 20 минут.

Зачем употребляют?

Употребляющие кокаин чувствуют себя уверенными, сильными и энергичными.

Почему вреден?

- Кокаин быстро вызывает сильнейшую психическую и физическую зависимость. Зависимый не может отказаться от употребления наркотика и плохо себя чувствует без него. После окончания действия часто возникает депрессия и большое искушение принять новую дозу;
- Кокаин серьезно повреждает слизистую носа, вызывает хронический насморк и кровотечения;
- Чтобы получить тот же эффект, нужно все большее количество кокаина;
- Длительное употребление вызывает паранойю. Употребляющий-нервный и отчужденный, его настроение изменчиво, проявляются провалы в памяти и бессонница;
- У некоторых употребляющих увеличивается сексуальный аппетит, но длительное употребление чревато импотенцией;
- Для улучшения работоспособности и самочувствия порой кокаин начинают принимать слишком часто, в том числе, в рабочее время. Так зависимость становится еще сильнее. Дополнительно возникают серьезные финансовые проблемы, потому что кокаин стоит слишком дорого.

Как распознать употребляющего?

- Расширенные зрачки;
- Под влиянием вещества в прекрасном настроении, оживленный и неусидчивый;
- Учащенное и поверхностное дыхание;
- Временами бессвязная речь.



Клеи, лаки, растворы

Ядовитая бытовая химия, употребление которой крайне опасно.

Как еще называют?

У каждого бытового химического вещества есть название. Используются клей, растворы, газы.

Как выглядит?

Обычные упаковки бытовой химии, тюбики с клеем.

Как употребляют?

Вдыхают через нос, газ также испускается в рот. Влияние начинается спустя пару минут и длится 15-60 минут.

Зачем употребляют?

Быстро возникает чувство опьянения. Употребляющий может быть в прекрасном настроении, много смеяться и говорить. Под влиянием бытовой химии случаются галлюцинации.

Почему вреден?

- Клеи и лаки крайне ядовиты, их вдыхание крайне вредно для организма. Часто люди умирают от использования ядовитой бытовой химии;
- Многим употребляющим становится плохо, возникает сильная головная боль, они могут стать агрессивными;
- Употребляющие чувствуют сильное головокружение, могут неожиданно упасть, попасть под машину или иным образом навредить себе;
- У долговременных употребляющих возникают необратимые повреждения мозга;
- Некоторые употребляющие задыхаются в пластиковом пакете, из которого нюхают клей;
- Некоторые употребляющие теряют сознание и захлебываются собственной рвотой.

Как распознать употребляющего?

- Маленькие зрачки;
- Быстрое сердцебиение и прерывистое дыхание;
- Странное поведение, нечленораздельная речь;
- Поведение непредсказуемо, может быть агрессивным и применять насилие;
- Могут быть судороги.

LSD

Вызывающий самые сильные галлюцинации наркотик из существующих.

Как еще называют?

Кислота, микроточка, марка, клетка.

Как выглядит?

Маленькие кусочки бумаги, на которых могут быть разные изображения.

Как употребляют?

Кусочек бумаги сосут и проглатывают. Действие начинается примерно после получаса и длится не менее 8 часов.

Зачем употребляют?

LSD сильно искажает сознание: мир вокруг употребляющего изменяется, чувствуется, что вещи начинают двигаться, все убыстряется или, наоборот, замедляется. Появляются странные видения и слуховые галлюцинации.

15

Почему вреден?

- Может вызвать психическую зависимость: употребляющий снова и снова хочет чувствовать влияние LSD;
- Последствия употребления невозможно предугадать: часто вместо забавных переживаний видят кошмары. Поскольку влияние LSD длится долго, эти люди часами находятся в состоянии паники и ужаса;
- Употребление может вызвать склонность к насилию или чувство, что кто-то следит за человеком;
- Возможны серьезные несчастные случаи, потому что употребляющий более не способен различать действительность и свои фантазии;
- Длительное употребление может привести к сумасшествию;
- Спустя дни, недели или даже годы после употребления LSD вновь могут неожиданно проявиться галлюцинации.

Как распознать употребляющего?

- Расширенные зрачки;
- Высокая температура;
- Неразборчивая речь и непонятное поведение;
- Гиперактивность;
- Убыстренный пульс;
- Иногда холодная дрожь и рвота.

Успокоительные и снотворные

Как наркотик используют различные успокоительные и снотворные лекарства, которые, будучи принятыми без контроля врача, опасны и вызывают зависимость.

Как называются?

У каждого используемого как наркотик лекарства есть свое название: Diazepam, Diazipeks, Radeform, Nitrozeepam, Rivotril, Xanax, Imovan итд.

Как выглядит?

Таблетки и капсулы различной формы и цвета.

Зачем употребляют?

Транквилизаторы делают человека расслабленным и спокойным, вызывая эйфорию и снижая напряжение. Часто транквилизаторы как наркотик применяют, например, употребляющие героин для увеличения его эффекта или для облегчения последствий наркотического опьянения.

Как употребляют?

Глотается или вводится внутривенно.

Почему вреден?

- Потребление транквилизаторов в больших количествах вызывает зависимость: человек не может отказаться от их употребления и нуждается все в большем и большем количестве для хорошего самочувствия;
- Могут возникнуть серьезные нарушения сна, когда человек уже совсем не может заснуть без таблеток;
- Вызывают частые головные боли и рвоту;
- Употребляющий часто теряет волю к жизни, становится сонным и апатичным;
- Неумелые инъекции приводят к серьезным повреждениям или даже к смерти;
- В больших количествах транквилизаторы могут убить употребляющего.

Как распознать употребляющего?

- Превосходное настроение;
- Нарушения речи;
- Кажется пьяным, но нет запаха алкоголя;
- Может быть агрессивным и неуправляемым;
- Нормальные зрачки, медленно реагирующие на свет;
- Расслабленные мышцы и медленные рефлексы.

Грибы

Некоторые виды грибов могут действовать так же, как и LSD.

Как выглядят?

Свежие или сушеные маленькие грибы.

Как употребляют?

Едят. Действие начинается примерно через 30-90 минут и длится 4 - 12 часов.

Зачем употребляют?

Действие подобно небольшому количеству LSD. Мир вокруг употребляющего изменяется, все убыстрается или наоборот, замедляется. Появляются странные видения и слуховые галлюцинации. Действие зависит от того, сколько съедено грибов.

Почему вреден?

- Часто случайно собираются грибы другого вида, которые вместо желаемого эффекта вызывают сильное отравление;
- Подобно LSD вызывают психическую зависимость;
- Организм привыкает к грибам, для получения того же эффекта приходится есть все больше и больше грибов;
- Съеденные грибы часто вызывают приступы паники, пугающие видения, беспокойство и раздражительность. Длительное употребление может привести к душевной болезни.

Как распознать употребляющего?

- Расширенные зрачки;
- Высокая температура;
- Неразборчивая речь и непонятное поведение;
- Гиперактивность;
- Убыстренный пульс;
- Порой холодная дрожь и рвота.



Табак

Табак – это растение, растущее в большинстве частей света, из высушенных листьев которого изготавливают сигары, сигареты, трубочный табак, табак для кальяна, жевательный и нюхательный табак. Табак содержит никотин, мощный нервный яд. Никотин вызывает зависимость и изменяет деятельность организма так же, как и прочие наркотические вещества. Табак содержит более 4000 различных химических веществ. В их числе вещества, вызывающие рак, наследственные мутации и нарушения плода, радиоактивные вещества, угарный газ и смола.

Как влияет?

Курение оказывает различное влияние. Прежде всего, следует помнить, что содержащийся в табаке никотин легко и быстро вызывает физическую и психическую зависимость, от которой впоследствии очень трудно избавиться.

Почему вреден?

- Волосы редуют, кожа становится морщинистой. Курильщик быстрее стареет;
- Возникает т.н. «кашель курильщика»;
- Ухудшается обоняние;
- Ощущение вкуса не функционирует так, как раньше;
- Снижается объем легких, в результате ухудшается физическая форма и выносливость;
- Дышать тяжелее, чаще проявляется воздушная недостаточность;
- Кровообращение в конечностях курильщика замедляется, поэтому его руки и ноги холодные;
- Курильщик более восприимчив к болезням, например, гриппу и насморку, поскольку курение нарушает иммунную систему, защищающую организм от бактерий.

Как распознать курильщика?

- Зубы и язык курильщика желтеют;
- Его одежда, волосы, кожа и дыхание плохо пахнут;
- Кожа, кончики пальцев и ногти становятся желтоватыми и хрупкими.





Первая помощь

Если вы подозреваете, что кто-то принял наркотики и нуждается в помощи, то главное – не впадать в панику. Во многих случаях достаточно его успокоить и ободрить.

Если человек беспокоится, нервничает или впадает в панику:

- тихо поговорите с ним успокаивающим тоном и заверьте, что все хорошо;
- если вы окружены шумом и ярким светом, то отведите его в более тихое место; попросите его дышать медленно и спокойно;
- предложите ему выпить глоток воды. Напитки, вроде кофе, чая или алкоголя, могут только ухудшить состояние.


Если человек кажется очень сонным или очень пьяным:

- не укладывайте его, иначе он может захлебнуться собственной рвотой. Положите его на бок на полу, чуть нагните голову назад и убедитесь, что дыхательные пути открыты;
- если дыхательный ритм человека становится медленным или прерывистым, а его поведение очень странным или же он погружается в кому, немедленно звоните по номеру 112 и вызывайте скорую помощь;
- если вокруг человека есть нечто, что может быть связано с его потреблением наркотиков, аккуратно соберите все это и передайте приехавшему врачу или скорой помощи.

Более подробную информацию о наркотиках можно найти на сайте www.narko.ee.

Многие родители все больше обеспокоены, услышав, насколько распространено «пробное» употребление наркотиков среди молодежи. Для волнений есть причины, ведь болезнь зависимости встречается не только в проблемных семьях.

Издано на средства государственной стратегии по профилактике наркомании 2012.



Более подробная информация:
www.narko.ee