

## «Скажи наркотикам – НЕТ!»

В тебе прокиснет кровь твоих отцов и дедов,  
Стать сильным, как они, тебе не суждено.  
На жизнь, ее скорбей, и счастья не изведав,  
Ты будешь, как больной, смотреть через окно.  
И кожа сохнет, и мышцы ослабеют,  
И скука вьет в плоть, желания губя,  
И в черепе твоём мечты окостенеют,  
И ужас из зеркал посмотрит на тебя.  
Себя преодолеть!

(Эмиль Верхарн)

Сегодня мы решили поговорить о страшной трагедии нашего века, о биче нынешнего молодого поколения – наркомании и наркотиках. Об этом говорят по радио, телевидению, со страниц газет.

По данным проведенного социологического опроса, 80% опрошенных считают, что и в нашей стране актуальна проблема наркомании.

А что реально мы знаем о наркомании? Нам кажется – все! Так ли это?

Почему наркомания – болезнь общества. Попробуем еще раз разобраться в этом.

Наркотики известны с древности. Эйфория и неадекватная веселость, а затем странное оцепенение после употребления снадобий из растений неизменно сопровождали религиозные праздники народов южной Америки... Как ни странно, в Европе к злоупотреблению наркотиками привела попытка избавить людей от алкоголизма. В начале 19 столетия английский поэт Томас де Куинси настолько ярко описал в своих мемуарах ощущения наркотического опьянения и обосновал гипотезу лечения с его помощью от алкоголизма, что в считанные месяцы приобрел тысячи последователей. Появились клубы и общества курильщиков опиума. Цель была весьма благородная – излечение от алкоголизма. Несчастливая добрая Англия! Целые десятилетия ее золотая молодежь пыталась избавиться от пристрастия алкоголя при помощи длинной курительной трубки, которую мы видим на полотнах известных мастеров в качестве неперемennого атрибута.

Из опроса молодого поколения и ответа на вопрос, что побудило их попробовать наркотики. Это:

- ✓ Бесплатное предложение попробовать наркотик;
- ✓ Из любопытства;

- ✓ Стремление уйти от тоски и одиночества;
- ✓ Сложность взаимоотношений со старшими;
- ✓ Отсутствие контроля со стороны родителей;
- ✓ Стремление проявить себя или выделиться в коллективе сверстников любой ценой;
- ✓ Потребность удивить, совершить, сделать то, чего не делали до этого другие.
- ✓ По принуждению.

Исходя из суждений, можно сделать вывод, что употребление наркотических и токсических веществ – симптомы противоречий, с которыми сталкивается незрелая личность в попытках преодолеть стрессовые, жизненные ситуации, в поисках внимания к себе, эмоциональной и социальной поддержки.

Наркотики на какое-то время одурманивают человека, он забывает о своих проблемах, неприятностях, неустроенности. Однако наркоман – это не только жертва наркотического пристрастия, но и реальная угроза для окружающих.

Вот он тащился, чуть не умирая. Через минуту ж,  
 Где достал, Бог весть!..  
 О радостях искусственного рая мир может  
 На лице его прочесть!..  
 А сколько их сейчас бредет по свету,  
 Чья участь то сладка, а то тяжка...  
 И, видимо, уже спасенья нету,  
 От этого простого порошка.

(Е.Винокуров)

**Наркоман**, втянутый в частое употребление наркотиков, хорошо выделяется из толпы. Истощенное, с исколотыми венами тело, отрешенный взгляд ничего не выражающих глаз. Бессвязная речь, ответы не впопад на, казалось бы, обычные вопросы. А главное – полное безразличие к происходящему вокруг, отсутствие интереса к жизни. И все это в 12-16 лет! Страшная картина!

Первоначально наркотики использовались при лечении различных заболеваний. Они довольно широко применялись и в современной медицине, как обезболивающие и усыпляющие средства.

Многие из них вызывают у людей особое психическое возбуждение – эйфорию. Человек отключается от реальности, он чувствует себя на вершине блаженства – без всяких на то объективных причин. Поэтому он испытывает желание вновь и вновь повторить это состояние. В результате развивается пристрастие к

наркотикам, которые разрушают нервную систему и отрицательно влияют на все органы и ткани. У человека возникает неумолимое желание как можно скорее, во что бы то ни стало, вопреки любым преградам найти и принять дозу зелья.

Это, как бы особая форма голода, подавляющая все другие потребности, в том числе потребности в пище и питье. Наркоман отравляет себя, не смотря на страшные последствия, вплоть до преступных, он готов снять с себя последнюю одежду, унести все из дома, убить, лишь бы добыть наркотик.

Часто первые порции наркотика предлагают молодым людям бесплатно.

А задумывались ли вы почему? Продавцы зелья крайне заинтересованы, чтобы первый опыт по употреблению наркотиков повторился. Ведь это немалые деньги!

Подростки попадают в такую ловушку под влиянием приятелей или просто из любопытства. Надо сказать, что торговцы этой отравой сами чаще никогда не употребляют ее.

За блаженство наркоманы расплачиваются муками ломки. Озноб, ломящие боли во всем теле – все это напоминает варварскую пытку, когда все сводит, вытягивает, крутит... И на эту пытку они обрекли себя по собственной воле.

... Цвет лица землист. А он не старый...

В доме холод, грязь... И тишина.

Дети в школе умственно отсталых,

И в психиатрической жена...

Слаб и вял он, словно из мочала

Сотворен... А он, при всем при том,

Человеком тоже был сначала,

Тенью человека стал потом.

(С. Викулов)

В подростковой среде бытуют следующие суждения о наркомании. Согласны ли вы с этими суждениями. Можете и вы выразить свою точку зрения.

- ✓ Наркотики употребляют сильные и талантливые люди.  
(*мнение учащихся класса: даже если они и были талантливыми, то очень недолго*)
- ✓ Наркотик делает человека свободным.  
(*мнение учащихся класса: да, наркоманы свободны... абсолютно от всех радостей жизни*)
- ✓ Наркотики употребляют «всерьез» и «не серьезно» - от них всегда можно отказаться.

*(мнение учащихся класса: отказаться можно, но только один раз – самый первый)*

- ✓ Наркотики, как приключенческий роман избавляют от обыденной жизни.

*(мнение учащихся класса: чаще всего избавляют от самой жизни)*

- ✓ Наркотики помогают решить жизненные проблемы.

*(мнение учащихся класса: вряд ли они могут решить какую-то жизненную проблему, ведь наркоманы не живут, а просто существуют. Поэтому и жизненных проблем у них просто нет).*

Рассказы о впечатлениях от приема наркотиков могут быть самыми разными, все зависит от человека и от ситуации.

Знайте, что человек, рискнувший попробовать наркотики, сделал это не от большого ума, а от нехватки силы воли. И восторженные восклицания окружающих служат ему оправданием собственной глупости. Кроме того, наркотики - товар дорогой а, как известно реклама – двигатель торговли.

Возможно, вы слышали уже, что наркотики бывают легкие и тяжелые. Между рогаткой и револьвером большая разница, но убить при желании можно из того и другого, главное – прицелиться.

Наркотик же бьет без промаха.

### **Запомните несколько заповедей:**

- Прежде чем приобрести порцию наркотика, подумай – тебе это надо? *(кроме проблем ничего хорошего)*
- Если ты все же из любопытства купил эту «дрянь», не поленись донести ее до мусорного ведра *(именно там ее место)*
- Не соглашайся передать пакетик с сомнительным содержимым даже своему другу *(чаще всего именно так попадают в неприятные истории)*
- Каким бы замечательным не казалось предложение попробовать немножко бесплатного счастья – откажись! *(бесплатным бывает только сыр в мышеловке)*
- Если, попробовав наркотик, ты не прочь повторить, не забывай – за все надо платить *(цена - твоя жизнь)*

**Хочу еще раз подчеркнуть – проще отказаться от наркотика один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.**

Наркоманом чаще всего становится тот человек, который курит обычные сигареты.

Все мы знаем, что в сигарете находится измельченная и высушенная трава табак.

Табак – трава ядовитая. Если посыпать ею растения, которые заражены тлей и мелкими насекомыми, то они очень быстро погибнут. В табаке содержится яд! А его название – никотин (выставляется табличка с названием «Никотин – один из самых опасных ядов растительного происхождения»). Воробьи и голуби погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от  $\frac{1}{4}$  капли никотина, собака от  $\frac{1}{2}$ . Для человека смертельная доза никотина – 2,3 капли – это одна пачка сигарет, выкуренная в один прием. Для детей достаточно половины пачки – это было доказано и не раз.

--Вот пример, одного чудовищного конкурса, который проводился во Франции, назывался он «Кто больше выкурит». В результате двое – горе - победителей умерли, выкурив 60 сигарет сразу, остальные участники были отправлены в больницу в тяжелейшем состоянии.

Еще один пример из литературы. Маленькая девочка умерла только из- за того, что в комнате, где она спала, положили порошок- табак в связках. Смерть может наступить даже от одной сигареты, если она выкурена впервые – вот как по-разному реагирует организм на никотин. Кто уже курит, тот помнит, какое первое ощущение было после выкуренной сигареты. Это першение в горле, горечь, головокружение, во рту неприятно. Это организм предупреждал, не надо этого делать.

--Ну, а если за одной сигаретой следует другая, организм перестает так резко сопротивляться и человек, привыкая к курению, начинает постепенно угасать: жизнь его сокращается, он раньше умирает, чаще болеет, выглядит неважно (желтая кожа лица, желтые зубы, пальцы, постоянный кашель, сиплый голос, а детский организм перестает расти и развиваться (рано начавшие курить дети всегда маленького роста, хилые и болезненные.)

-- А что же происходит с теми, кто не курит, но находится рядом? Как вы думаете почему? Ученые дали ответ и на этот вопрос. Оказывается, люди, которые находятся рядом становятся «пассивными курильщиками». Если курильщик наберет несколько раз дым в рот и выдохнет его на чистую салфетку, то на ней

образуется коричневое пятно - это деготь – яд, который содержится в дыму. Если кролику намазать этим дегтем ушки, то он умирает.

Вывод: Сигаретный дым опасен не только для самих курящих, но и для тех, кто этим дышит. Вот почему надо стараться избегать прокуренных помещений и быстрее и чаще их проветривать.

-- Сейчас небольшая пауза – я прочитаю вам небольшие стишки сатирические:

Коля, Коля не кури: вредно для здоровья - Лучше пей ты каждый день молоко коровье!

Говорили, говорили, чтоб мальчишки не курили, а Антошка за углом подавился табаком.

Каждый день у нас Денис курил по пол пачки, лучше ел бы мальчик наш леденцы на палочке.

Никотин – здоровью враг, учат детей в школе - дома папа курит так, что взвоешь поневоле.

Никотином травим всех, тех, кто с нами рядом, чтобы не было беды курить бросить надо!

А сегодня новое увлечение у детей – это курение электронной сигареты.

Курительные смеси. Что это такое? «Курительные смеси – наркотик или нет?»

Сегодня доказано, что большинство компонентов этих курительных миксов обладает серьёзным психотропным эффектом, токсическим действием; длительное употребление курительных смесей приводит к зависимости, сродни наркотической.

. На самом деле арома миксы это специально подобранные смеси ароматических трав. Их главное действие – это способность влиять на эмоциональное состояние человека, улучшать настроение, повышать двигательную активность. Так как действие начинается после вдыхания дыма от сгорающей смеси, то такие травяные сборы называют арома миксы или курительные смеси.

Спайсы, как марка травяной смеси в качестве благовоний появились в Европе, а также странах Северной Америки и в Новой Зеландии еще в 2002 году.

Курительные смеси сегодня самым губительным образом действуют на организм человека.

Ни одна курительная смесь не является безвредной, поскольку ты отравляешь свой организм продуктами горения, и хорошо, если продукты горения не будут содержать в себе токсических и канцерогенных веществ.

Большинство курительных смесей содержит синтетический канабионд, который по силе воздействия “переплюнет” любой наркотик. В первую очередь, действие курительных смесей направлено на изменение психики, однако и на физическое здоровье человека они оказывают крайне негативное влияние. Уже официально зафиксированы несколько сотен случаев тяжелых последствий у молодых людей после курения опасных смесей.

Во-первых, как говорят медики, энтеогены влияют на состояние центральной нервной системы. Исходя из этого, длительное их воздействие на психику может оказаться тяжелым для человека неподготовленного. В частности, в результате злоупотребления курительными смесями у подростков может развиваться дезориентация во времени и пространстве.

Во-вторых, определенная степень психической зависимости возникает, если психически восприимчивому молодому человеку понравится пребывать в состоянии эйфории и измененного сознания, то у него может возникнуть желание «убегать» от повседневных проблем именно таким образом.

Наркотиками официально признаны: лист шалфея, семена гавайской розы, цветки и листья голубого лотоса. Они вызывают сильное токсическое отравление. В них содержатся ядовитые вещества, которые вызывают галлюцинации, расшатывают психику и даже приводят к самоубийству. Люди перестают себя контролировать, становятся зависимыми.

### **Давайте попробуем выяснить, какой вред от электронных сигарет**

Вред электронных сигарет, так же, как и их польза, вызывают массу споров и среди потребителей этой технической новинки, и среди биологов, химиков, медиков.

Ученые предупреждают о том, что входящие в состав жидкости для курения никотин и ароматизаторы могут нанести существенный урон здоровью. В результате курильщики запутываются еще больше, не зная, что предпочесть – продолжать смолить обычные сигареты, или все же перейти на электронный вариант.

Считается, что по сравнению с обычным курением, вред электронных сигарет минимален. Однако достоверно сказать об этом можно будет лишь через 10-20 лет, когда это изделие пройдет испытанием временем, а заядлые электрокурильщики будут всесторонне обследованы на предмет имеющихся проблем со здоровьем. Впрочем, некоторые факты настораживают уже сейчас.

Часто курильщику, перешедшему с обычных сигарет на электронные, не хватает тех ощущений, которые он получал, вдыхая табачный дым. Ведь электронная сигарета, по сути, обычный ингалятор. Но пар и дым понятия разные, и конечно же, дым обычной сигареты и пар электронной отличаются производимым эффектом. Пытаясь добиться прежних ощущений, многие курильщики пытаются увеличить крепость жидкости, чтобы получить нужный throat hit — «удар по горлу». А это – прямой путь к передозировке никотина.

Еще одна ловушка, ожидающая электрокурильщиков – соблазн курить чаще и больше. Осознание того, что сигарета «практически безвредна», и курить ее можно «где угодно и сколько угодно», часто играет с потребителями этого электронного чуда злую шутку.

Особенно часто на эту удочку попадают те, кто использует жидкости для электронных сигарет или готовые картриджи с минимальным (LOW) содержанием никотина. Человек начинает курить (парить) не в пример больше тому, как делал это раньше, искренне считая, что особого вреда организму не наносит.

Результат – все та же передозировка никотина со всеми вытекающими «прелестями» — головокружением, головной болью, тошнотой, повышенным слюноотделением, болью в животе, диареей и выраженной общей слабостью.

Да, курильщик может значительно снизить вред электронных сигарет, самостоятельно контролируя концентрацию никотина, используя картриджи или жидкости с меньшим его содержанием. Но ведь привычка держать в руках сигарету, делать затяжки, сопровождать сигаретой важный разговор или какое-то действие никуда не уходит. А значит, не решается главная проблема – психологическая зависимость от курения. По этой причине многие наркологи считают электронные сигареты наименее эффективными в борьбе с курением.

Более того, со временем, привычка курить электросигарету превращается в своеобразный ритуал, а для некоторых это показатель статуса. Такие люди обречены на психологическую зависимость от электронной сигареты. Им доставляет удовольствие со знанием дела выбирать и покупать комплектующие, смешивать разные варианты жидкостей. Они общаются на специализированных форумах, делятся



секретами и впечатлениями о новых покупках. Можно ли здесь говорить об отвыкании от курения?

Еще один аспект вреда электронных сигарет заключается в невозможности курильщика самостоятельно проконтролировать состав готовых жидкостей и картриджей. Не так давно Администрацией по контролю за пищевыми продуктами и лекарственными средствами США была произведена экспертиза продукции нескольких производителей электронных сигарет. В частности, тестировались жидкости и картриджи для электронных сигарет. Выяснилось, что нередко в жидкостях присутствовали незаявленные в составе вредные примеси, например, нитросамин – вещество, способное спровоцировать онкологические заболевания.

В ряде случаев в безникотиновых картриджах был обнаружен никотин. Вероятно, недобросовестные производители таким образом пытаются продлить срок отвыкания потребителя от сигареты, подкармливая живущего внутри каждого курильщика маленького «никотинового монстра».

На сегодняшний день медики согласны с производителями лишь в одном: вред электронных сигарет существенно меньше, чем при обычном курении. Однако достоверно говорить о мере их безопасности можно будет лишь спустя несколько лет, а то и десятилетий, после проведения клинических испытаний и серьезных научных исследований.

Электронные сигареты и никотин. Что бы там не писали производители электронных сигарет, но они как-то обходят стороной вред от никотина.

**Выводы:** На человеческой зависимости от никотина будут наживаться зарубежные компании и перекупщики. Основные поставщики – это Китай и США. Зачем нам вкладывать деньги в потенциальных противников? Лучше давайте становиться **ЗДОРОВЕЕ!!!**

Бросайте курить – это сохранит здоровье Вам и вашему потомству!!!

Наша беседа подходит к концу. Закончим беседу такими словами – **КУРИТЬ - СЕБЕ ВРЕДИТЬ, КУРИТЬ СЕБЯ УБИТЬ, КУРИТЬ - ДРУГИХ ТРАВИТЬ И Т.Д.**

