

## Мифы о наркотиках

**Миф 1. Попробуй – пробуют все.** Это не так: 80 % подростков никогда не пробовали наркотиков.

**Миф 2. Существуют «безвредные» наркотики.** Это не так – все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

**Миф 3. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.** Это не так. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

**Миф 4. Наркотики дают ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия.** Это не так. Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.

**Миф 5. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет.** Это не так. Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

**Миф 6. Лучше бросать постепенно.** Это не так. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

## Влияние на организм

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.
- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в старости.
- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманы слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.
- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.).
- Наркомания приводит к повышению риска онкологических заболеваний, повреждений головного мозга.
- Иммуитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.

*ГУ «Вилейский территориальный центр социального обслуживания населения»  
Отделение комплексной поддержки в кризисной ситуации:*

г. Вилейка, ул. Водопьянова, д. 33.  
Конт. телефоны: 3-63-19; экстренная психологическая помощь по телефону: 3-63-17



# ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

# О НАРКОМАНИИ

## Что такое наркомания

**Наркомания** - болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ.

**Наркотики** - вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания.

**Одной из особенностей применения наркотиков является быстро возникающее привыкание.**

Наркотические вещества, попадая во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. Они влияют на психику, приводят к духовной деградации и полному физическому истощению организма.

У наркомана изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни. Наркомания поражает всю личность человека: уничтожаются нравственные качества, человек становится психически неуравновешенным, зачастую он теряет друзей, семью, вовлекается в преступность, приносит несчастья себе и окружающим.

## КАК СКАЗАТЬ «НЕТ!»?

**1. Назови причину.** Скажи почему ты не хочешь этого делать.

- Я знаю, что это опасно для меня.
- Я уже пробовал, и это мне не понравилось.

**2. Будь готов к различным видам давления.** Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будь готов уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.

**3. Выбери союзника:** человека, который согласен с тобой, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

**4. Избегай подобных ситуаций.** Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах эти люди собираются. Постарайся быть подальше от этих мест, от этих людей.

**5. Дружи с теми, кто не употребляет наркотики.** Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики, и не будут делать этого сами.

