***МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ БЕСЕД C ПОДРОСТКАМИ***

**Тема: ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ**

**НА ЗДОРОВЬЕ И ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА**

*Информационный блок*

Цель занятия: сформировать у учащихся представления о влиянии наркотиков на организм.

Состояние опьянения (одурманенности) - главное, стержневое явление в процессах, ведущих к заболеванию наркоманией, токсикоманией, алкоголизмом. Чем сильнее это состояние, тем больше желание повторить однажды достигнутый эффект. Но и тем быстрее формируется болезненное пристрастие к веществу, вызывающему опьянение, и тяжелее последствия для психики и организма.

Такой механизм взаимодействия (взаимоотношений) человека с наркотическими веществами чем-то напоминает маятник: чем сильнее качнешь его в сторону искусственно вызываемого удовольствия, тем дальше он отбросит тебя в сторону тяжких переживаний. Но чем сильнее эти переживания (вызванные разрушительными, отравляющими последствиями приема наркотиков), тем выше потребность вновь и еще сильнее качнуть «маятник» в обратную сторону - употребить еще большее количество наркотического вещества и делать это чаще. Не случайно молодые наркоманы нередко умирают от передозировки наркотиков.

Абстиненция, или «ломка», - весьма тягостное состояние. С какого-то момента потребления наркотика человек уже ощущает не только желание принимать его вновь и вновь (это он ощутил и осознал раньше), но и невозможность обойтись без наркотика из-за внезапно наступившей «ломки». Но неожиданной она может быть для него только первый раз. Потом он уже заранее ощущает ее приближение и очень боится ее. Страх «ломки» побуждает его добывать наркотик даже в большей степени, чем эйфория. Тем более что со временем интенсивность эйфории ослабевает, а интенсивность «ломки» увеличивается. Находящийся в состоянии «ломки» человек буквально не может найти себе места: он возбужден или резко угнетен, чувствует себя тяжело больным, не владеет своими психическими функциями, испытывает тревогу и неприятные, болезненные ощущения в различных частях тела.

Употребление наркотиков ведет сначала к периодическому, а затем и непрерывному их приему, чтобы вновь и вновь испытывать приятные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Всей действия человека, вся его жизнь направлены только на добывание и употребление наркотика. Человек уже не свободен, он - раб. Стремясь к очередному приему наркотика, наркоман готов на любую ложь, обман, предательство и даже преступление.

Любой, кто первый раз пробует что-то просто из любопытства, на 100% уверен, что ему это не повредит, что у него достаточная сила воли, что в следующий раз он откажется. Так думают многие, но так невелика граница между впервые перенесенным состоянием эйфории и устойчивой зависимостью, что порой человек и сам не замечает, как переходить грань, отделяющую здорового от больного. А воля его уже парализована, и потом, как правило, бывает уже поздно.

По статистике около 80% больных СПИДом, являются наркоманами. Многие из наркоманов инфицированы Гепатитом-С, который так же, как и СПИД, неизлечим и ведет к гибели. Эти заболевания передаются от одного наркомана к другому при пользовании одним шприцом. Как правило, наркоманы знают о такой угрозе заражения неизлечимыми заболеваниями, но непреодолимая тяга поскорее ввести дозу преобладает над чувством самосохранения.

При длительном применении наркотиков происходят необратимые разрушения в организме: тяжелые поражения печени, сердца, почек, органов пищеварения, нервной и эндокринной систем. У наркомана, как правило, морщинистое, землистого цвета лицо, шелушащаяся кожа, тусклый взгляд, плохие зубы. Одновременно появляются признаки деградации личности, провалы в памяти, поверхностные суждения, отсутствие критики и волеизъявления. Наркоманы в основном гибнут в молодом возрасте от передозировки или недоброкачественности наркотика, сердечной недостаточности или присоединившейся инфекции при ослабленном организме.

В беседах необходимо затронуть вопросы токсикомании, т.е. склонности детей использовать для одурманивания вдыхания паров различных растворителей: бензола, бензина, клея «Момент» и т.п., и о пагубности этих привычек. Попадая в организм ребенка через кровь, они действуют подавляюще на клетки головного мозга, резко снижают интеллект личности и часто приводят к необратимым процессам, таким как потеря памяти.

Во время проведения бесед с учащимися не стоит останавливаться на характеристиках того или иного наркотика, основной упор необходимо делать на пагубных последствиях любого из них. Следует отметить, что подросток, начавший употреблять легкий наркотик или психотропное вещество, непременно со временем станет увеличивать дозы и перейдет к тяжелому наркотику - героину, окончательно разрушающему организм.

Чтобы заинтересовать учащихся, к каждой беседе необходимо подобрать убедительные неординарные примеры воздействия наркотика на организм. Так, в газете «Московский комсомолец» рассказывалось о юноше, пристрастившемся к наркотикам. Во время «ломки» он очень страдал и, чтобы заглушить боль, зубами грыз батарею парового отопления. Интересные материалы педагоги школы получают от работников милиции. Так, администрации было сообщено о гибели восемнадцати летнего юноши от передозировки наркотиков, который проживал поблизости от школы. Этого парня знали многие из учащихся, и происшествие послужило убедительным примером для очередной беседы о вреде наркотиков.

Необходимо информировать учащихся о поведении сбытчиков и распространителей наркотиков. Они, как правило, вовлекая подростков в наркоманию, стараются убедить их в безвредности легких наркотиков (гашиш, марихуана и т.п.), в том, что они не вызывают привыкания. Поэтому во время индивидуальных и групповых бесед с подростками, следует на убедительных примерах убеждать в обратном, разъясняя им, что зависимость развивается очень быстро. И для получения ожидаемой эйфории, требуется увеличение дозы и впоследствии переход на героин.

Важно разъяснять подросткам, что распространители наркотиков, даже предлагая их вначале бесплатно, преследуют только корыстные цели, т.к. наркобизнес приносит огромную прибыль до 1000% в год. Сами наркоманы также ищут себе компанию и вовлекают в свои ряды до 4-х человек в год.

Ведущим направлением антинаркотической пропаганды в школе является «запугивание» учащихся путем демонстрации страшных последствий употребления наркотиков: показов ярких и наглядных фильмов, встреч с бывшими наркоманами, экскурсий в наркодиспансеры, дома ребенка или посещение выставок, музеев патоанатомии и т.д. Необходимо использовать те каналы, через которые идет наглядная трансляция образов гибнущих в мучениях или от передозировки наркоманов, рождение детей с психическими или физическими отклонениями от наркоманов-родителей. Необходимость устрашающей «шоковой» терапии объясняется привыканием к другим формам преподнесения информации. Страх необходимо сеять не только вокруг образа наркомана, но и вокруг наркотика и привыкания к его употреблению. Особенно эффективное воздействие такие методы имеют на учащихся 5-6 классов, еще не готовых к восприятию устрашающих образов. Труднее в этом отношении с 14-15-летними подростками, готовыми на себе испытать степень риска, почувствовать себя взрослыми. По этой причине необходима ранняя профилактика наркомании и токсикомании. С подростками «группы риска» необходимо проведение индивидуальной работы. После цикла бесед, лекций специалистов, демонстрации фильмов с антинаркотической тематикой и проведения других мероприятий полезно вовлечение учащихся в диспуты, свободный обмен мнениями и впечатлениями о проведенных мероприятиях.

Опыты публичного разыгрывания и обсуждения жизненных ситуаций вокруг наркотиков, по примеру телевизионных ток-шоу (наподобие «Человек в маске»), организация школьных агитбригад, постановки детских спектаклей на тему наркомании, подготовка школьных лекторских групп и проведение других мероприятий, имеющих игровой элемент, делают самих учеников активными участниками, посредниками и творцами антинаркотической пропаганды. Возможность использования этих форм целиком зависит от желания учителей, от их осведомленности, подготовленности и творческой инициативы. Очень полезно привлекать к таким мероприятиям родителей подростков.

**Когда в клубе вам предложат «просто таблетку», вспомните: Как реагируют отдельные органы и системы на экстази**

Осложнения и побочные действия:

*Мозг:* ХТС изменяют толщину сосудов, вызывая инсульты и паралич. Как правило, развиваются бессонница, головные боли, депрессия, потеря памяти.

*Сердце:* Возможно нарушение сердечного ритма, сердцебиения, повышение артериального давления. Экстази вызывает сбои повышение артериального давления. Экстази вызывает сбои сердечного цикла.

*Печень:* Здесь накапливают токсины наркотиков. Известны случаи полного отказа печени у потребителей ХТС.

*Желудок:* Наркотики уменьшают чувство голода, вызывают сухость во рту, нередко – тошноту.

*Кожа:* Усиливает потливость и выделение и выделение соли. Одновременно появляется ощущение сухости.

*Температура:* Перегрев организма зачастую бывает смертельным. ХТС нарушают тепловую регуляцию мозга.

*Мышцы:* Нередко появляются судороги и дрожь. Тепловой удар вызывает разрушение мышечных волокон.

Важно знать:

- Знай закон. Марихуана является нелегальным наркотиком. За ее хранение и распространение предусмотрено уголовное наказание.

- Воспринимай факты, как они есть. Под влиянием марихуаны ты не можешь нормально действовать и выполнять и выполнять задачи, которые требуют концентрации.

- Для информации. Марихуана снижает количество сперматозоидов у мужчин и повышает опасность возникновения бесплодия у женщин.

- Берегись! Употребление наркотиков повышает опасность травм. Автомобильные аварии, падения с высоты, поджоги, самоубийства – это все связано с употреблением наркотиков.

-·Не переступай черту. Употребление наркотиков может разрушить твои взгляды на жизнь, ввергнуть тебя в депрессию или толкнуть «на скользкую дорогу».

- Жизнь без риска. Единственный случай употребления наркотиков может толкнуть тебя на поступок, о котором ты будешь сожалеть до конца жизни.

- Действуй по-умному. Употребление наркотиков подвергает риску твое здоровье, образование, семейные узлы и общественную жизнь.

- В ногу с модой. Наркотики больше не «в моде».

- Посмотри в глаза своим проблемам. Употребление наркотиков не поможет тебе сбежать от своих проблем, а только создаст новые.

- Будь настоящим другом. Если у твоих знакомых есть проблемы с наркотиками, помоги им принять решение. Убеди их обратиться за помощью.