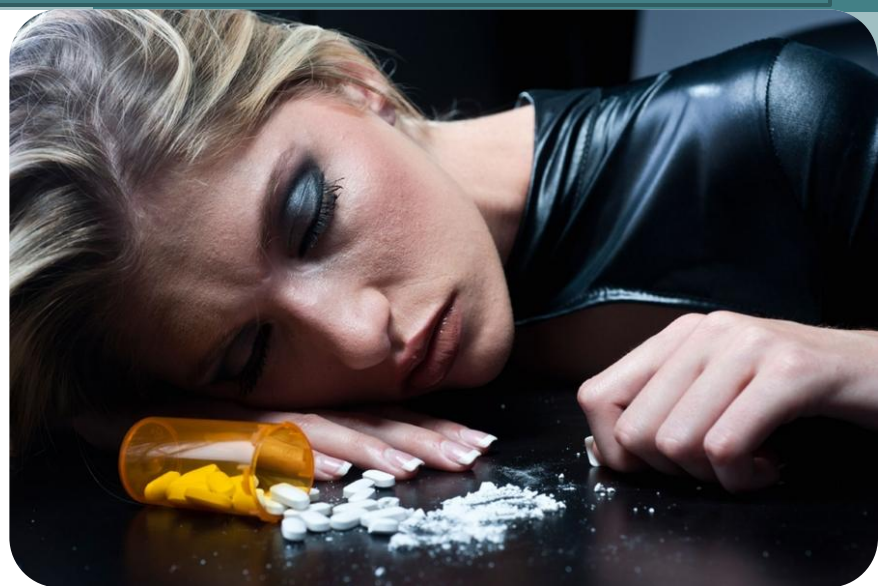


Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ

Выполнил преподаватель-
организатор ОБЖ СОШ №1 г.
Белоярский, ХМАО-Югра



- В современном мире распространение наркомании и токсикомании приобрело характер эпидемии. По предположительным подсчётам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), жители планеты тратят на наркотики денежных средств больше, чем на питание, одежду, образование и медицинское обслуживание, вместе взятые.
- Борьба с наркотиками ведётся во всём мире, в том числе и в нашей стране. В 1998 г. в России был принят Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах», в котором установлен запрет на приём наркотиков без назначения врача. В стране существуют специальные структуры по борьбе с незаконным распространением наркотиков.

- В 2010 г. в целях пресечения распространения на территории Российской Федерации наркотических средств и психотропных веществ Указом Президента Российской Федерации была утверждена Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. В этом важном государственном документе выражается обеспокоенность по поводу того, что большие группы детей, подростков и молодёжи оказываются в сфере деятельности наркоторговцев.

- Это происходит и потому, что люди забывают или не знают, насколько опасна первая проба наркотика. Ещё раз повторим. Наркотик — это возбудитель болезни: попав в организм человека, он запускает необратимый процесс развития наркомании.
- Внедрение возбудителя заболевания (наркотика) в организм здорового человека происходит во время первой пробы (приёма) наркотика. Врождённого иммунитета в организме человека против действия наркотика нет. Первое употребление наркотика приводит к появлению влечения к наркотическому опьянению. Начинается скрытый период болезни, человек уже болен.

Специалисты-наркологи выделяют три стадии развития болезни (см.: Альтшуллер В. Б., Надеждин А. В. Наркомания: дорога в бездну. — М.: Просвещение, 2000).

- **Первая стадия.** Спустя какое-то время после приёма наркотика, иногда уже после одно- или двукратного введения его в организм, развивается психическая зависимость. Характерным признаком появления психической зависимости является употребление вещества в одиночку, когда наркотик принимают не за компанию, а для удовлетворения индивидуальной потребности получить удовольствие.
- **Вторая стадия.** Помимо психической зависимости, формируется также и физическая зависимость, которая проявляется в возникновении различных расстройств (ломка). На этой стадии существенно повышается восприимчивость (толерантность) к веществу. Нарастают признаки ухудшения общего состояния здоровья, физического и психического, снижаются возможности человека к нормальной жизнедеятельности. Потребляемый наркотик постепенно утрачивает своё эйфорическое (повышающее настроение) действие и становится лишь средством избавления от тягостного или неприятного состояния.
- **Третья стадия.** Наступают психическая и физическая деградация (вырождение), тяжёлые и необратимые изменения в организме, человек становится инвалидом. Отсутствие желаемого эффекта от введения привычной дозы вещества часто приводит к передозировке и гибели.

Для тех, кто твёрдо решил не попадать в зависимость от наркотиков, а хочет вести здоровый образ жизни, нужно следовать четырём правилам «Нет наркотикам».

- **Первое правило.** Постоянно вырабатывать в себе твёрдое «Нет!» любым психоактивным веществам (наркотическим и токсикоманическим средствам), в любой дозе, какой бы малой она ни была, в любой обстановке, в любой компании. Всегда только «Нет!».
- **Второе правило.** Постоянное формирование умения получать удовольствие при полезной ежедневной деятельности (хорошая учёба, занятия спортом, активный отдых на природе), а значит, твёрдое «Нет!» безделью, скучной и неинтересной жизни, праздному времяпрепровождению.
- **Третье правило.** В вашей жизни большое значение приобретает умение выбирать себе друзей и товарищей среди сверстников. Третье «Нет!» тем сверстникам и той компании, где приём наркотиков — дело обыденное. Для этого вам, возможно, придётся побороть свою стеснительность. Вы должны уважать своё мнение и не поддаваться влиянию окружающих сверстников, которые предлагают попробовать наркотик. «Нет!» компании, где употребляют наркотик.
- **Четвёртое правило.** Четвёртое «Нет!» своей стеснительности и нерешительности, когда предлагают попробовать наркотик. Жизнь дороже! Трагедия наркоманов заключается в том, что они добровольно попали в рабскую зависимость от химических веществ. Добровольно пошли по пути лишения себя всех человеческих качеств.



Правила «Нет - наркотикам!»

- 1 правило «НЕТ» - на все предложения попробовать наркотик
- 2 правило «НЕТ» - друзьям и компаниям, где принимают наркотик
- 3 правило «НЕТ» - безделью и праздному времяпровождению
- 4 правило «НЕТ» - нерешительности, трусости и боязни сказать «НЕТ!»

Проверьте себя

- Чем опасна наркомания для человека и общества?
- С какого момента начинается развитие заболевания наркоманией?
- Какие выделяют стадии развития наркомании?
- Почему каждому человеку необходимо вырабатывать у себя твёрдое убеждение против попытки попробовать наркотик?

Список литературы

- http://xn----7sbbfb7a7aej.xn--p1ai/obzh_obzh_materialy_zanytii_ob_23.html
- Учебник ОБЖ 6 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников (2012 год)
- <https://infourok.ru/prezentaciya-narkoticheskaya-zavisimost-i-zdorove-1822502.html>