

# МИФЫ О НАРКОТИКАХ

**Миф:** Попробуй - пробуют все.

**Факт:** Это не так: 80% подростков никогда не пробовали наркотики.

**Миф:** Существуют "безвредные" наркотики.

**Факт:** Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

**Миф:** От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.

**Факт:** Даже однократное употребление наркотика приводит к зависимости.

**Миф:** Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.

**Факт:** Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом.

**Миф:** Если наркотики не вводить в вену, то привыкания не будет.

**Факт:** Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

**Миф:** Лучше бросать постепенно.

**Факт:** Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться делать это всю жизнь.



Телефон доверия УЗ «Витебский  
областной клинический центр  
психиатрии и наркологии»  
8-0212-61-60-60  
(круглосуточно)



Скажи "НЕТ"  
наркотикам!



**СППС**

Средняя школа №2 г. Верхнедвинска  
2020 г.

# ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ

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



## ПОСЛЕДСТВИЯ



- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.
- Функции всех клеток слабеют и весь организм дряхлеет, как в старости.
- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманы худеют и слабеют 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 возникновения онкологических заболеваний, повреждению головного мозга.
- Иммуитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.
- Личность деградирует.
- Нарушаются отношения в семье и в социуме.
- Склонность к воровству, кражам, убийствам. Как следствие, привлечение к уголовной ответственности.
- Снижается интеллект, ухудшается память.

## КАК СКАЗАТЬ "НЕТ!"?



1. Назови причину. Скажи почему ты не хочешь этого делать ("Я знаю, что это опасно для меня").
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. Постарайтесь быть подальше от этих мест и этих людей.
5. Дружи с теми, кто не употребляет наркотики, твои настоящие друзья не станут тебя заставлять принимать наркотики.