

Лекционный материал для учащихся 10-11 классов на тему «Токсикомания»

По мнению наркологов, токсикомания может считаться одной из самой тяжелых разновидностей наркотических зависимостей. Основной причиной ее развития можно назвать широкую доступность препаратов, которые обладают токсическим эффектом, но не включены в список наркотиков. Особо опасной является подростковая токсикомания, ее жертвы – молодежь и дети, которых токсикомания лишает здоровья в раннем возрасте. Процесс развития стойкой зависимости имеет несколько стадий. При первых попытках применения токсина наблюдается защитная реакция организма на токсины. Это головная боль, чувство слабости, тошнота, учащенный пульс, головокружение.

После нескольких приемов защитные проявления подавляются, а затем совсем исчезают. Возникает состояние эйфории, помутнение сознания, потеря четкости восприятия действительности. Но даже на этой стадии еще возможен сознательный отказ от приема токсинов. Токсикомания в стадии, когда сформирована психическая и физическая зависимость от наркотического вещества – это уже болезнь. Отсутствие токсина в организме приводит к беспокойству, раздражительности, невозможности сконцентрироваться на каком ни будь занятии, падению жизненной активности и даже нарушению работы организма в целом. Наступает состояние острой потребности в повторном употреблении (абстинентный синдром).

В состоянии острой потребности употребления очередной дозы, человек бывает опасен: он агрессивен, способен на преступление или самоубийство. Вред токсикомании не только в том, что токсикоманы – практически потерянные для общества люди – они плохие работники, неадекватны в общении, их физические и умственные возможности снижены, а круг интересов ограничивается вопросами добычи наркотика.

Токсические яды, накапливаясь в клетках мозга, разрушающе действуют на них, что может вызвать деградацию личности и привести к полной инвалидности. Кроме того, токсины быстро разрушают организм. За последние двадцать лет токсикомания - вдыхание «летучих наркотически действующих веществ» (ЛНДВ) - приобрела характер эпидемии. В основном для этого используются средства бытовой и промышленной химии. Ежегодно сотни детей и подростков с кульками на голове отправляются в мир иной. Средний возраст потребителей продукции химической промышленности - 8-15 лет.

Учитывая масштабы распространения токсикомании и те необратимые разрушения, которые она производит в детском организме и психике, можно серьезно говорить об угрозе будущему нации. Токсическое опьянение

средствами бытовой и промышленной химии возникает от воздействия на ЦНС химических соединений и токсических паров. Опыание наступает после нескольких вдохов. Дозу определить практически невозможно в зависимости от препарата глубина вдоха, задержка дыхания, концентрация паров различны.

Признаки токсического опыания

В зависимости от того, какие химические соединения используются для достижения токсического опыания, признаки его проявления могут отличаться. При использовании углеводородов близких к бензину можно наблюдать следующие реакции: по мере поступления паров бензина в легкие, происходит раздражение верхних дыхательных путей (кашель, першение), затем происходит покраснение лица. Зрачки становятся широкими, пульс частым, речь становится невнятной, движения не координированы, походка становится шаткой, затем наступает эйфория.

Если в этот момент прекратить вдыхать пары бензина, то через 15-30 минут признаки опыания проходят, и появляется вялость, головная боль, раздражительность.

Если же вдыхание паров бензина продолжается, то постепенно на фоне легкого оглушения развивается психическое расстройство со зрительными галлюцинациями и бредом. Человек как бы отключается от происходящего вокруг и погружается в свои галлюцинации. Галлюцинации носят чаще устрашающий характер, видятся монстры, чудовища, звери, бандиты и т.п. Могут присоединиться и слуховые галлюцинации, которые всегда тематически связаны со зрительными (слышится рычание зверей, угрозы и т.п.).

Содержание галлюцинаций в основном зависит от прежних переживаний – услышанных рассказов, виденных фильмов и т.д. Бензиновая токсикомания (после прекращения вдыхания) характеризуется продолжительными головными болями, сильной тошнотой, вялостью, апатией. Были случаи, когда подростки вдыхая бензин, пытались закурить, происходило воспламенение паров, были смертельные случаи от тяжелых ожогов верхних дыхательных путей.

При применение различных видов клея (особенно популярен клей "Момент") наркотическое опыание начинается с эйфории, за которой начинаются галлюцинации и угнетение сознания до оглушения.

Галлюцинации похожи на мультипликационные фильмы(говорят: смотрю «мультики»), развлекающего и смешного характера. Характерны видения, в которых присутствуют маленькие человечки в яркой одежде, очень подвижные и говорящие писклявыми голосами. Эйфория сохраняется на всем протяжении наркотического опыания. Отмечается плохая координация движений, речь всегда нечеткая. После опыания наступает

слабость, сильная головная боль, тошнота и рвота, отвращение к окружающему.

Последствия токсикомании

Токсикомания опасна своими последствиями. Так, в случае передозировки ингалянтов развивается очень тяжелые состояния вплоть до комы. Если передозировка ингалянтов приобретает вид хронической, то развивается хроническое отравление, это неминуемо ведет к нарастающим изменениям личности, появляются такие черты характера, как повышенная агрессивность, равнодушие, раздражительность.

Снижается интеллект, человек перестает осознавать и анализировать ситуацию. Токсикоманы буквально на глазах тупеют, становятся заторможенными, плохо ориентируются в окружающей обстановке, не способны быстро принимать нужные решения.

Через месяц постоянной токсикомании развиваются эпилептические припадки (судороги), которые будут сохраняться даже если токсикоман перестанет вдыхать ядовитые пары. Это связано с тем, что токсические вещества приводят к органическим поражениям головного мозга.

У токсикоманов могут развиваться серьезные заболевания рук и ног: чувство онемения, в кистях, стопах, которая нередко сочетается с атрофией мышц, уменьшением чувствительности.

Кроме этого, кожа кистей и стоп приобретает синюшный цвет, понижается температура кожи в этих областях. Токсическое действие ингалянтов отмечается не только на мозг, но и на другие жизненно важные органы и системы: почки, печень, мышечную ткань, желудочно-кишечный тракт.

Лечение токсикомании у подростков

Лечение токсикомании у подростков очень сложное, так как в основном это связано с нарушениями психических процессов, поэтому наиболее эффективным способом помощи токсикоманам является программа реабилитации, которая не просто устраним негативные последствия отравления организма, но и сможет дать человеку понимание, почему важно прекратить нюхать химию и к чему это может привести.

Употребление наркотиков. Наркомания.

Нам угрожает беда. Эта беда — наркомания. Еще недавно вести о ней

доходили до нас только из чужих стран. Теперь она пришла к нам и распространяется по законам эпидемии: один наркоман заражает за год пятерых.

Наркомания — болезненное непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, вызывающим нарушение психики, галлюцинации, бред.

Различия между наркоманией и токсикоманией с медицинской точки зрения нет: тяжелейшие расстройства психики, разрушение всех органов и систем человеческого организма, преждевременная смерть — вот последствия для здоровья в том и в другом случаях. Чаще всего употребление наркотических препаратов начинается в молодом возрасте, нередко к наркотикам и токсическим веществам приобщаются 10—12-летние дети.

Употребление наркотиков носит характер моды. Какая-то неведомая сила тянет человека следовать моде — и в одежде, и в поведении, и в идеологических симпатиях.

Молодым свойственно преобладание физиологических потребностей над эмоционально-волевым контролем собственного поведения — и это одна из причин наркомании. Увлечение наркотиками связано также с социальными условиями.

Часто наркоманом становится человек, не обретший себя в личной жизни, обделенный вниманием, сочувствием, дружбой, лаской, пониманием, любовью.

Человек, плохо управляющий своими эмоциями, готовый под влиянием неожиданности или разочарования впасть в отчаяние, панику, тоску.

Человек, умственно, а главное, духовно, культурно, эмоционально недостаточно развитый, не нашедший своего призвания, своего дела.

Человек, с детства живущий лишь для удовлетворения своих сугубо эгоцентрических желаний, не умеющий делать верный выбор даже в мелочах, постоянно зависящий от окружающих, а отсюда — постоянно кому-то подражающий.

Человек со слабой волей, неспособный отказаться от сигареты, выпивки и от укола.

Основным мотивом, толкающим молодежь к наркотическому дурману, является любопытство и подражание, а иногда к употреблению наркотиков приучают и принуждают более опытные товарищи, которые затягивают новичков в свои сети, «угощая» дорогостоящим зельем.

Среди молодежи нередко существует расхожее представление: если принять для пробы наркотик всего только один раз, в этом еще нет ничего ужасного. Однако это опасное заблуждение. Желание повторить испытанные ощущения одурманивания приводят к рабской зависимости от наркотика. Постепенно все имевшиеся ранее у подростка интересы и увлечения пропадают. Появляются слабость, бессонница, потеря аппетита, исхудание.

Облик человека, постоянно принимающего наркотическое зелье, далек от привлекательности: гнилые зубы, преждевременное облысение, желтушно-серая кожа, лицо с ранними морщинами — типичный портрет наркомана.

Прием наркотика обязательно приводит к изменению психики человека, что проявляется в грубости, равнодушии к окружающим, жестокости, трудности в общении. Поведение наркомана настолько зависит от этого ощущения сиюминутного удовольствия, что заставить его осмыслить грозящую опасность невозможно.

Через определенное время наступает такой момент, когда наркотики нужны ему вовсе не для веселого настроения, а для поддержания относительно нормального самочувствия. Жизнь без них становится невозможной. Очень часто молодые люди сами готовят одурманивающие и наркотические вещества (кустарным способом) и вводят их всем членам «семьи» — так они называют свои группы.

Нравы такой семьи бесчеловечны и жестоки! Тот из скатившихся вниз, кто воровать не может, становится подопытным «кроликом», на нем испытывают неизвестный препарат, не зная, каким будет его действие. Он принимает первым — либо погибает, либо выживает.

Это страшно, но все же даром. Ведь несчастные больные люди, привыкшие к наркотикам, готовы отдать любые деньги за одну дозу. Мучительная зависимость от наркотика толкает человека на все — обман, воровство и даже убийство, лишь бы добыть наркотик.

Среди наркоманов часто встречаются случаи одного из серьезнейших заболеваний нашего времени — СПИДа (синдрома приобретенного иммунодефицита), не поддающегося никакому лечению. Наркоманы губят не только себя и своих близких, но и будущее потомство, так как их дети рождаются с глубокими психическими и физическими уродствами.

Те, кто употребляют наркотики, чаще всего умирают молодыми. Врачи редко сталкиваются с наркоманами-стариками, так как даже до среднего возраста эти люди не доживают. Связано это не только с истощением организма, который не в состоянии выдержать изнурительного взбадривания стимуляторами, но и с частыми попытками самоубийства, с передозировкой наркотика, с заражением крови грязным шприцем, с развитием целого ряда сопутствующих заболеваний.

Распространители наркотиков умело используют неосведомленность подростков и активно внедряют в сознание молодежи ряда мифов о наркотиках.

Миф первый.

Попробуй - пробуют все.

Это **неправда**: обследования показывают, что, например, в США

меньше чем один из пяти старшеклассников употребляет марихуану. Конечно, и эти цифры вызывают большую тревогу, но ведь более 80% юношей не удалось склонить к употреблению наркотиков. Они уже никогда не будут жертвами наркомании! Чаще всех жертвами ложной аргументации становятся подростки невысоких психологических устоев: конфликтные, склонные к мелкому воровству, лживости, подверженные вспышкам гнева, агрессивности. Такие личности неспособны к целенаправленной деятельности, плохо успевают, отстают в психофизиологическом развитии. Они же впоследствии становятся распространителями наркотиков, что неизбежно, поскольку только таким путем они могут обеспечить себя деньгами на наркотики.

Миф второй.

Попробуй — вредных последствий не будет.

Это **ложь**. Прежде всего, пристрастие к некоторым наркотикам может возникнуть и после одного - двух приемов. Кроме того, существуют индивидуальные различия в чувствительности организма, даже возможна гибель при первой же инъекции.

В условиях подпольного кустарного производства наркотиков невозможно избавиться от вредных примесей и точно дозировать вещество. В клинической практике описано множество случаев тяжелых отравлений, вызываемых токсическими примесями в кустарно изготовленных наркотиках.

Миф третий.

Попробуй - если не понравится, прекратишь прием.

Про физическую зависимость ("ломку") практически все слышали. Однако многие убеждены, что ее можно преодолеть, например, с помощью врачей. Дескать, особых проблем не будет, поскольку человек, обладающий определенной волей (а ты, конечно, волевой!), в состоянии немедленно и бесповоротно бросить принимать наркотики. При этом обычно находится свидетель, который знаком с тем, кто после периода серьезного злоупотребления, проявив волю, прошел через "ломку" и теперь вот уже месяц (два, три) наркотики не употребляет — никаких последствий.

Во-первых, при употреблении любого вида наркотика, и "легкого", и "тяжелого", прежде всего страдает воля. Это заметно уже тогда, когда другие изменения личности еще не проявляются. Происходит то, что наркологи называют "энергетическим снижением": ослабляются именно волевые качества личности, снижается или теряется целеустремленность, т.е. человек становится неспособен к продуктивной деятельности, часто прекращает учиться, бросает работу.

Во-вторых, ремиссия (временное улучшение) непродолжительна. Через определенный период (до нескольких месяцев) больной вновь оказывается охваченным неудержимым стремлением к приему наркотика, и вновь повторяется цикл заболевания с более тяжелыми последствиями. Ремиссия продолжительностью до года отмечается только у очень небольшого числа больных (около 10%), причем у людей зрелого возраста. Значение здесь имеет наличие семьи и сохранение определенного социального положения. Понятно, что подростки в эту категорию не попадают.

Миф четвертый.

О существовании "безвредных" наркотиков.

Безвредных легких наркотиков не существует. Не все наркотики вызывают физическую зависимость, но все они, даже при незначительном употреблении пагубно влияют на личность. Уместно напомнить, что психическая зависимость часто развивается даже в случае употребления таких "легких" наркотиков, как марихуана.

В США более 100 000 человек ежегодно обращаются в клиники, пытаясь излечиться от наркотической зависимости — от марихуаны. Употребление марихуаны часто сопровождается ослаблением волевых качеств личности, потерей мотиваций: утрачивается интерес к тому, что происходит в жизни, пропадает желание работать, учиться, человека не волнует, как он выглядит. Распространенный симптом употребления марихуаны — нарушение краткосрочной памяти, внимания, что связано с гибелью нервных клеток в определенных областях мозга.

Курение марихуаны ослабляет иммунную систему, и человек становится более восприимчив к инфекциям. Наконец, выявлено, что практически все наркоманы, прибегающие к самым "тяжелым" наркотикам, начинали, пробуя именно марихуану.

Каждый из вас может стать объектом внимания "доброжелателя". В этом случае вы обязаны быть готовыми решительно отклонить всякие попытки привлечь их к опаснейшему для человеческой личности "занятию".

Вы должны знать, что тот "добрый" приятель или знакомый, который будет убеждать попробовать "травку" просто из любопытства, дескать, если не понравится, всегда можно бросить, как правило, преследует самые корыстные цели, жестоко используя неопытного человека.

Нужно помнить, что никто из погибающих наркоманов не собирался продолжать прием наркотиков, все хотели лишь попробовать, удовлетворить любопытство. Конец, как правило, трагичен: загублена человеческая судьба, сама жизнь!

Лечить наркомана очень трудно. Нелегко проводить и профилактику наркомании, тем более в наше сложное время. Это дело не одного и не нескольких человек, а всего человечества.

Я считаю, что каждый должен внести в это свою маленькую лепту..

Своим друзьям, чтобы предостеречь их от наркотиков, я сказала бы следующее.

Наркомания — это пустые глаза, оживляющиеся только при виде шприца или таблетки! Это — атрофированные, глухонемые, бесчувственные и безнравственные души, единственным смыслом существования которых является поиск ядовитого зелья!

Это — тела, корчащиеся в судорогах «ломки», — ужасающе мучительного состояния наркотического голода!

Это тяжелые поражения мозга, и печени, и сердца, и всех внутренних органов! Это — инфекционные и венерические болезни!

Это — СПИД — самое опасное из всех заболеваний, так как оно обезоруживает организм перед всеми другими болезнями, перед раком!

Это — тяжкие преступления во имя минутного облегчения, порожденного наркотической зависимостью!

Это — одна из самых частых причин самоубийств!

Это — бандиты, контрабандисты, убийцы; это — мафии, подчинившие себе целые страны в Латинской Америке и Азии!

Это — золото, оплаченное убитыми душами живых и кровью мертвых!

Это — дети, еще не родившиеся, но уже искалеченные в утробе матери и обреченные на неизбывные муки после рождения!

Это — горе миллионов отцов и матерей, жен и мужей; это — разрушенные семьи, невостребованные таланты, преданные чувства, сломанные судьбы!

И все это — страшная плата за краткий миг искусственной, химической радости! Радости ложной, фальшивой, не имеющей ничего общего с подлинными человеческими радостями!

Буду рада, если хоть один человек задумается над моими словами.

Употребление табака.

Никотиновая зависимость.

Открытие табака связывают с именем Колумба. Во время путешествия Колумба матросы, высадившиеся на Кубу, впервые увидели, как аборигены поджигали скатанные в трубочку листья и глотали дым, выпуская его через ноздри, до тех пор, пока с ними не начинал беседовать "великий дух". Очевидно, большое количество выкуренного табака, вызывало у местных жителей слуховые галлюцинации. Вместе с тем, заметьте, курили индейцы не забавы для, а только в религиозные праздники.

В Европе табачное растение, привезенное из Америки, первоначально использовалось только как декоративное. Нюхать, жевать и курить его стали только после того, как по всей Франции прошел слух, будто бы Жан Нико в 1560 году при помощи "целебной травы" исцелил Екатерину Медичи и ее

сына Франциска II от головных болей. С этого момента табак стал быстро распространяться и использоваться при самых разных болезнях.

Однако, вскоре люди разуверились в "целебных" свойствах табака, т.к. стало очевидным вредное воздействие табака на здоровье. И курильщиков начали преследовать. И порой очень жестоко. Так, например, в Турции - за курение сажали на кол, в Персии - за курение отрезали губы и нос, в Италии - табак был объявлен забавой дьявола и в назидание потомству пятеро монахов, уличенных в курении, заживо замуровали в монастырской стене, в Англии - курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.

Первые меры борьбы с курением в Европе были предприняты ещё до появления табака в этой части света. Член экспедиции Колумба Родриго де Перез за курение был посажен в тюрьму. Приговор гласил: «Только дьявол может наделить человека способностью выпускать дым из ноздрей».

А король Яков I - житель XVII-го века, сказал, что курение - это занятие не для цивилизованного человека. И свой знаменитый труд "О вреде табака", опубликованный в 1604 году, Яков I закончил словами: "Курение - это привычка, противная зрению, невыносимая для обоняния, вредная для мозга, опасная для легких".

Но пока Яков I негодовал, врачи-шарлатаны прописывали курение как противоядие от насморка и лихорадки, а кое-кто считал даже, что вдыхание табачного дыма может застраховать от чумы. И нередко такое "лечение" заканчивалось не только отравлениями, но и гибелью людей.

В России, в начале XIX-го века, т.е. всего 300 лет тому назад, уличенным в курении отрезали нос или уши! А после того, как в 1634 году благодаря курильщикам сгорела деревянная Москва, курение было запрещено под страхом смертной казни! В специальном Уложении от 1649 года было "...велено всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом".

Статистика:

- Внезапная смерть от остановки сердца случается среди курильщиков в 5 раз чаще, чем у некурящих.

- 90% больных раком лёгких – заядлые курильщики.
- Курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 раз - инфарктом миокарда, в 10 раз - язвой желудка.
- Курильщики составляют 96 - 100% всех больных раком легких.
- Рак у курящих людей возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих.
- Велика роль курения и в возникновении туберкулёза. Так, 95 из 100 чело-век, страдающих им, к моменту начала заболевания курили.
- Среди мужчин, заболевших язвенной болезнью желудка, 96 - 97% курят.
- Около 6 млн человек умирают ежегодно на планете в результате употреб-ления табака, и, если не ограничивать курение, к 2030 году этот показатель превысит 8 млн человек в год, считает Всемирная организация здравоохранения.
- 100 миллиардов долларов в год расходуют на табачные изделия жители Земли.
- 4,3 млн гектаров земли ежегодно используется для выращивания табака. На них можно было бы выращивать продукты питания.
- Премию, эквивалентную 200 долларам США, ежемесячно выплачивают в Голландии всем гражданам от 12 до 16 лет, которые после специальных тестов докажут, что они не курят.
- В 1761 году английский доктор Джон Хилл обнародовал первую научную работу о вредном влиянии курения табака на человека.
- Взрослые жители одной маленькой деревни в Турции приняли решение не курить, чтобы не подавать плохой пример подрастающему поколению. Нарушитель будет должен отдать мешок сахара или мешок муки бедным.
- В 1575 году в Испании католическая церковь ввела запрет на курение в местах, где проводятся молитвы.
- В Королевстве Бутан табак объявлен вне закона. За продажу сигарет введён штраф в 225 долларов. При этом средняя зарплата в стране – 16 долларов.
- 12 евро стоит пачка сигарет в Новой Зеландии. А в ближайшие четыре года правительство страны повысит акцизы на сигареты еще на 40%.
- В 1624 году католическая церковь во главе с папой Урбаном Восьмым начинает серьёзную борьбу с табаком. Наказание за курение – отлучение от церкви. Через два года Греческая православная церковь принимает такие же меры.
- На 40% меньше взнос некурящего на медицинскую страховку в Германии, чем курящего табак, поскольку некурящий для здравоохранения обходится дешевле.
- Более половины стран мира, где проживает почти 40% населения планеты (2,8 миллиарда человек), осуществили хотя бы одну из мер Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака, среди которых – запрет

на рекламу табака, запрет на курение в общественных местах, на продажу табака несовершеннолетним.

В последнее время все чаще идет речь о новом молодежном увлечении - парении вейпа.

Сегодня в мире 29 млн. вейперов, из которых около 10 млн. человек проживает в США. Показатели России не так масштабны, но имеют тенденцию к увеличению.

По некоторым данным (официальной статистики нет), в России на 2015 год насчитывалось 1,2 млн. последователей паровой культуры, а на ноябрь 2016 года уже 1,5 млн. Это говорит о том, что рынок находится в положительной динамике. Вопрос только в том, положительной для кого? Попробуем разобраться в этом вопросе, решить для себя так ли безопасно парение, как нам его пытаются преподнести?

Молодежный сленг заполнили новые иностранные слова вейп, вейперы, жижка, джус, дрипка, боксмод и другие. Среди подростков распространяется новое модное течение, становясь отдельной субкультурой. Электронные парогенераторы (вейпы) выступают средством коммуникации среди молодежи. Подростки обсуждают ароматы и вкусы, а на доводы родителей отвечают, что это не запрещено и безвредно. Ароматы и вкусы - это отдельная песня для вейпера, на рынке предлагаются сотни вариантов, готовые ответить на любой, самый изощренный запрос.

Но кроме вкусного названия, интересен состав этих жидкостей.

Самый распространенный вариант это: глицерин, пропиленгликоль и никотин плюс сами ароматизаторы, чаще всего пищевые добавки, рекомендуемые для приготовления пищи, а никак для парения. Исходя из состава, можно сделать вывод, что это не морковь, посаженная бабушкой на своем садовом участке. Это химический состав, который подвергается воздействию высоких температур (Температура нагрева внутри вейпа может достигать 300 градусов по Цельсию). И как поведут себя вещества, содержащиеся в жидкости, при нагреве, неизвестно. Каких-либо глубоких исследований о влиянии на здоровье электронных сигарет и паровых устройств в настоящее время нет. Это легко объяснить тем, что парить и развивать вейпинг как отдельное явление стали относительно недавно. Первая электронная сигарета была создана в 2004 году в Гонконге. За 13 лет эта новомодная тенденция распространилась по всему миру, затронув несколько возрастных категорий, но особенно, молодежь.

Конечно же, это недостаточный срок для проведения серьезных научных экспериментов, но необходимость в такой работе есть для того, чтобы расставить все акценты и вынести окончательное решение - в чем заключается вред от употребления вейпа. Точно установлено, что в жидкости

для вейпа содержится 31 токсичное вещество (данные Lawrence Berkeley Labs), в том числе акролеин, диацетил и формальдегид.

В устройствах для парения присутствует литиево-ионный аккумулятор, который при сильном нагреве может взорваться и нанести значительный вред здоровью. Новости о взрывах электронных устройств периодически появляются в СМИ. Последствия ужасны, страдают лицо, руки, ноги, паховая область. Почему такой разброс? Да очень просто - электронные сигареты могут взорваться как во время курения, так и находясь в кармане.

Фразы о том, что взрываются и мобильные устройства и другие девайсы, не актуальны, мы рассматриваем вопрос не с точки зрения того, насколько использование вейпа безопасно, а с другой стороны - вредно или не вредно его парить.

В интернете сегодня ведется масштабная пропаганда, нацеленная на молодежь и несовершеннолетних подростков. Подменяются основные понятия здорового образа жизни, навязываются псевдо здоровые привычки, приводятся необоснованные сравнения с табачной зависимостью. Результаты исследований, приведенных в статье «Критика электронных сигарет Всемирной организацией здравоохранения» говорят о том, что широкое потребление электронных сигарет или вейпов среди подростков связано с тиражируемой в рекламе “безвредностью”. Производители электронных сигарет, как бы забывают рассказать о возможных последствиях употребления их продукции, но при этом согласны с утверждением о вреде курения.

Производители утверждают, что электронные сигареты безопасны и могут применяться в качестве заменителя никотина. Но ведь парить начинают даже те, кто не курит и не курил. Главная проблема вейпинга заключается в его пропаганде среди молодежи и недосказанности о вреде. Вейпшопы есть в каждом городе, и даже поселке. На конец 2016 года в России открыто приблизительно 2000 вейп-шопов. В социальных сетях создаются целые сообщества, пропагандирующие парение как альтернативу здорового образа жизни, и даже больше, кричащие на своих страницах о новом развлечении, таком сладком и красивом.

Государство сегодня не контролирует состав и содержание веществ в жидкостях для вейпов, нет единой сертификации и лицензирования, а значит, мы не можем точно знать, что именно находится в упаковке. Отсутствует и определение электронной сигареты в законодательстве страны.

Депутаты Госдумы подготовили законопроект "Об особенностях оборота электронных систем доставки никотина" и мы надеемся, что это инициатива перерастет в Федеральный Закон в ближайшее время.

Примерные задачи неспецифической работы с родителями:

- укрепление семейных ценностей и традиций;
- оптимизация детско-родительских отношений, предупреждение случаев эмоционального отвержения детей, жестокого обращения;
- просвещение родителей в вопросах возрастного развития детей, об особых задачах детско-взрослых отношений в подростковом возрасте (включая и темы профилактики злоупотребления ПАВ);
- формирование практических навыков конструктивного общения;
- формирование установки на здоровый образ жизни.

Попутно родителям необходимо транслировать тезис о бдительности: «Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас. Запомните: наркотики не выбирают, сын учительницы или дочь генерала».

При проведении специальных профилактических лекций-бесед по предупреждению употребления ПАВ несовершеннолетними требуется сообщать родителям, какая информация о ПАВ может быть передана детям и подросткам, а какая – ни в коем случае. В беседах следует касаться признаков употребления ПАВ, способов диагностики и лечения при употреблении ПАВ, последствиях, в том числе правовых, употребления, службах помощи при подтверждении употребления ребенком ПАВ.

Необходимо доносить до сознания родителей тезис о том, что тактика запугивания детей тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не приводит к желаемым результатам – отказу от их приема, – а, наоборот, в некоторых случаях усиливает к ним интерес.

Рекомендуется отступление от рутинных форм лекций-бесед, чтобы углубить воздействие на родителей. К наиболее эффективным формам относятся «круглые столы», вечера вопросов и ответов, педагогический практикум, деловая игра, тренинг для родителей и др. На родительские собрания могут быть приглашены специалисты Регионального управления по контролю за оборотом наркотиков по Краснодарскому краю, медицинские работники, другие специалисты в области профилактики употребления ПАВ и формирования здорового образа жизни.

Необходимо сообщить о значимых для родителей признаках употребления детьми ПАВ:

1 Ребенок отстраняется от родителей, часто и надолго исчезает из дома или же запирается в своей комнате. Расспросы, даже самые деликатные, вызывают у него вспышку гнева.

2 У него меняется круг общения, прежние друзья исчезают, новые предпочитают как можно меньше контактировать с Вами, почти ничего не сообщают о себе.

3 Ваш ребенок в Вашем присутствии не разговаривает по телефону открыто, а использует намеки, жаргон, условные «коды» или уходит в

другую комнату.

4 Меняется характер ребенка. Его не интересует то, что раньше имело значение: семья, учеба, увлечения. Появляется раздражительность, вспыльчивость, капризность, эгоизм, лживость.

5 Его состояние немотивированно меняется: он то полон энергии, весел, шутит, то становится пассивен, вял, иногда угрюм, плаксив.

6 Ребенок часто просит у Вас деньги, но объяснить, на что они ему нужны, не может или его объяснения малоубедительны. Из дома постепенно исчезают деньги и вещи. Сначала это может быть незаметно, пропажи в семье объясняются случайностью (потеряли, забыли куда положили). Потом уже исчезновение (видеотехники, например) трудно скрыть.

7 Иногда, напротив, у ребенка появляются суммы денег, происхождение которых необъяснимо (в случае, если он вовлечен в распространение ПАВ).

8 Вы наблюдаете необычное состояние Вашего ребенка: оно может быть похоже на опьянение, но без запаха алкоголя. Может быть нарушена координация движений, речь, появляется нелепый смех, зрачки расширены или сужены. Конкретные признаки опьянения зависят от вида вещества.

Родителей полезно снабдить следующими рекомендациями: «Если Вы обнаружили у Вашего ребенка признаки употребления курительной смеси, не нужно бросаться к ребенку с расспросами, не пробовал ли он курительные смеси, это может лишь пробудить интерес чада к опасной «дури», о которой он до этого не знал или не придавал ей значения. Просто нужно внимательнее следить за подростком, его физическим состоянием, настроением, искренне интересоваться его времяпрепровождением и окружением.

Если это случилось один раз, Вам нужно просто поговорить с Вашим ребенком. Будьте заботливыми, любящими, но покажите свое неодобрение.

Приведите основания необходимости отказа от употребления:

- употребление курительных смесей может повлиять на здоровье;
- это незаконно и может привести к конфликту с законом;
- Ваши знакомые (или родственники), имеющие опыт употребления

ПАВ, расплатились тем-то и тем-то.

Если здоровье или поведение Вашего ребенка свидетельствует о системном употреблении курительных смесей, не падайте духом, потому что по-прежнему есть много такого, что возможно сделать:

- оказывайте поддержку Вашему ребенку: для него это жизненно необходимо, какими бы ни были обстоятельства;
- показывайте и говорите, что Вы его любите;
- обратитесь за помощью для себя и Вашего ребенка к специалистам (психологу, врачу).

Своевременное вмешательство взрослого в ситуацию важно потому,

что дети живут целиком по принципу «здесь и теперь» и не думают о будущем».

**Примерные темы родительских собраний
в контексте профилактики:**

1. Роль родителей в выборе ребенком здорового образа жизни.
2. Современная наркоситуация от уровня Российской Федерации до уровня муниципальной территории и общеобразовательного учреждения.
3. Повышение ответственности родителей за воспитание детей как фактор защиты от наркотизации подрастающего поколения.
4. Создание условий в семье для формирования у детей личной ответственности за свое поведение.
5. Объединение усилий семьи и школы в деле по профилактике немедицинского потребления психоактивных веществ детьми и подростками, в том числе курительных смесей.
6. Семейная профилактика употребления курительных смесей детьми.
7. Участие родителей в профилактической деятельности, поддержка родительской общественностью волонтерского молодежного движения.
8. Роль семьи в формировании психологического иммунитета к потреблению ПАВ у детей и подростков.