

## ПАМЯТКА для подростков о вреде наркотиков

Наркомания - это болезнь нашего времени, уносящая сотни и тысячи молодых жизней. Чаще всего человек начинает употреблять наркотики в компании друзей. Спровоцировать первое употребление может многое: чувство любопытства, желание не показываться остальным «белой вороной», неумение сказать «Нет», присутствие в жизни серьезных проблем, как попытка повлиять на другого человека, плохое настроение или обыкновенная скука. По незнанию человек уверен в том, что попробовать один раз – не страшно. К сожалению, весь наркобизнес построен на том, что первый раз никогда не бывает последним. Пробуя наркотик, человек одновременно переступает через все барьеры. Каждый впервые употребляющий уверен в том, что «со мной всё иначе, всё под контролем». Эта уверенность от неопытности. Последствия от употребления наркотиков самые плачевные: -самое главное – невозможность в дальнейшем жить без наркотика; - появляется зависимость на уровне биологии и психики; -человек не контролирует себя как раньше; -разрушаются внутренние органы, срок жизни активного наркомана составляет 5-7 лет; -прием наркотиков инъекционно сопровождаются неизлечимые болезни: СПИД, гепатиты; -человек, употребляющий наркотики, неизбежно уходит в криминал; -растут требуемое количество наркотиков и расходы на их потребление; -исчезают друзья, отношения с родственниками превращаются в кризис, так как наркозависимый приносит близким людям только страдания; -исчезают жизненные перспективы: хорошая работа, учёба, карьера, собственная семья; -депрессия исчезает только после принятия очередной дозы наркотика; - среди наркозависимых высок процент самоубийств. Не редки случаи, когда даже во время первой пробы человек погибает от остановки дыхания или сердца, может развиться паралич, нарушается способность говорить. В компании, где употребляют наркотики, ты неизбежно сталкиваешься с предложениями «попробовать». По-другому не бывает. Вопрос во времени, раньше или позже. Так бывает всегда. В компании опасность по отношению к наркотику притупляется. Ты всегда рискуешь. Лучший выход – уйти и найти себе более подходящий круг общения. «Будь Собой, уважай Себя». Любой человек, допускающий наркотики в свою жизнь, рискует стать наркоманом, хотя каждый в начале пути уверен, что это может быть с любым другим, только не с ним. Именно в подростковом и молодом возрасте человек хочет обрести свою индивидуальность, отличаться от других, «пробовать в жизни все», освободиться от контроля и опеки взрослых, жить так, как хочется самому, устанавливать свои нормы и правила. Для того, чтобы обезопасить себя от проблем с наркотиками, необходимо: - сделать для себя недопустимой саму мысль о возможности когда-либо «попробовать»; - нужно научиться говорить «НЕТ!» и себе и другим, когда речь идёт о наркотиках; - избегать компании и места, где употребляют наркотики. Если ты понимаешь всю важность изложенного выше, если хочешь помочь другу, поделись информацией со своими родителями, или теми взрослыми, кому ты доверяешь. Это смелый, но не простой поступок. Даже если тебя обвинят в «стукачестве» - на весах жизнь твоих друзей. Чудодейственных методов, лекарств и операций, которые могут решить проблему, не существует.