**Выбери жизнь без наркотиков!**

Что такое наркотик? Это вещества ,обладающие способностью изменять работу клеток головного мозга. Одновременно любой наркотик- это яд, причем яд очень коварный, потому что в малых дозах он не убивает сразу, но при этом поражает практически все органы и системы.

Повреждения накапливаются постепенно и ухудшение состояния здоровья замечают только после нескольких приемов. Однако прекратить принимать наркотик человек уже не может, потому что попал в зависимость от него. Если уже он по какой-либо причине примет слишком большую дозу, то погибнет от отравления, точно так же, как и при отравлении любым другим ядом.

В чем заключается коварство наркотиков?

Прежде всего в том, что они поражают психику человека. Надо помнить, что уже после первого приема наркотика человек изменяется- это уже не прежний, а другой человек, то есть человек с измененной психикой. После первого приема наркотика в головном мозге формируется так называемый центр влечения к наркотикам- группа клеток головного мозга, образно выражаясь, « сошедших с ума».Этот центр перестраивает работу всего головного мозга, подавляет самоконтроль ,вызывает непреодолимую тягу к наркотику, заставляя вновь и вновь его принимать.

Если до приема наркотика человек еще способен сомневаться, помнить об опасности, говорить себе « Я только попробую один раз», то даже после однократного приема его мысли и желания изменяются, так как исчезают самоконтроль и чувство опасности. Начинающий наркоман думает : «Вот я попробовал и ничего страшного не произошло», и он попробует еще раз, а потом еще. По сути дела, он уже стал « зомби» ,роботом, которым управляет центр влечения к наркотикам, но он этого не замечает и ему кажется, что он в любой момент может остановиться. А в действительности- уже поздно!

Человек уже стал наркоманом и , если в его крови не присутствует наркотик, то начинается психическая депрессия- жизнь кажется серой, безрадостной, все время чего-то не хватает, наркоман испытывает давящую тоску, тревогу, и страх – теперь он похож на психического больного( в состоянии депрессии наркоманы не редко совершают самоубийства).

Мозг работает в одном направлении- как достать наркотик, чтобы избавиться от этого тягостного состояния и вернуть чувство наркотического одурманивания. Все, что его раньше интересовало- друзья, увлечении, учеба- теряет смысл, и остается только один интерес, одна цель, одно желание- наркотик. По данным МЗ РФ у 30-50% подростков психическая зависимость развивается уже после первого приема наркотика. Иначе говоря, практически половина подростков превращаются в наркоманов уже после первого же « знакомства» с наркотиком.

Отсюда следует вывод: единственный верный способ не стать наркоманом – это не пробовать наркотик вообще никогда, ни одного раза.

Если человек продолжает принимать наркотик, очень быстро развивается физическая зависимость и страшнее этого состояния, наверняка, нет. Обычно оно возникает, когда в крови уменьшается или заканчивается наркотик , его называют « ломкой».На медицинском языке это синдром отмены или абстинентный синдром. Обычно « ломка» -это сильнейшие ознобы, ломка, боли в пояснице, во всех суставах, костях, мышцах, судороги, холодный пот, тошнота, рвота, понос, резкие боли в животе. Плюс тревога, страх, бессонница. Это мучительное состояние длиться около недели.

Вот как описывают « ломку» сами наркоманы: « Я чувствовала , что у меня отнялись ноги ,вся покрылась потом. Пот стекам по лбу и заливал глаза, он был ужасно вонючий. Моему другу было еще хуже – он весь трясся в ознобе. Ноги были в непристойной движении, словно он бежал на месте. Его, тонкие как карандаш, ноги то поднимались, то опускались в невероятных судорогах. Его язык увеличился на глазах и стал вываливаться изо рта Поминутно он сворачивался в клубок т кричал. Желудок сводило спазмами. От него пахло еще хуже , чем от меня, и вся комната заполнилась смрадом наших тел. Я не могла ему помощь- горло и губы буквально высохли, хотя рот был полон слюны. Я не могла его проглотить и начала кашлять, потом меня начало рвать.

На стене висела картина, в нижнем углу которой была голубая точка. И вдруг эта точка превратилась в отвратительную физиономию. На стену выползло ужасное создание в виде человекообезьяны. Людская половина головы застыло в посмертной маске с закрытым глазом, Обезьянья – оскалила клыки в усмешке и моргала красным от крови глазом. Моргала мне, как будто я лакомый кусок еды. Потом мне казалось, что я истекаю кровью. Это продолжалось часами».

Если во время « ломки» принять наркотик, то она прекращается, самочувствие нормализуется. Поэтому наркоман вынужден снова и снова принимать наркотик для того, чтобы избежать наступления мучительной « ломки». Постепенно он доходит до полного истощения, перестает есть и спать .Он уже проклинает наркотик, мечтает освободиться от зависимости, но не может.

Но Вы ,уважаемые читатели, понимаете, наркотик бесплатно достается только в первый раз, а потом его уже нужно выкупать. Если у наркомана « ломка» - то ему в день нужно 500 рублей и более. А наркоман зарабатывать их не в состоянии, остается единственный путь- криминальный.

Сначала наркоманы обычно обворовывают близких- воруют у родителей деньги, украшения, одежду, аппаратуру.

Когда эти источники исчезают, начинают воровать у чужих: забираются в квартиры, могут на улице ограбить, занимаются проституцией или же становятся продавцами наркотиков.

Взывать в это время к совести больного –все равно, что требовать отчета у спящего. Естественно, рано или поздно он попадает в тюрьму, если, конечно, не умирает до этого. Большинство наркоманов живут не больше 3-5 лет после первого приема наркотика, хотя, конечно, есть исключения –те , смерть которых наступает уже через полгода, или же которым посчастливилось прожить 10-15 лет.

Чаще всего причиной смерти становиться сам наркоман- гибель от передозировки, из-за введения слишком большой дозы и отравления организма. Смерть наступает из-за остановки сердца и дыхания. Нередко наркоманы отравляются не самим наркотиком , а ядовитыми примесями к нему. Таковыми могут быть: стиральный порошок, растворители- бензол, толуол, уксусный ангидрид. Токсикоманы обычно погибают от отравления растворителями. Причиной смерти часто бывает и сепсис – заражение крови из-за несоблюдения правил гигиены( общий шприц, не стерильный раствор).А в последние лет наркомания сплелась в одну веревку , уносящую жизнь наркомана – СПИД.

Заметный рост заболеваемости ВИЧ –инфекцией в республике отмечается с июля 2000 годы, что связано с ростом наркомании и проникновением ВИЧ- инфицированный в среду лиц, используемых внутривенное введение наркотиков.

Что касается районных данных о наркоманах- их у нас 4 учтенных больных и еще 18 потребителей наркотических средств. Из них 44% потребляют наркотики внутривенно. ВИЧ –инфицированных среди них- 2.

Поэтому вы, уважаемые читатели, должны помнить и четко осознавать, что наркотик – это не шалость, не игра, которую можно в любое время прекратить. Не удовлетворение любопытства под девизом « человек должен все попробовать в жизни», не приятное времяпровождение и не источник авторитета.

Наркотик- это орудие медленного ( а для не которых и быстрого) неотвратимого мучительного самоубийства.

Вы должны запомнить навсегда, что уже после первого приема наркотика человек не сможет себя контролировать, не сможет остановиться и скоро рискует потерять ВСЕ: здоровье, молодость, друзей, хорошее самочувствие, умение думать, а в конце концов и жизнь. В лучшем случае через несколько лет он превратиться в калеку, полуидиота, вора, опуститься на самое дно жизни, откуда редко возвращаются.

**Единственный путь не допустить этого- вообще никогда не пробовать наркотик.**

Врач –нарколог: Шаймухаметова А.А.