

Предупреждение и профилактика курения, употребление алкогольных напитков, употребление наркотических и токсических веществ

Ученые и практики, занимающиеся проблемами наркомании, выделяют специфические факторы, способствующие вовлечению подростков в компании, употребляющие наркотики. Родителям тоже надо это знать и иметь в виду:

1. Сложность взаимоотношений со старшими или отсутствие контроля со стороны родителей.
2. Отдельные подростки стремятся проявить себя или выделиться в коллективе сверстников любой ценой - из-за того, что привыкли к повышенному вниманию в семье. У них возникает потребность удивить, совершить, сделать то, чего не делали до этого другие подростки.
3. Нередко используется сила принуждения, особенно к слабовольным, либо к подросткам, лишенным внимания взрослых.

Как распознать начало наркомании:

- всегда длинные рукава одежды, независимо от погоды и обстановки;
- неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения;
- часто неряшливый вид, сухие волосы, отекающие кисти рук;
- невнятная речь или неуклюжие движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта;
- явное стремление избегать встреч со старшими членами семьи;
- резкость и непочтительность в ответах на ваши вопросы;
- в доме пропадают вещи или деньги.

Общими признаками потребления алкогольных напитков, наркотиков и токсических веществ являются:

- изменения внешнего вида и поведения, в той или иной мере напоминающие состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта или при слабом, не соответствующем состоянию запахе;
- изменение настроения: беспричинное веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность, явно не соответствующие данной ситуации
- изменение речи: ее ускорение, подчеркнутая выразительность или замедленность, невнятность, нечеткость;
- изменение цвета кожных покровов: бледность лица и всей кожи или, наоборот, покраснение лица и верхней части туловища; блеск глаз или их «мутность», сильно расширенные зрачки, не реагирующие или плохо реагирующие на свет; изменение слюноотделения: повышенное слюноотделение или, наоборот, сухость во рту, сухость губ, осиплость голоса;
- изменение двигательной активности: повышенная (оживленная) жестикуляция, избыточность движений, неусидчивость или же, наоборот, обездвиженность, вялость, расслабленность, стремление к покою;
- изменения координации движений: нарушения их плавности, скорости, неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя, нарушения почерка.

Чем опасны курительные смеси?

Курительные смеси или курительные миксы - это ароматные сборы трав, предназначенные для использования в качестве комнатных благовоний и ароматизации помещений, однако используется данная продукция для употребления внутрь путем курения. Сегодня доказано, что большинство компонентов курительных смесей содержат наркотические вещества, которые губительно действуют на психику, обладают токсическим действием на органы и ткани, а их длительное употребление приводит к наркотической зависимости.

Негативное действие на психику человека проявляется:

- ✓ неспособностью сосредоточиться;
- ✓ полной потерей контакта с окружающим миром;
- ✓ отсутствием способности ориентироваться в пространстве;
- ✓ потерей контроля над собственной личностью;
- ✓ агрессией.

Систематическое курение миксов приводит к необратимым процессам в центральной нервной системе. Снижается внимание, ухудшается память, замедляется мыслительная деятельность, человек теряет интерес к жизни. Практически все курильщики миксов жалуются на кашель, слёзотечение, осиплость горла во время и после курения. Велика вероятность возникновения злокачественных опухолей ротовой полости, глотки, гортани и бронхов.

Продолжительное употребление курительных смесей по своей опасности превосходит даже тяжелые виды наркотиков. И медики, и эксперты в один голос утверждают, что **даже разовое применение этих смесей может привести к смертельному исходу или тяжелой инвалидности.**

