



Наркотизм и безопасность человека

Почему эта тема напрямую касается жизни подростка?



Что скрывается за наркотизмом и почему риск особенно высок в подростковом возрасте

Наркотизм — это употребление веществ, меняющих состояние сознания, без медицинских показаний и контроля врача. В подростковом возрасте самоконтроль ещё формируется, а давление группы и тяга к новому делают риск особенно заметным.

Основные группы психоактивных веществ



Опиоиды

К этой группе относят вещества с выраженным обезболивающим и угнетающим действием. Они особенно опасны из-за риска резкого замедления дыхания и быстрого развития смертельного отравления.



Каннабиноиды

Они изменяют восприятие, внимание и скорость реакции, могут снижать критичность и мотивацию. У подростков это особенно опасно для учёбы, памяти и навыков принятия решений.



Стимуляторы

Эти вещества временно создают ощущение прилива сил, но перегружают нервную и сердечно-сосудистую системы. Возможны тревога, бессонница, аритмии и опасное истощение организма.



Седативные препараты

Их бесконтрольный приём вызывает заторможенность, нарушение координации и сонливость. При сочетании с алкоголем или другими веществами риск тяжёлого отравления резко возрастает.



Галлюциногены и ингалянты

Эти вещества искажают восприятие реальности и могут вызывать непредсказуемое поведение. Они опасны острыми нарушениями психики, отравлением и повреждением внутренних органов.

Как психоактивные вещества влияют на мозг подростка

01

Система вознаграждения

Психоактивные вещества вмешиваются в дофаминовую систему, создавая ложное ощущение удовольствия. Из-за этого мозг начинает хуже отличать краткий эффект от реальной опасности.

02

Память и самоконтроль

Особенно уязвимы зоны, отвечающие за планирование, оценку последствий и контроль импульсов. При этом страдают память, внимание и способность принимать взвешенные решения.

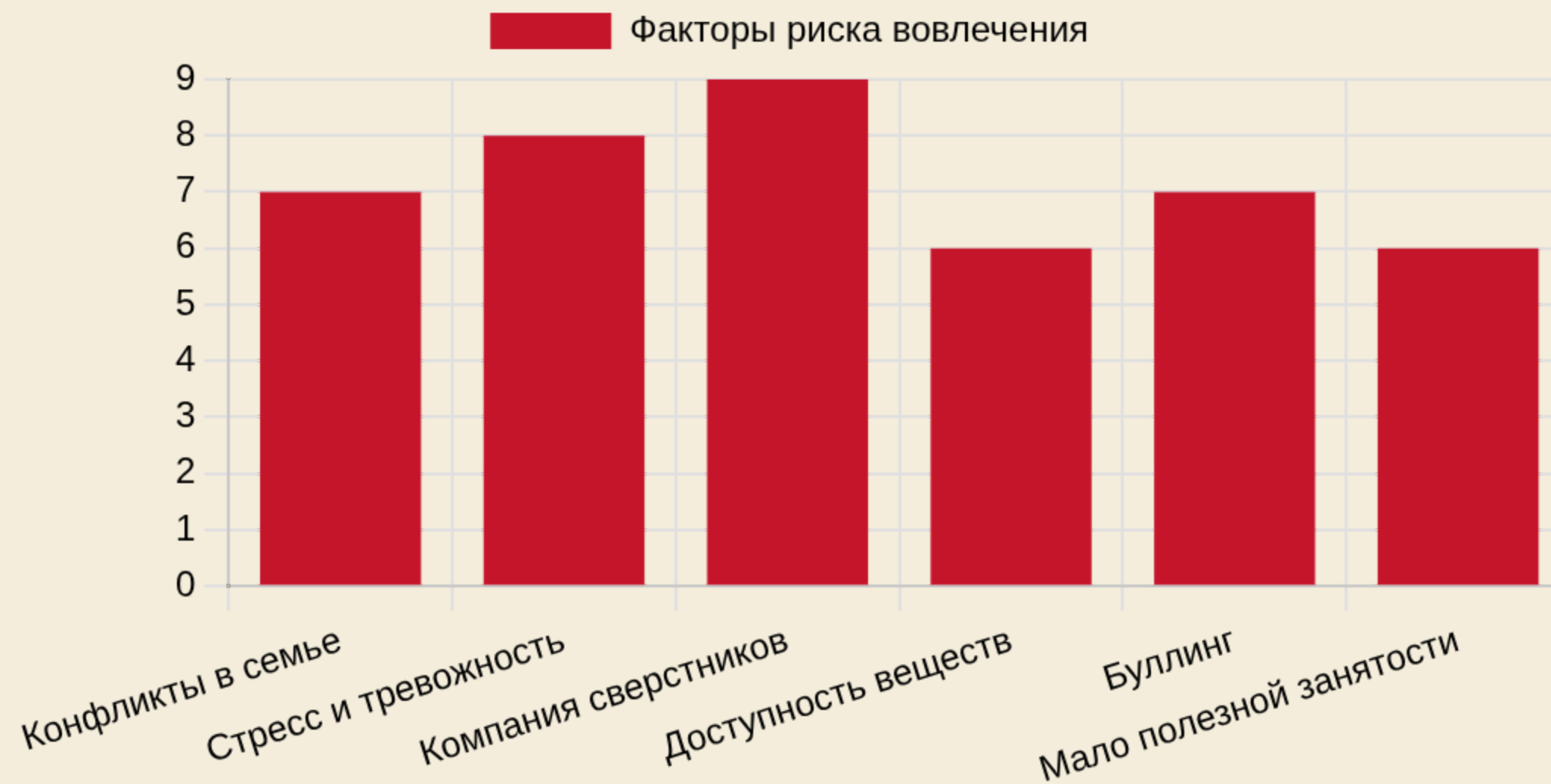


Факторы риска вовлечения в употребление

Риск возрастает, когда несколько неблагоприятных обстоятельств действуют одновременно и усиливают друг друга.

Наиболее значимы влияние сверстников, эмоциональное напряжение и дефицит поддержки взрослых; причина почти всегда комплексная.

Обобщение типичных факторов риска, используемых в профилактике подросткового употребления ПАВ.



Социальные причины и психологическая уязвимость

01

Одиночество и ощущение непонятости делают подростка особенно чувствительным к любому предложению «быть своим» в группе, даже если оно связано с опасным поведением.

02

Любопытство и вера в собственную неуязвимость заставляют недооценивать последствия. Краткий эффект кажется управляемым, хотя контроль над ситуацией быстро ослабевает.

03

Медиасреда может представлять риск как норму или признак взрослости. Когда такие образы повторяются, снижается критичность и размывается граница между модой и опасностью.

04

Если стресс не умеют снимать безопасно, вещество начинает восприниматься как быстрый выход. Это закрепляет опасную привычку избегать проблемы вместо её решения.

От первого опыта к зависимости

Логика развития: от мотива к утрате контроля и социальной дезадаптации



Признаки употребления и тревожные сигналы



Изменение поведения

Появляются резкие перепады настроения, раздражительность, замкнутость и потеря интереса к обычным делам. Подросток становится менее доступным для общения и чаще избегает вопросов.



Проблемы в учёбе

Снижается внимание на уроках, растёт число пропусков, ухудшаются оценки и пропадает прежняя дисциплина. Эти изменения особенно заметны, если они возникли внезапно.



Внешние физические признаки

Тревогу вызывают необычные запахи, покраснение глаз, слишком широкие или узкие зрачки, дрожь, сонливость либо бессонница. Такие признаки нельзя игнорировать.



Косвенные сигналы

Поводом насторожиться становятся исчезновение денег, вещей и постоянные объяснения, не совпадающие с реальностью. Часто меняется и круг общения.



Следы опасного поведения

Наличие следов инъекций, резкие изменения аппетита и скрытность в личных вещах могут указывать на серьёзную проблему. Чем раньше замечены сигналы, тем выше шанс помочь.

Последствия наркотизма для органов и систем

Таблица показывает, что страдают не отдельные органы, а весь организм сразу.

Наркотизм быстро бьёт по нескольким системам одновременно и повышает вероятность тяжёлых, иногда необратимых осложнений.

Обобщение медицинских последствий употребления психоактивных веществ.

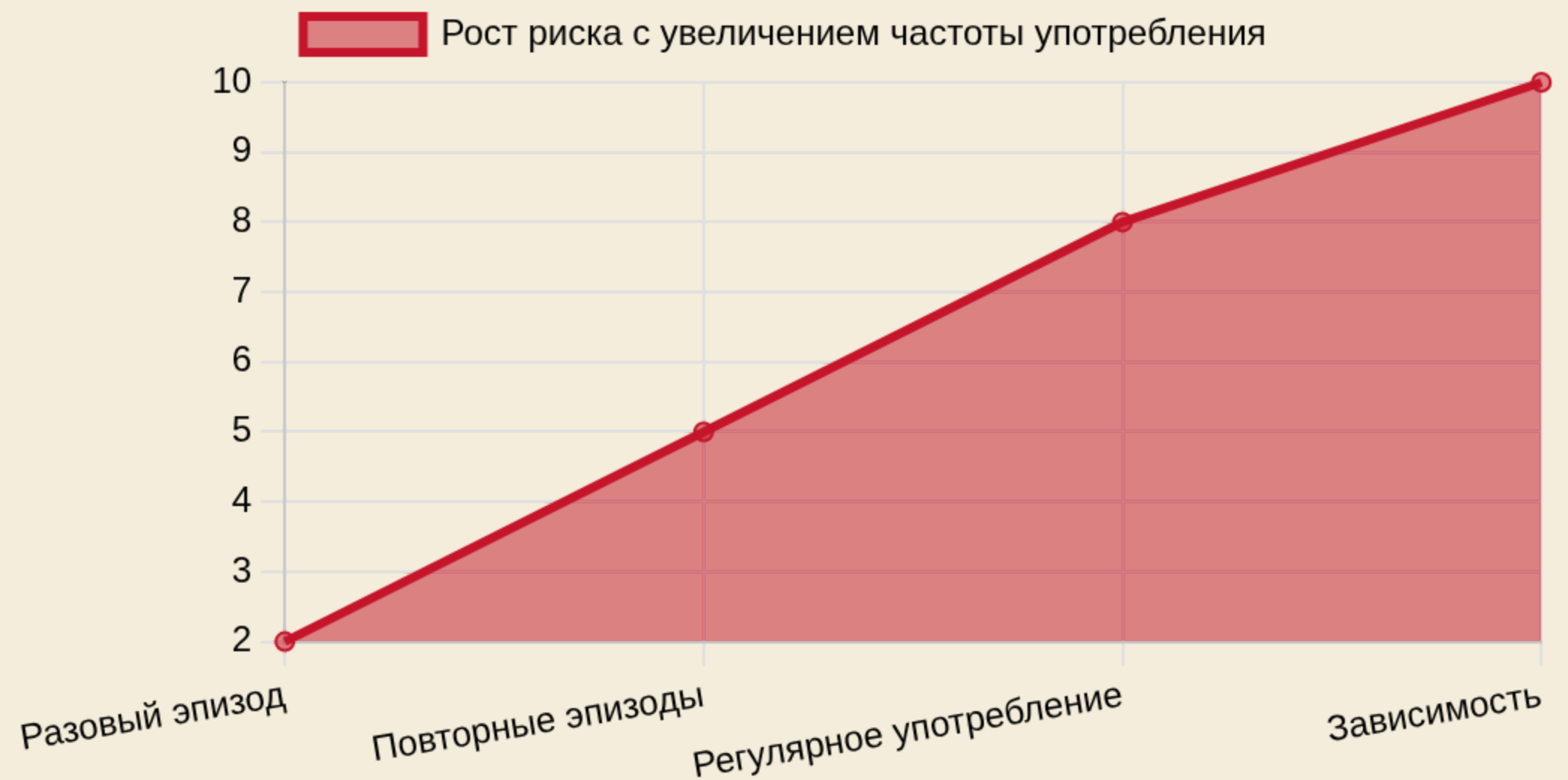
Система	Последствия	Осложнения
Нервная	Память, внимание	Психические расстройства
Сердечно-сосудистая	Давление, аритмии	Инфаркт, инсульт
Дыхательная	Угнетение дыхания	Остановка дыхания
Печень и почки	Токсическое поражение	Нарушение очищения
Психика	Тревога, депрессия	Агрессия, суицидальный риск

Краткосрочные и долгосрочные последствия употребления

Даже редкие эпизоды могут закончиться травмой, отравлением или конфликтом, поэтому безопасной «малой дозы» не существует.

Чем чаще употребление, тем выше риск потери здоровья, учёбы и социальных связей; вред накапливается по нарастающей.

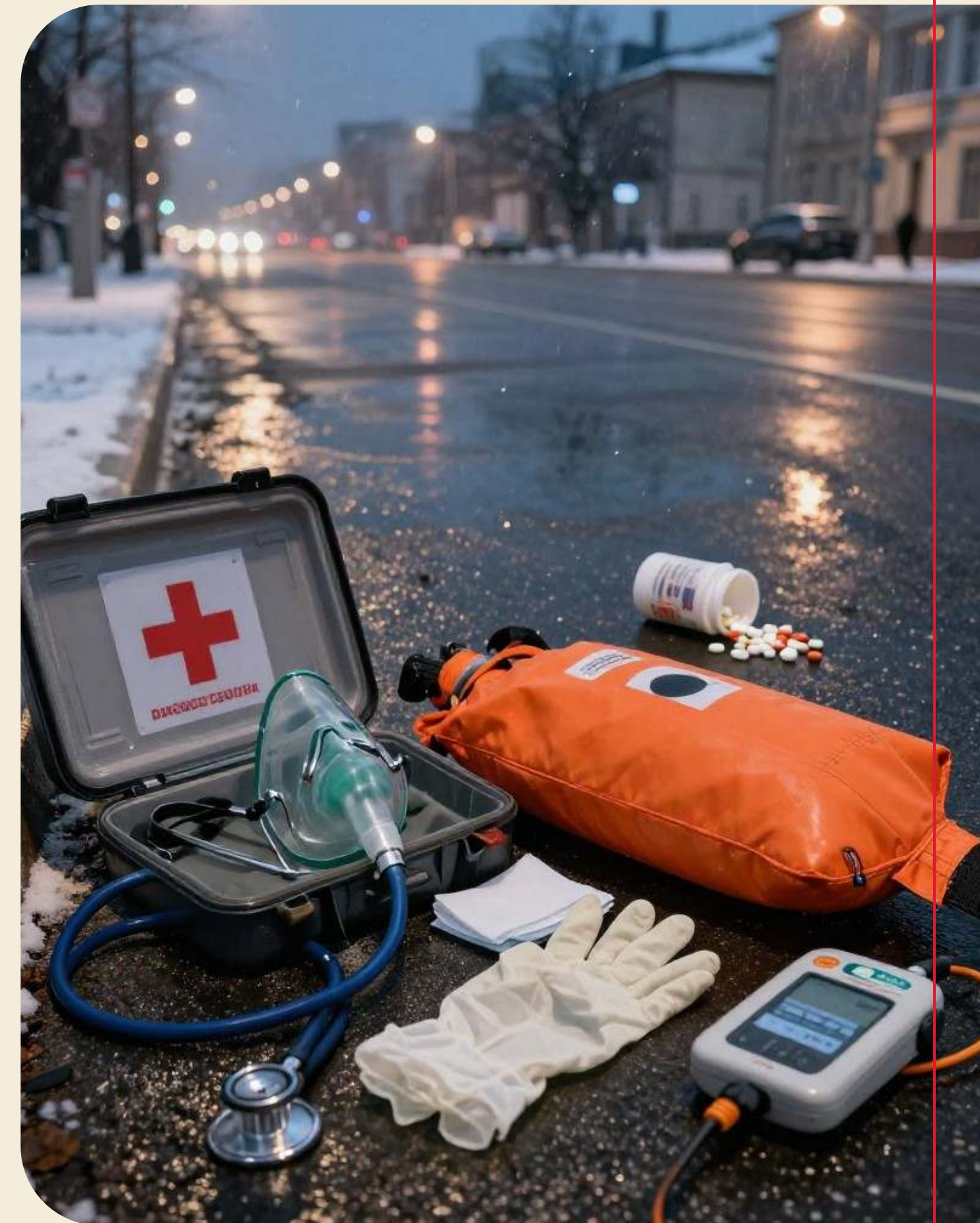
Схема профилактической оценки рисков употребления психоактивных веществ.



Передозировка: признаки смертельной опасности

Потеря сознания, редкое или остановленное дыхание, синюшность губ, судороги и отсутствие реакции на голос или прикосновения — это признаки, при которых требуется немедленная помощь.

Передозировка опасна быстрым развитием кислородного голодания, поэтому промедление может привести к смерти или необратимому поражению мозга уже в первые минуты.



Наркотизм и инфекционная безопасность

01

Инъекционное употребление повышает риск заражения ВИЧ, гепатитами В и С, а также бактериальными инфекциями, если используются общие шприцы и нестерильные инструменты.

02

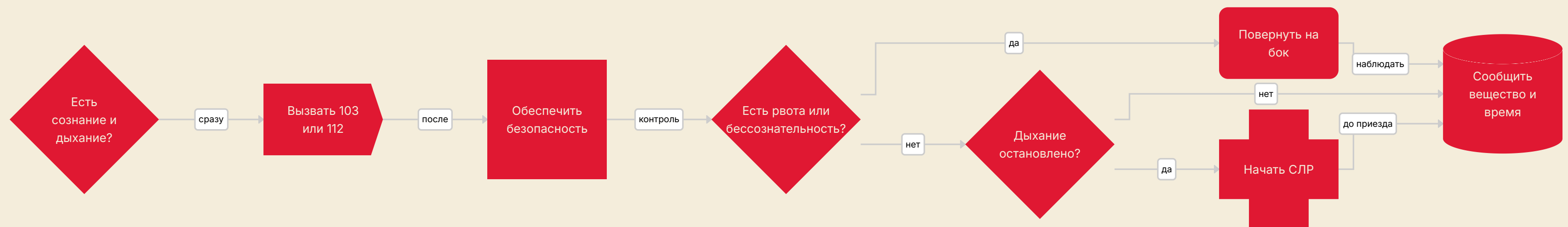
Повреждение кожи, попадание крови и незащищённые половые контакты усиливают вероятность передачи инфекции и осложняют лечение уже после первого эпизода риска.

03

Поэтому наркотизм затрагивает не только самого человека: он способствует распространению инфекций и увеличивает нагрузку на семью, школу и систему здравоохранения.

Алгоритм действий при подозрении на передозировку

Последовательность действий при неотложном состоянии до прибытия медицинской помощи.

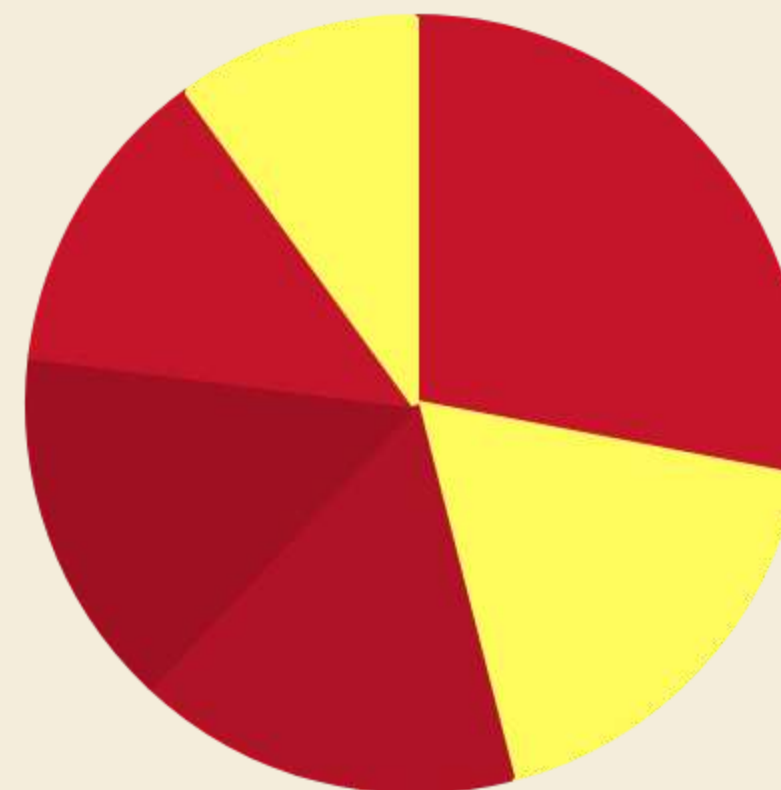
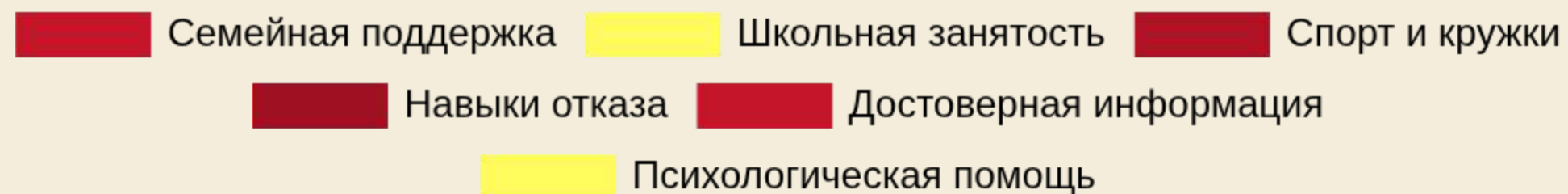


Профилактика: что реально снижает риск

Эффективная профилактика строится на нескольких опорах сразу: среде, навыках и доступе к помощи. Один запрет не заменяет устойчивых привычек и поддержки взрослых.

Чем шире сочетание защитных факторов, тем ниже вероятность вовлечения в употребление и тем раньше можно предотвратить развитие проблемы.

Обобщение материалов по профилактике наркотизма и охране здоровья подростков.



Семья как фактор защиты

Ежедневный контакт

Короткие разговоры, внимание к самочувствию и интерес к делам подростка помогают заметить изменения поведения без давления и подозрений.

Совместные правила

Понятные договорённости о режиме, ответственности и границах делают поведение предсказуемым и снижают риск скрытности и конфликтов.

Поддержка в трудный момент

Спокойное обсуждение стресса, конфликтов и тревог помогает вовремя обратиться за помощью и не искать опасные способы снятия напряжения.

Мифы и факты о наркотиках

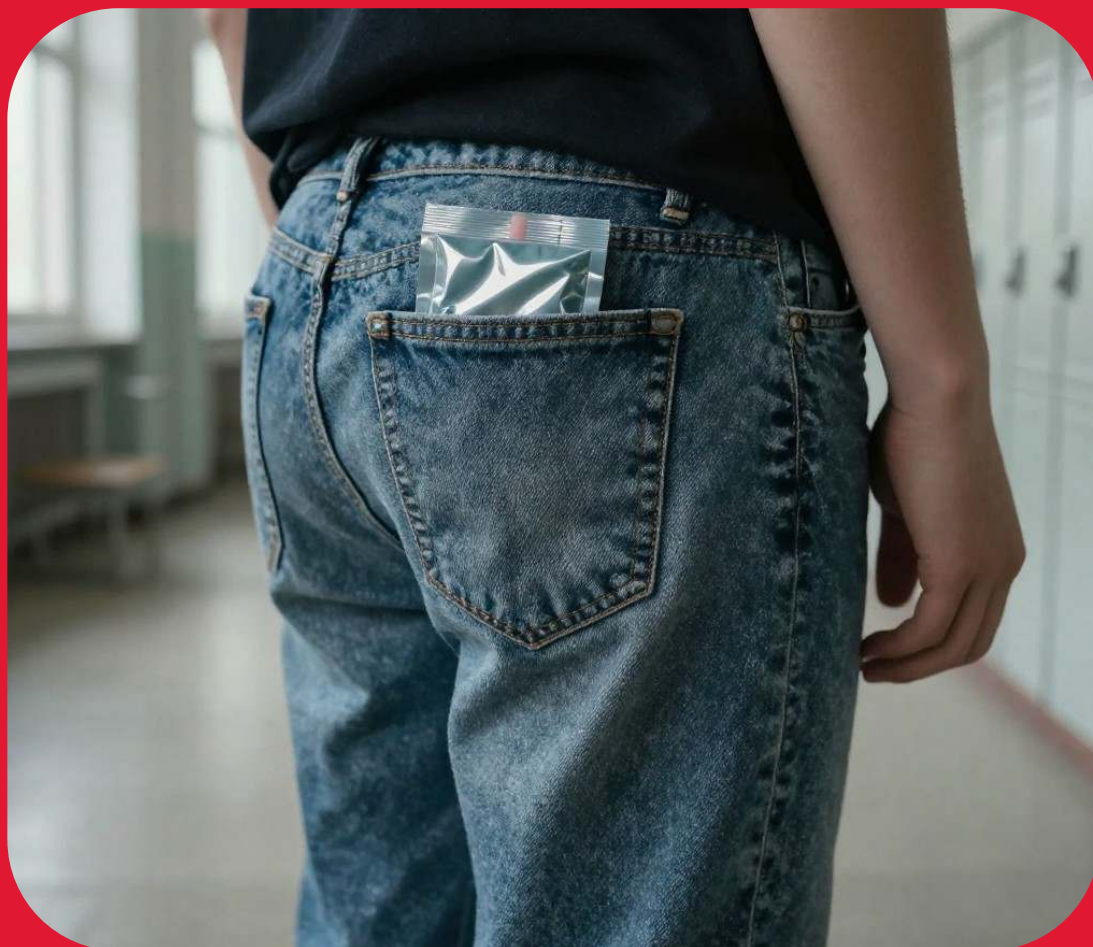
Сопоставление распространённых заблуждений и реальных последствий помогает подросткам критически оценивать риск.

Ложные представления снижают настороженность, поэтому критическое мышление и проверка информации — важная часть личной безопасности.

Обобщение учебных материалов по профилактике наркотизма.

Миф	Факт
«Один раз не страшно»	Первый опыт опасен
«Натуральное безопасно»	Токсичность сохраняется
«Лёгкие не вызывают зависимости»	Зависимость возможна
«Скрывать — значит решить»	Без помощи риск растёт

Правовые последствия и ответственность несовершеннолетних



Один пакетик в кармане

Подросток считает находку случайной мелочью, но для закона важны хранение и приобретение. Впереди могут быть проверка, разбирательство и последствия для будущего обучения и репутации.



Просьба «передать другу»

Когда человеку предлагают перевезти или передать запрещённое вещество, он становится участником правонарушения. Ошибка быстро превращается в серьёзную правовую проблему для него и его семьи.



Вовлечение других

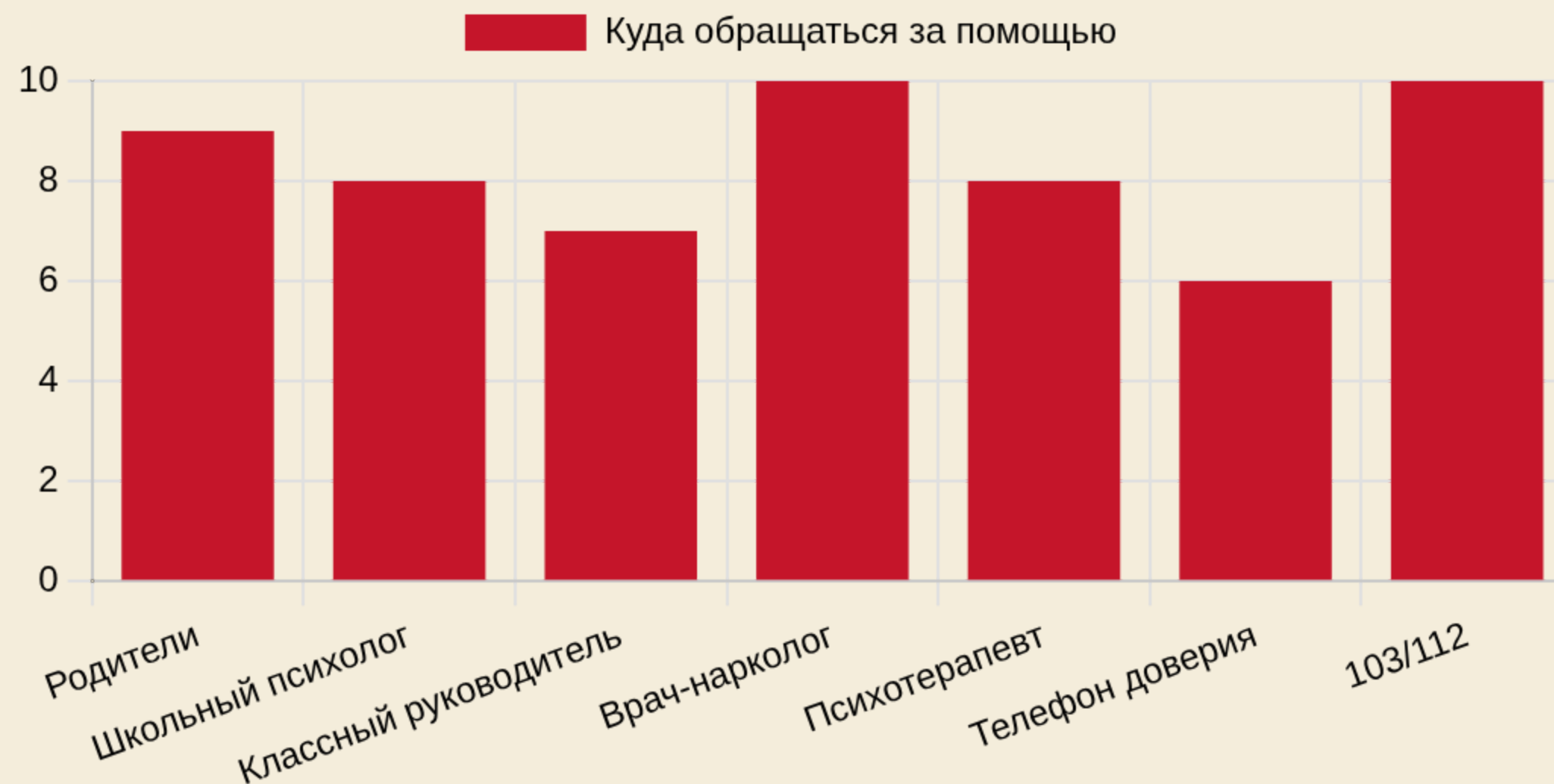
Особо опасно склонение несовершеннолетних к употреблению или сбыту. Такой поступок разрушает не только здоровье, но и образовательную траекторию, ограничивая дальнейшие возможности.

Куда обращаться за помощью

Обращение можно начать с того взрослого, которому подросток доверяет больше всего, а затем подключить специалистов без промедления.

Наиболее надёжный путь — не откладывать разговор: ранний контакт с близкими и специалистами повышает шанс остановить проблему вовремя.

Телефон доверия 8-800-2000-122; экстренные службы 103 и 112; школьные и медицинские службы помощи подросткам.



Личная стратегия безопасности подростка

01

Отказывайтесь от сомнительных предложений сразу и без оправданий, выбирайте круг общения, где уважают границы и не требуют опасных поступков ради признания.

02

Поддерживайте режим сна, физическую активность и полезную занятость: они помогают снижать стресс, укрепляют самоконтроль и уменьшают зависимость от случайных импульсов.

03

Проверяйте информацию, замечайте тревожные признаки у себя и друзей и не откладывайте обращение к взрослым, если ситуация вызывает сомнение или страх.

Итог: безопасность начинается с информированности и ответственности

Наркотизм подрывает здоровье, учёбу, отношения и правовую защиту, но раннее распознавание риска, поддержка семьи и своевременная помощь позволяют предотвратить тяжёлые последствия.