

# Наркотическая зависимость: что это и как её избежать

Наркозависимость — это непреодолимое влечение к психоактивному веществу. Первые письменные упоминания о зависимости, вызванной опиумом, встречаются в шумерских таблицах, датированных IV тысячелетием до нашей эры. Хорошо известны наркотические вещества были и другим древним цивилизациям: индейцы испокон веков жевали листья коки, в Китае гашиш применялся как лекарство от кашля, рассеянности и поноса, древние скифы активно употребляли конопляное семя.

К сожалению, и сегодня очень многие подростки, не осознавая опасности, вступают на скользкий путь. А вот избавиться от зависимости при жизни удается не многим. Поэтому очень важно в воспитании ребёнка неоднократно поднимать этот вопрос.

## Наркомания — это болезнь?

Начинается зависимость с неправильного выбора. Но воспринимать тягу к наркотикам, как дурную привычку нельзя категорически. Это тяжёлое заболевание, справиться с которым усилием воли невозможно!

Поэтому самый действенный метод борьбы с наркотиками — своевременная профилактика: информирование подростков о последствиях наркозависимости, формирование доверительных отношений в семье и коллективе, насыщение досуга полезными мероприятиями.

Здоровые, со стабильной психикой люди, хорошо понимающие себя и окружающих, не склонны к зависимостям в той степени, в какой подвержены им люди, имеющие проблемы психического и психологического характера.

Влияние наркотиков на организм невероятно разрушительно. Сильней всего достаётся сердечно-сосудистой системе. Снижается артериальное давление, возникает кислородная недостаточность, нарушается обмен веществ и кислородное голодание внутренних органов. Работа сердца ухудшается. Часто возникает пневмония.

Под гнётом наркотиков страдает система пищеварения. Аппетит у наркозависимого снижается, питание становится нерегулярным и неполноценным. Нарушается способность кишечника к сокращению, питательные вещества перестают усваиваться организмом. Не в лучшем положении оказывается и печень, на которой лежит функция вывода токсических веществ из организма. Повышается риск цирроза.

Длительное злоупотребление наркотиков мужчинами приводит к импотенции и прочим дисфункциям мочеполовой системы.

Если наркотик курить, сильно страдают легкие. Даже курильщики «безобидной» марихуаны страдают хроническим бронхитом, у них повышена вероятность развития рака лёгких.

## Как предотвратить зависимость

Статистические данные показывают, что употребление наркотиков преобладает среди людей в возрасте от 15 до 30 лет. А чаще всего с наркозависимостью сталкиваются подростки, которые в силу возраста ещё не могут осознать последствий ошибочного решения.

Более того, в молодёжном обществе активно пропагандируется идея нормальности потребления психотропных веществ иногда, под настроение. Это явление получило название «наркотизм».

*Наркотизм* — это сложный социально-экономический феномен, который носит латентный характер и не всегда приводит к зависимости. Наркотизм включает в себя наркоманию, токсикоманию, алкоголизм.

*Наркомания* — психическое заболевание, которое выражается в зависимости от наркотических веществ, в перечень которых не входит табак и алкоголь.

Подобные взгляды общества очень опасны. Поэтому родителям стоит внимательно относиться к своим детям, чтобы вовремя распознать беду.

### Насторожить вас должны такие признаки:

1. Ребёнок стал нервным или, наоборот, скрытным и тихим.
2. Резко забросил свои увлечения и стал чаще уходить из дома без веских на то причин.
3. Изменился режим и качество сна.
4. Подросток потерял интерес к обучению, стал часто прогуливать школу, что сказалось на успеваемости.
5. Ребёнок приходит домой в изменённом состоянии сознания, схожим с алкогольным опьянением, но запаха спиртного при этом нет.
6. Возрастает потребность в деньгах. Купюры исчезают из родительских кошельков, необъяснимо пропадают из дома дорогостоящие вещи.
7. Появляются новые друзья, среди которых присутствуют подозрительные личности с видимыми проблемами.
8. Учащаются резкие перемены настроения.
9. На руках появляются следы от инъекций.

Начинающего наркомана распознать очень тяжело. Первые признаки наркозависимости слишком размыты, и могут сигнализировать о совершенно других вещах: конфликтах в школьном коллективе, гормональных перестройках организма, внутренних проблемах психологического характера. Поэтому, если вы заметили малейшие изменения в поведении, для начала постарайтесь больше времени проводить с близким человеком.

## **Стадии наркотической зависимости и методы борьбы с ней**

Влияние наркотиков на организм затрагивает не только физическое тело, но и психику. Поэтому наркологи выделяют два отдельных явления:

Физическая зависимость от наркотиков — состояние, при котором прекращение приёма вещества, вызвавшего привыкание, влечёт за собой абстинентный синдром или наркотическую ломку.

Психологическая зависимость — это сознательная или подсознательная потребность в употреблении наркотиков для снятия напряжения или достижения психологически комфортного состояния.

### **Стадии наркозависимости:**

1. Пробы и эксперименты.
2. Регулярное употребление.
3. Злоупотребление.
4. Зависимость.

Что такое наркотическая зависимость мы разобрали. Но можно ли её вылечить? Сразу отметим: об избавлении от зависимости собственными силами не может идти речи, слишком коварен враг. Борьба с наркозависимостью требует планомерного комплексного подхода в условиях стационара спецучреждения.

Сам больной до последнего будет отрицать и сам факт приёма наркотиков, и свою зависимость. А потому убедить близкого человека в необходимости лечения очень сложно. Специалисты нашего центра разработали пошаговый план убеждения наркомана принять помощь врачей.

### **Действуйте по плану:**

1. Заранее договоритесь о готовности принять больного в реабилитационном центре.

2. Обдумайте и озвучьте зависимому единую позицию семьи по поводу начала лечения. Говорить должен тот, чьи слова для больного имеют наибольший вес.
3. Упомяните о возможности анонимного размещения в стационаре.
4. Попросите помощи у психолога-мотиватора — профессионала, который может выехать на дом.

Маленький секрет: добиться согласия наркомана на лечение проще, когда ему физически плохо — во время наркотической ломки. И никогда не опускайте руки! Обращайтесь к специалистам, чтобы спасти жизнь близкому человеку.