

# 10

~~Употреблять или не употреблять наркотики – личное дело, и нечего в него соваться~~

Как бы не так! Если бы мы жили бы в полном одиночестве, то это могло бы быть личным делом. А так за удовольствие рассчитываются другие: лечат; оплачивают больничные листы; работают; страдают от выходок наркозависимого и вытаскивают их из милиции. Наркотики — слишком опасная игра. Потребление наркотиков не является личным делом так же, как и является личным делом испытание ядерного оружия у себя дома, воровство и торговля детьми. Государство с помощью законов регулирует некоторые виды общественных отношений и деяний своих граждан именно потому, что они не являются «личным делом». К этой категории относится употребление наркотиков.

# 11

~~«Я могу расстаться со своей привычкой в любой момент»~~

Так тоже утверждают начинающие наркоманы. Однако они заблуждаются. Дело в том, что если в организм наркомана не поступает наркотик, то нарушается гомеостаз (необходимое для работы всех органов постоянство внутренней среды организма). Это сопровождается так называемой «ломкой». Выдержать ее очень сложно. Если она уже появилась, нужно обратиться к помощи специалистов. А вот «поймать» момент возникновения зависимости практически невозможно.

# 12

~~«Я самостоятельно буду снижать дозы или уже с завтрашнего дня сменю наркотик (чтобы не привыкнуть) на слабый»~~

Если уж зависимость есть, то шансов на то, что удастся ее преодолеть самостоятельно, очень мало. Тем более таким методом. Практика показывает, что намерение снизить дозы или перейти на более слабый наркотик остается только обещанием.

# 13

~~Это не болезнь, лечиться не от чего~~

Подобное утверждение зачастую можно слышать от начинающих наркоманов. На самом же деле современная медицина утверждает, что это именно болезнь, при которой возникает физическая и психологическая зависимость от наркотического вещества. Она возникает на биохимическом уровне, работа внутренних органов разлагается, наступает физическое и психическое истощение. Вопреки распространённому мнению, это может произойти и с человеком, обладающим сильной волей. Личные качества не спасают, если уже «сел на иглу».

# 14

~~Есть люди, которые принимают наркотики много лет и прекрасно живут~~

Довольно часто они рассказывают о себе, что «живут прекрасно», только чтобы не признавать свои проблемы. Чаще же от них можно услышать примерно следующее: «Дурак я, что связался с наркотиками, теперь никак не бросить...» И каждый из тех, кто употребляет наркотики много лет, хоть раз да пытался отказаться от них. Правда, среди потребителей наркотиков встречаются «гусары», которые бравируют своим пристрастием. Это связано с тем, что хвалиться-то больше нечем. Они ни к чему не стремятся и ничего не достигают, что само по себе свидетельствует о внутреннем неблагополучии... Если у тебя все в порядке, тогда зачем вообще наркотики?

## ПОКА НЕ ПОЗДНО... Более подробную информацию о наркологической помощи можете получить по телефонам:

- г. Екатеринбург, ОГУЗ «Свердловская областная клиническая психиатрическая больница». Телефон взрослого отделения: (343) 229-98-62. Телефон детского отделения: (343) 330-48-36.
- г. Екатеринбург, ГУЗ СО «Психиатрическая больница №3». Тел.: (343) 325-69-54.
- г. Екатеринбург, ГУЗ СО «Психиатрическая больница №6». Тел.: (343) 261-94-29.
- г. Екатеринбург, ГБУЗ СО «Областной наркологический диспансер». Тел.: (343) 245-76-35.
- г. Нижний Тагил, ГУЗ СО «Психиатрическая больница №7». Тел.: (3435) 41-17-64.
- г. Первоуральск, ГУЗ СО «Психиатрическая больница №8». Тел.: (34396) 6-79-55.
- г. Каменск-Уральский, ГУЗ СО «Психиатрическая больница №9». Тел.: (3439) 35-31-24.
- г. Краснотурьинск, ГУЗ СО «Психиатрическая больница №10». Тел.: (34384) 6-64-43.
- г. Ирбит, «Ирбитская ЦГБ им. Л.Г. Шестовских». Тел.: (34355) 6-30-06.



# Мифы о наркотиках

- порождаются самими наркоманами,
- чтобы не видеть глубины собственного падения,
- или торговцами наркотиков,
- чтобы снизить бдительность человека и расширить число потребителей.

## ~~1~~ «От одного раза никакого вреда не будет»

«Ведь я всего разочек попробую, и все». Но у каждого наркомана был этот «первый и единственный» раз.

Здесь есть **доля** правды, но только половина: действительно не все люди, однажды попробовав наркотик, становятся наркоманами, но по статистике из 100 человек попробовавшими наркотики 95% впоследствии становятся наркоманами.

## ~~2~~ «От легких наркотиков зависимости не бывает»

Действительно, есть группа наркотиков (например галлюциногены), которые не вызывают привыкания на физическом уровне, т.е. от них нет ломки, но это не значит, что нет «привыкания».

Привыкание делится на физическое (заканчивающееся ломкой) и психологическое (когда человек привыкает получать удовольствие от таблетки), и если первое не возникает от некоторых наркотиков, то второе наступает ВСЕГДА и от любых. Врачи, которые лечат наркоманов, говорят, что «Для того, чтобы вылечить наркомана, ему нужно сделать пересадку головного мозга».

## ~~3~~ Наркотики делают людей свободными

Это действительно так! Наркотики делают людей свободными от всего: от любви, от счастья, от уважения, от здоровья, от друзей, от всего, кроме самого наркотика, иначе их не называли бы «зависимыми»? Многие, что для вас на самом деле интересно сейчас, после начала употребления наркотиков окажется недоступным. Кажется, что наркотики – это одна из дверей, которую интересно открыть. На самом деле, это дверь сама захлопывается за вами, и вы оказываетесь запертыми в маленькой камере. И о свободе можно забыть.

## ~~4~~ «Легкие наркотики принимать можно, это безопасно...»

Наркотики, которые называют «легкими», не менее опасны, чем «тяжелые». К примеру, от экстази (об этом наркотике ниже чуть подробнее) умирают, а от «грибов» сходят с ума. Есть свои осложнения и от «травки».

## ~~5~~ Наркотики помогают решать жизненные проблемы...

Некоторые проблемы наркотики действительно решают: например, они на какое-то (очень небольшое) время ликвидировать чувство тревоги и неуверенности в своих силах, вытесняя из сознания мысли о трудных, но необходимых поступках или вопросы, ответы на которые не являются простыми. Такой способ «решения» проблем помогает создать видимость благополучия, но проблемы остаются, это все равно, что лечить перелом позвоночника обезболивающими. Отложенные дела имеют свойство накапливаться и вынуждают так или иначе действовать, причем часто — не оптимальным образом. Если у тебя проблемы, наркотики только усугубят их.

## ~~6~~ Наркотики придают жизни разнообразие и скрашивают ее

Сначала вроде скрашивают. Но те, кто уже попробовал наркотики, говорят: «Одного раза всегда много, а тысячи — всегда недостаточно».

Это потому, что когда первый раз принял наркотик, наутро себя ругаешь: надо же, зачем только связался с «кайфом» — повеселился вроде так себе, и сейчас самочувствие не очень, еще и бабки проторчал. А еще раз хочется принять — ну, чтобы улучшить самочувствие и совесть приглушить. И начинается: «Все, сегодня последний раз». Все разнообразие заключается в следующем: утром встал — надо денег намотить, намотил — надо купить, купил — надо принять, принял — надо спать. Вряд ли такую жизнь можно назвать счастливой и насыщенной.

## ~~7~~ Наркотики бывают «всерьез» и «не всерьез». Можно принимать наркотики и не быть зависимым от них...

В первый раз все так думают, даже и те, кто позднее плотно «присядет» на наркотики. Никто не собирается быть наркоманом, решая попробовать наркотик в первый раз. Штука в том, что невозможно наверняка просчитать, кто заболит наркоманией, а кто сможет «спрыгнуть» до этого.

## ~~8~~ «Живем один раз – в жизни надо все попробовать»

Сегодня это – жизненное кредо многих молодых людей. Они рассуждают так: «Мы пришли в этот мир, чтобы попробовать все». Но надо ли прыгать с небоскреба, надеясь, что не разобьешься? Надо ли ложиться на трамвайные рельсы с мыслью «а вдруг объедет»? Наркоманию можно сравнить с игрой в «русскую рулетку», где в револьвере заряжен полный барабан, и лишь один патрон пустой.

## ~~9~~ Наркотики часто принимают сильные и талантливые, которые не боятся нарушить общественный запрет

Сильным и смелым не нужны наркотики, чтобы решать свои проблемы. Когда наркотики принимают (даже «для развлечения»), то пытаются отвлечься от каких-то проблем, чтобы не давило. Для сильных людей это несвойственно. А если человек принимает наркотики раз за разом «из интереса», то значит, он не сильный, а слабак, который уже плотно «присел», и из-за слабости не в силах признать правду. Поэтому настоящему сильному человеку не только не нужны наркотики, но помогают другим отказаться от них.