Злоупотребление наркотиками и алкоголем, известное с древнейших времён, сейчас распространилось в размерах, тревожащих всю мировую общественность. Наркомания превратилась в социальное бедствие. Особенно трагично и гибельно злоупотребление наркотическими веществами в молодёжной среде, ведь поражается и настоящее, и будущее общества. Причём наркомафия изобретает все новые и новые вещества и препараты, не включённые в список наркотиков. Как правило, они ещё более злокачественны, приводят к ещё большему ущербу для здоровья, а затем и для общества в целом.

Среди потребителей наркотиков преобладает молодёжь в возрасте до 30 лет. И темпы роста наркомании в этой среде самые высокие. Средний возраст приобщения к наркотикам сегодня составляет 13 лет. Но уже выявлены случаи наркотической зависимости у 9-10-летних детей. Выборочные опросы подростков показывают, что 44% мальчиков и 25% девочек попробовали хотя бы раз в своей короткой жизни наркотики и другие психоактивные вещества. Число подростков-наркоманов, впервые обратившихся за медицинской помощью, только за последние годы возросло на четверть.

Для многих подростков и молодёжи наркотики, в том числе алкоголь не являются социальной или личностной проблемой, они скорее воспринимают их как часть своей повседневной жизни. Отсюда, тесная взаимосвязь наркотиков с различными сферами жизни подростков: «двором», компанией знакомых, клубом, дискотекой и т.п. Если сегодняшние десятиклассники первый раз услышали о наркотиках в 9-10 лет, то шестиклассники узнали о них уже в 6-7 лет. Сегодня мы видим, как наркотики включаются в детскую игру: «охота за наркоманами», «убегание от пьяных», игра с найденным шприцем и т.п. – это все не так уж редко встречающие детские игры.

Не менее гибельным является злоупотребление алкоголем, который также является наркотиком. От этого страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодёжь, а также здоровье будущих матерей. Ведь алкоголизм особенно активно влияет на не сформировавшийся организм, постепенно разрушая его. При систематическом употреблении алкоголя развиваются опасные болезни, а также сохраняется высокий уровень заболеваемости алкогольными психозами. Они не только опасны для здоровья человека, но и практически неизлечимы.

Как действует наркотик? Вызывает эйфорию, наркотическую зависимость и абстиненцию («ломку»). Эйфория – состояние, когда человек находится в болезненно повышенном, беспричинно радостном настроении. Преобладает чувство довольства и благополучия, несоответствующее реальному положению вещей. Именно ради эйфории, наслушавшись рассказов наркоманов о «неземном наслаждении», «абсолютном рае» и т.д., подростки решают попробовать наркотик «один только раз»… и попадают в «сети». А иногда эйфория может выражаться в замедленности психических процессов, вялости, пассивности, притупленности. В этом случае наркоман сам легко становится жертвой насилия, внушения и может оказаться соучастником преступлений, - хулиганства, разбоя, вплоть до насилия. После эйфории наступает «ломка» и поиск новой дозы наркотика. Наркоманы быстро дряхлеют внутренне и внешне, и редко кто из них доживает до 30 лет.

Каковы последствия наркомании для общества? Это возросшая в 7-11 раз смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, увеличение в десятки раз сопутствующих наркомании болезней: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов венерических болезней, туберкулёза и других заболеваний. По данным международной статистики весь круг заболеваний, связанных с наркоманиями, даёт около 10% всех смертей и 20% всех госпитализаций. Причём в настоящее время около 40% госпитализаций в психиатрические клиники составляют подростки с наркотизацией и токсикоманией.

Наркоторговцы широко применяют тактику «затягивания в сети»: в школах, в подъездах домов, в местах массовых сборов подростков они продают наркотики по сверхнизким, символическим ценам, чтобы приобщить к ним как можно больше детей. Потом цена, разумеется, повышается, а легковерный покупатель затянут «в сети». Наркотики стали неотъемлемым атрибутом молодёжных вечеринок, концертов популярных артистов и музыкальных групп, дискотек. Почему распространители наркотиков предлагают их так часто именно на дискотеках? Потому, что в царящей вокруг атмосфере веселья чувство опасности притупляется, не приходит в голову, что в такой прекрасной обстановке может случиться беда. Доверчивым подросткам предназначается наркотик задёшево. А завсегдатаи платят уже сполна, и не только деньгами, но и своим здоровьем и жизнью.

Жизнь устроена так, что в массе своей молодые люди часто не могут быть самостоятельными и ответственными за определённые реалии своего бытия – нет необходимого опыта. Им хочется быстрее найти своё место в жизни, но пока многое не выходит, все места вокруг заняты и не хватает эффективной поддержки родителей, родственников. В этом противостоянии первыми не выдерживают молодые. И уходят от нас, иногда в прямом смысле – уходят из дома. Куда? Очень часто это бывает уход в мир наркотиков. Многие интернетовские странички откровенно и цинично стремятся открыть дорогу в мир дурмана. Можно найти информацию о том, как и из чего, приготовить наркотик, получить урок распространения зелья, что нужно делать и как себя вести при задержании милиции и т.д. Перед обществом стоит огромная задача по борьбе с наркоманией, особенно в молодёжной сфере, которую под силу решить, взявшись за неё только всем миром.

**Профилактика** - лучшая методика борьбы с алкоголизмом и наркотической зависимостью. Как показывает мировая практика, излечить от наркомании удаётся не более 2-3 процентов заболевших. То есть предупредить наркоманию легче, чем вылечить. Сегодня для борьбы с наркоманией возникла острая необходимость пропаганды здорового образа жизни. Медикам самостоятельно с этим не справиться. В этом могут помочь все средства массовой информации, которые в значительной степени формируют общественное мнение. Несомненно, что та мощь и изобретательность, которые демонстрирует пресса в рекламе товаров крупных торговых компаний, может быть использована и в борьбе с наркоманией. Сотрудничество власти с общественными организациями и здравоохранением, благотворительные фонды больных наркоманией и их родственников, религиозные организации, объединения граждан, клубы, привлечение педагогов, психологов - все вместе способны внести решающий вклад в локализацию очагов наркотической эпидемии.

Чего не следует допускать, в антинаркотическом просвещении:

· Использования тактики запугивания: неэффективность такой тактики доказана.

· Искажения и преувеличения негативных последствий злоупотребления наркотиками при описании их воздействия.

· Разового характера действий, направленных на профилактику. Такой подход не даёт возможности подросткам развивать навыки противостояния наркотикам.

· Ложной информации. Даже после однократной её подачи вся дальнейшая информация будет отторгаться подростками, которые сегодня достаточно хорошо информированы.

Оправдания употребления наркотиков, какими бы то ни было причинами. Родители и другие взрослые, играющие важную роль в жизни ребёнка, должны вовлекаться в стратегию антинаркотического просвещения.

Внешние признаки наркозависимого человека

1 группа признаков - настораживающие признаки:

· Расширенные или суженные зрачки.

· Покрасневшие или помутневшие глаза.

· Замедленная речь.

· Плохая координация движений.

· Похудение или прибавка в весе.

· Блеск в глазах.

· Нарушение пищеварения.

2 группа – очевидные признаки наркозависимого человека:

· Следы от уколов, порезы, синяки.

· Свёрнутые в трубочку бумажки.

· Маленькие ложечки.

· Капсулы, бутылочки, пузырьки.

· Запахи табачного дыма с примесями запахов трав, синтетики.

3 группа – изменения в поведении наркомана:

· Нарастающее безразличие.

· Невозможность сосредоточиться.

· Частая и резкая смена настроения.

· Смена круга знакомых.

· Безобразное отношение к учёбе.

· Проявление грубости, лени.

· Нарушение сна.

Для профилактики употребления наркотиков, алкоголизма среди молодёжи, важно знать, почему одни легко становятся наркозависимыми, а другие не поддаются пагубным влияниям, иными словами, важно выявить причины и факторы молодёжного наркотизма. Исследования, проведённые в студенческой среде, показывают, что большая часть молодых людей - 31% считают, что «это помогает забыть о проблемах» и «приносит приятные ощущения». «Интерес к риску», в связи с потреблением наркотиков обнаружили 16% студентов. Начинают приём наркотических препаратов «от скуки» – 14 %, «считают наркотики необходимым элементом молодёжных вечеринок» 5,0%, Важным мотивом употребления наркотических веществ является поиск необычных ощущений и переживаний.

Результаты проведённого исследования показали, что стремление «уйти от реальности» возникает у тех студентов, которые безразличны к общественной жизни, поэтому одной из основных задач школ, ВУЗов по профилактике молодёжного наркотизма является организация досуга учащихся и активное вовлечение в различные культурные, социальные, спортивно- оздоровительные мероприятия. Профилактика наркомании в молодёжной среде должна быть направлена на предупреждение и сокращение потребления наркотиков среди тех, кто их не употребляет или ещё не пристрастился к ним, а, с другой стороны, своевременно помочь тем, кто пристрастился к наркотикам, но ещё не страдает необратимой зависимостью от них.

Необходимо ввести строгий контроль в СМИ, в частности, в интернете, в молодёжных журналах, и исключить любую возможность рекламирования наркотических веществ. Следует всячески предотвращать спровоцированное приобщение молодёжи к наркотикам, алкоголизму, курению путем оздоровления ситуации в общежитиях, в ночных клубах и на дискотеках, организации системы содержательного и развивающего досуга. Необходимо формирование установки на здоровый образ жизни и активную социальную позицию молодёжи. На базе наркологической службы созданы специализированные консультации, работа которых проводится бесплатно и конфиденциально, с предоставлением не только медицинских, но социально-правовых и психолого-педагогических услуг.

Нужна помощь семьи! Если Вы узнали, что ваш ребёнок принимал наркотики, срочно спешите на помощь, бейте во все колокола, обращайтесь к педагогам, психологам, врачам. Не следует использовать скандалы и шантаж, лишать сына или дочь привычных для них вещей, семейного уклада и обычаев. Недопустимо выгонять ребёнка из семьи, предоставляя его самому себе, лишать опоры. Вы не имеете права опускать руки, падать духом, терять терпение и веру в своего ребёнка. разрывать последние связывающие нити контакта. Помните, что вы – его самая последняя надежда, он должен чувствовать, что именно в семье найдёт понимание, прощение, помощь. Успех спасения подростков, употребляющих наркотики, зависит от того, какая морально – психологическая атмосфера окружает его в семье, школе и обществе. Необходим постоянный, ненавязчивый контроль над его времяпровождением.

Запомните! Чем богаче внутренний мир человека, тем выше уровень его самодостаточности и меньше риск того, что он сядет на «иглу». Неумение занять себя и получать удовлетворение от реальной жизни приводит к поиску заменителей в виде наркотиков. Если у ребёнка выработан внутренний моральный запрет, самостоятельность, если отсутствует стремление «быть как все», наркомания ему не грозит.

http://www.16gp.by/nasha-zhizn-v-nashikh-rukakh/490-profilaktika-narkomanii-i-alkogolizma