**Будущее в ваших руках. Берегите детей.**

**Актуальность.**

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от ребенка, подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Современные школы столкнулись с новыми проблемами, захлестнувшими общество: подростковая преступность, наркомания, токсикомания. Эти проблемы носят общественный характер.

По статистике, в России от 3 до 8 млн.человек потребляют наркотики, почти 2/3 из них в возрасте до 30 лет. Средний возраст потребления наркотиков снизился до 14 лет. За последние 10 лет число смертей от употребления наркотиков увеличилось в 12 раз, а среди детей - в 42 раза.

Потребление ПАВ имеет негативные социально-экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни как отдельного человека, так и общества в целом. Современная школа, осуществляя социальную защиту, должна дать учащимся знания об их правах, о социальных гарантиях и социальных нормах.

Отсюда и вытекает актуальность профилактики применения ПАВ на современном этапе образования и воспитания школы.

**Пихоактивные вещества (ПАВ)**

 

Психоактивное вещество—любое вещество, которое при введении в организм человека может изменять восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. В повседневной жизни психоактивные вещества обычно именуются «наркотиками». Однако к психоактивным веществам относятся не только наркотики, но и алкоголь, табак (никотин), кофеин и др.

**Основные типы психоактивных веществ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № **п/п**  | **Тип веществ**  | **Вещества**  |
| 1.  | Алкоголь  | Пиво, вино, крепкие спиртные напитки, некоторые медицинские средства и сиропы, некоторые парфюмерные изделия  |
| 2.  | Никотин  | Папиросы, сигареты, сигары, трубочный, жевательный, нюхательный табак, махорка  |
| 3.  | Конопля  | Марихуана, анаша, гашиш  |
| 4.  | Стимулянты  | Кофе, чай, амфетамины, продукты кокки, смешанные наркотики типа экстази  |
| 5.  | Опиоиды  | Кодеин, героин, опиум, морфин, метадон  |
| 6.  | Депрессанты  | Успокаивающие средства, снотворные, барбитураты, бензодиазепины  |
| 7.  | Галлюциногены  | ЛСД, мескалин  |
| 8.  | Нитриты  | Вдыхаемые стимулянты на основе амилнитрита  |
| 9.  | Летучие ингалянты  | Аэрозоли в баллонах, газ бутан, бензин, клей, растворители, разжижители красок  |
| 10.  | Другие вещества  | Кава, орех бетеля  |

  **Легальные и нелегальные психоактивные вещества.**

**Юридическая и личная ответственность.**

**Психоактивные вещества** делятся на «легальные» и «нелегальные». К легальным психоактивным веществам относятся вещества, не запрещённые законом к употреблению, хранению и распространению, однако это не зависит от степени их вредного влияния на психику и организм человека. Скорее, это связано с тем, что продажа этих веществ приносит доход, употребление их исторически обусловлено и объявление их «вне закона» сложно воспринимается обществом. При этом большинство легальных психоактивных веществ  оказывают чрезвычайно вредный эффект на организм человека и губит множество жизней.

**К легальным психоактивным веществам** относят никотин (табак, сигареты, папиросы, сигары), алкоголь (все напитки, содержащие этиловый спирт),  кофеин     ( крепкий кофе, чай).

**Кофеин** действует на центральную нервную систему возбуждающе, поэтому частое и обильное употребление крепкого чая и кофе, не очищенного от кофеина, вредно воздействует на организм.

**Никотин** очень вреден для человека и употребление его в любых дозах не безопасно. Тем ни менее в разных странах существует индустрия, направленная на изготовление изделий из табака и  торговлю ими, потому что у населения всё ещё существует спрос на них. Наиболее развитые страны резко ограничивают торговлю табачными изделиями и запрещают курение во всех общественных местах и на работе для того, чтобы курящий человек, если он того хочет, вредя себе, не вредил другим людям, распространяя табачный дым.

**Алкоголь** также вреден для организма человека и его психики, хотя у многих людей употребление его носит ритуальных характер. Однако зависимость от алкоголя развивается незаметно и достаточно быстро, поэтому наиболее развитые общества стремятся значительно ограничить потребление алкоголя, а наиболее грамотные люди – не употреблять его.

**Легальные наркотики** употребляются некоторыми людьми открыто, и люди за это не несут юридической (уголовной) ответственности. Легальные наркотики даже рекламируются с помощью средств массовой информации. Это делается в целях получения экономической выгоды, а здоровье людей при этом в расчёт не принимается. Поэтому каждый человек, употребляющий легальные психоактивные вещества несёт за это личную ответственность. Он сам отвечает за своё здоровье и последствия, которые возникают при употреблении легальных наркотиков.

Если бы употребляющие их люди во время узнали, каким образом психоактивные вещества действуют на организм человека, были предупреждены о последствиях и поняли это, они никогда бы не стали их употреблять.

**К нелегальным психоактивным веществам** относят производные каннабиса     (конопли) – марихуану, гашиш, анашу и т.д.; опиоиды (героин, опий, морфий и т.д.); стимуляторы (экстази, кокаин, эфедрин, эфедрон, винт, первитин и т.д.), галлюциногены (ЛСД и т.д.),  депрессанты (барбитураты и  ряд других препаратов), а также целый ряд других веществ. Существует целый список веществ, утверждённый правительством страны, употребление, распространения и хранение которых является противозаконным. Человек, занимающийся хранением, распространением таких веществ, склоняющий к употреблению других, а также злостно уклоняющийся от лечения по поводу зависимости от них, подлежит уголовной ответственности.

**Юридическая ответственность** за хранение и распространение нелегальных наркотиков – необходимая и важная мера во всех государствах мира.  Нелегальные наркотики практически парализуют психику человека таким образом, что он не в состоянии ни мыслить, ни контролировать своё поведение, ни принимать решения, ни работать, ни расти, ни общаться, ни иметь семью, ни жить, как все люди. Он  - в состоянии только совершать преступления, так как психика его полностью нарушена, и он нуждается только в наркотике. В связи с такой разрушительной силой эти вещества во всех странах мира признаны противозаконными.

Однако существует нелегальный, преступный бизнес наркотиками, так как наркотики очень дорого стоят, и продавать их очень выгодно. Наркодельцы заинтересованы в том, чтобы всё большее и большее число молодых людей, подростков и даже детей стали жертвами наркомании, так как, став зависимыми от наркотика, они начнут покупать его постоянно. В связи с этим надо твёрдо знать, что *ЧЕЛОВЕК, ПРЕДЛАГАЮЩИЙ ТЕБЕ НАРКОТИК - ЛИБО ЕГО РАСПРОСТРАНИТЕЛЬ И ДЕЛАЕТ ЭТО РАДИ СВОЕЙ ДЕНЕЖНОЙ ВЫГОДЫ, ЛИБО – ЕГО ЖЕРТВА И ДЕЛАЕТ ЭТО РАДИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ВЫГОДЫ (НЕ ПРОПАДАТЬ ОДНОМУ), ЛИБО ПРОСТО НЕ ПОНИМАЕТ ТОГО, ЧЕГО ТВОРИТ, ЧТО, В ОБЩЕМ, БЫВАЕТ НЕ ТАК ЧАСТО. В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ ОН СОВЕРШАЕТ ПРОТИВОЗАКОННОЕ ДЕЙСТВИЕ И ПОДЛЕЖИТ УГОЛОВНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ.*

**Характеристика ПАВ и последствия их употребления.**

**Алкоголь**

Воздействие алкоголя на различных людей является различным. Оно зависит от того, сколько принято и как быстро принимается алкоголь, от размеров тела человека, возраста, пола, общего состояния здоровья, веса и состояния питания, принимается ли алкоголь вместе с пищей, либо после тяжелой физической нагрузки. Дети, молодые люди и женщины обычно более подвержены влиянию алкоголя, чем взрослые мужчины.

**Немедленное воздействие**. Человек начинает делать то, что он обычно не делает. У него может происходить потеря физической координации, нечеткое видение, бессвязная речь, он принимает неправильные решения, у него происходит нарушение памяти. Чрезмерное употребление в течение короткого периода времени может вызывать головную боль, тошноту, рвоту, потерю сознания и смерть.

**Долгосрочное воздействие**. Регулярное употребление алкоголя в больших количествах в течение продолжительного периода времени может вызвать потерю аппетита, недостаточность витаминов, проблемы с кожей, потерю сексуального влечения, нарушение печени, нарушения мозга и потерю памяти. У человека повышается толерантность и быстро формируется зависимость от алкоголя.

**Опасные последствия**. Принятие алкоголя  может привести к потере физической координации и даже вызвать остановку дыхания.

  **Никотин.**

**Никотин** - активное вещество, содержащееся в табаке - вызывает зависимость от его употребления. После того, как человек начал употреблять табак, он, скорее всего, будет продолжать его употреблять в течение длительного времени. Принятие обществом веществ, которые содержат никотин, создает условия к тому, чтобы большинство людей рано начинали и продолжали его употреблять.

**Немедленное воздействие**. Человек испытывает чувство тревоги сразу же после употребления табака, а затем наступает релаксация. Происходит увеличение частоты сердечных сокращений и временное повышение кровяного давления. Возникает также головокружение, тошнота и уменьшение аппетита.

**Долгосрочное воздействие**. Долгосрочное воздействие включает заболевания сердца и легких, закупорку артерий (заболевание периферических сосудов), гипертензию, бронхит, рак легких, раковые заболевания полости рта (при курении трубки и жевании табака). У человека повышается толерантность и быстро формируется зависимость от никотина.

 **Каннабис.**

**Каннабис** произрастает во многих частях мира. Каннабис действует главным образом как депрессант. Он может ввести пользователя в эйфорическое состояние, а затем в состояние релаксации и покоя. Крупные дозы могут изменить физическое восприятие, подобно галлюциногенам.

**Немедленное воздействие**. Ощущение благополучия, релаксации, отсутствие запретов, потеря мышечной координации и концентрации. Могут произойти учащение сердцебиения, покраснение глаз и повышение аппетита. Большие количества могут вызвать панику, галлюцинации, беспокойство и дезориентацию.

**Долгосрочное воздействие**. Регулярное употребление в течение длительного времени повышает вероятность зависимости, вызывает нарушение когнитивной функции и может ухудшить существующие психические проблемы.

  **Стимулирующие средства.**

Они усиливают или повышают активность центральной нервной системы. К стимуляторам относится широкий диапазон средств от кофеина, который содержится в чае или кофе до более сильных средств, таких как кокаин и амфетамины.

**Немедленное воздействие**. Человек обычно испытывает краткое интенсивное чувство интоксикации и преувеличенное чувство уверенности в себе. Затем настроение быстро изменяется к худшему и может стимулировать человека к повторению дозы. Кофеин в кофе и чае быстро распространяется по организму и оказывает на человека возбуждающее воздействие. Слишком большое количество может вызвать усиление сердцебиения, чувство беспокойства и расстройство желудка.

**Долгосрочное воздействие**. Стимуляторы могут вызвать нарушение сна, раздражительность, проблемы психического здоровья, чувство подозрительности и недоверия к другим, а также галлюцинации. Употребление кофе и чая в течение длительного периода времени может вызвать у пользователя нарушение сна усиление чувства беспокойства, депрессию и расстройство желудка. У человека повышается толерантность и быстро формируется зависимость от этих веществ.

  **Опиоиды.**

**Опиоиды** обладают способностью облегчать физическую боль и/или действовать в качестве депрессантов. Некоторые из них используются в качестве медицинских препаратов, тогда как другие используются как незаконные вещества. Они могут синтезироваться искусственно или производиться из опийного мака (опиаты).

**Немедленное воздействие**. Эти психоактивные вещества вызывают ощущение благополучия и эйфории, сонливость, сокращение зрачков, тошноту, рвоту и запор. Чрезмерная доза приводит к бессознательному состоянию, угнетению дыхания и смерти.

**Долгосрочное воздействие**. Психоактивные вещества в этой группе быстро приводят зависимости.

**Опасные последствия**. Высокая вероятность чрезмерной дозы, которая может вызвать смерть. Опиоды обычно инъецируются в вену. Инъекции веществ с помощью нестерильных или общих игл могут передавать ВИЧ, гепатиты В и С. Эти состояния и болезни легко распространяются от одного человека к другому через кровь, остающуюся на игле, или в смеси с препаратом, если этой иглой пользовался инфицированный человек.

  **Депрессанты.**

Вещества этой группы производятся синтетически и не существуют в природе. Они понижают активность нервной системы организма. Медицинские работники часто предписывают их для лечения бессонницы и беспокойства.

**Немедленное воздействие**. Все вещества этой группы оказывают воздействие, сходное с воздействием алкоголя. Они замедляют мыслительные и двигательные процессы человека и понижают способность к концентрации. Они вызывают состояние «похмелья», сонливость и проблемы координации после прекращения воздействия интоксикации. Небольшие дозы уменьшают чувство беспокойства, тогда как более сильные дозы вызывают сонливость. Алкоголь повышает их воздействие, а повторные дозы вызывают отравление из-за того, что вещество быстро не преобразовалось в результате обмена веществ. Распространены несчастные случаи и самоубийства.

**Долгосрочное воздействие**. Психоактивные вещества в этой группе могут привести к зависимости. Продолжительное и значительное употребление может вызвать проблемы с памятью, неспособность к обучению, проблемы с координацией и после вывода вещества могут вызвать конвульсии. В отличие от алкоголя эти вещества, как представляется, не наносят ущерба мозгу, печени и желудку.

  **Галлюциногены.**

**Галлюциногены** могут изменять настроение человека, влиять на восприятие им окружающей среды, изменять ощущения своего тела. При этом изменяется восприятие внешнего вида, запаха, звука, вкуса или других ощущений. Человек может видеть, чувствовать запах, вкус, или слышать предметы и звуки, которые не существуют. Галлюциногены существуют в природе или производятся химическим путем.

**Немедленное воздействие**. Немедленным воздействием является изменение восприятия, человек видит различные цвета, свет, картинки и ощущает явления, происходящие внутри и вне его тела. Может возникнуть также ощущение паники, страха или беспокойства. Понятие «дурное путешествие» обычно относится к неприятному или раздражающему ощущению. Среди пользователей распространены несчастные случаи и самоубийства.

**Долгосрочное воздействие**. Многие пользователи сообщают о воздействии вещества спустя несколько дней или даже месяцев после его принятия. Это явление часто называется «флешбэк». Регулярное употребление галлюциногенов может ухудшить память, способность к концентрации внимания и создать проблемы психического здоровья.

  **Летучие ингалянты.**

**Ингалянты** включают широкий диапазон распространенных препаратов, таких как аэрозоли, летучие растворители и газы. Подобно алкоголю, они сначала вызывают у человека чувство отсутствия всех запретов, а затем сонливость. Если человек продолжает вдыхание ингалянта, он, в конечном счете, начинает испытывать галлюцинации.

**Немедленное воздействие**. Ощущение эйфории, релаксации, сонливости, плохой мускульной координации, невнятная речь, раздражительность и беспокойство. Наиболее непосредственной опасностью для пользователя является «внезапная смерть при вдохе».

**Долгосрочное воздействие**. Регулярное долгосрочное употребление может привести к носовым кровотечениям, высыпаниям на коже и вокруг рта и носа, потере аппетита и отсутствии мотивации. Некоторые растворители токсичны для печени, почек или сердца, а другие могут вызвать нарушения мозга.

  **Другие психоактивные вещества.**

**Кава**: напиток, приготавливаемый из корней кустарника и используемый в южной части Тихого океана для социальных и церемониальных целей. Орех бетеля: это плод азиатской бетелевой пальмы. Часто его жуют в отдельных частях Азии и Тихого океана.

**Немедленное воздействие**. Вызывает мягкое успокаивающее действие и ощущение благополучия.

**Долгосрочное воздействие**. Значительное употребление может вызвать зависимость и медицинские проблемы (Кава).

Жевание ореха бетеля может вызвать зависимость, а регулярное употребление может привести к заболеваниям полости рта, включая рак.