**Наркомания и токсикомания**

**Наркомания —** одно из проявлений наркотической зависимости, когда с целью достижения наркотического, т. е. одуряющего, эффекта (недаром слово «дурь» на жаргоне означает наркотик) используют наркотические средства.

Употребление наркотических средств можно рассматривать в трех аспектах:

* **медицинский —** эти средства воздействуют на центральную нервную систему как галлюциногены, седативные, стимулирующие вещества;
* **социальный —** использование этих средств имеет широкое социальное значение;
* **юридический —** средство признано наркотическим и внесено в список наркотиков соответствующим правовым актом (следует помнить, что к наркотикам относятся и некоторые лекарственные средства: морфин, промедол и т. д.).

С давних времен у разных народов существовав традиция употребления различных наркотических веществ во время проведения религиозных обрядов, ритуальных церемоний. Предрассудки, связанные с загадочными свойствами наркотических растений, оставили свой след в мифологии практически всех народов Древнего мира. Медицинское использование наркотических веществ в древности основывалось чаще всего на религиозных представлениях. Врачи древности широко использовали наркотические вещества в качестве снотворных и болеутоляющих средств при заболеваниях пищеварительного тракта, ЦНС и т. д. В настоящее время наркотические средства чаще всего используются в качестве обезболивающих при онкологических заболеваниях, заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Обращение наркотических и психотропных средств на территории РФ регламентируется Федеральным законом. Согласно данному Закону под наркотическими и психотропными веществами понимают вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в специальный перечень. Перечень утверждается Правительством РФ и включает четыре списка:

* наркотические средства и психотропные вещества, оборот которых в РФ запрещен (список 1);
* наркотические средства и психотропные вещества, оборот которых в РФ ограничен и контролируется (список 2);
* психотропные вещества, в отношении которых допускается исключение некоторых мер контроля (список 3);
* прекурсоры — вещества, из которых могут быть сделаны те вещества, которые входят в первые три списка (список 4).

**Особенности наркотического опьянения**

Наиболее распространенными наркотическими веществами являются героин (относится к опиатам, т. с. средствам, произведенным из мака), препараты из конопли, ЛСД (синтетический наркотик) и др. Из лекарственных средств к наркотикам относятся морфин, омнопон, промедол.

Особенности наркомании по сравнению с алкоголизмом и курением заключаются в следующем:

* поражаются чаще молодые люди, а следовательно, более выражены медицинские и социальные последствия, особенно снижена средняя продолжительность жизни;
* гораздо быстрее развивается наркотическая зависимость;
* резко возрастает риск таких заболеваний, как ВИЧ-инфекция, вирусный гепатит В и С;
* деградация личности развивается в более короткие сроки;
* последствия воздействия на здоровье носят более тяжелый и необратимый характер;
* более тяжело протекает абстинентный синдром («ломка»).

Употребление наркотических веществ привлекает тем, что возникает состояние, подобное опьянению: ощущение радости бытия, прилив сил, смешливость, двигательная расторможен- ность. К эйфории присоединяется ощущение физического благополучия и покоя. Наряду с эйфорией могут наблюдаться неустойчивая походка, нарушенная речь, бледность кожи, блеск глаз, сужение или расширение зрачков. Наркотическое опьянение обычно продолжается от 1 до 6 ч. Как правило, наркоманы благодушны и доброжелательны друг к другу. Но могут быть и злыми, агрессивными, раздражительными, а иногда сонливыми, вялыми, малоподвижными. Постепенно вне наркотического опьянения состояние наркоманов становится подавленным, их мучают головные боли, тошнота, рвота, озноб, т. е. развивается синдром абстиненции. В 80 % случаев причиной смерти больных наркоманией является передозировка наркотических препаратов, которая вызывает острую сердечно-сосудистую недостаточность.

Не менее опасна, чем наркомания,**токсикомания —** употребление с целью наркотического эффекта или лекарственных средств, не относящихся к наркотикам, или средств бытовой химии. Главная опасность токсикомании состоит в том, что ей более подвержены дети и подростки, так как средства, используемые токсикоманами, более доступны. Любое токсикоманическое вещество может быть признано наркотическим после соответствующего юридического акта, и тогда больной из группы токсикоманов автоматически причисляется к группе наркоманов.

**Причины наркомании и токсикомании**

Причин несколько: психологические, социальные, экономические (разграничить их очень трудно).

К психологическим относятся снижение напряжения и чувства тревоги, бегство от проблем, связанных с действительностью, любопытство. Из социальных причин следует отметить неблагополучие семьи, воздействие социальной среды, безнадзорность. Экономические причины — безработица, невозможность получить образование, активная деятельность криминальных структур по распространению наркотиков. Распространению наркомании способствует также миф о том, что наркомания легко излечима.

**Последствия наркомании:** снижение средней продолжительности предстоящей жизни на 20-25 лет; заболевания печени, ЦНС, ранняя деградация личности; у родителей-наркоманов часто рождаются дети с врожденной патологией, нежизнеспособные и т. д.; наркоманы являются группой риска ВИЧ-инфекции (инфекция передастся через неоднократно используемые шприцы); рост преступности (асоциальные поступки в состоянии наркотического опьянения или с целью получения наркотика); из жизни выключена наиболее трудоспособная и деятельная часть населения — молодые люди.

**Меры борьбы с наркоманией и токсикоманией.** Борьба с наркоманией и токсикоманией очень затруднена из-за широкого распространения наркотиков, приносящего огромные прибыли криминальным структурам. Меры, принимаемые против наркомании и токсикомании, не обеспечивают успеха. Чаще всего усилия, направленные на помощь наркоманам, безрезультатны. Легче никогда не пробовать наркотик, чем избавиться от пристрастия к нему. Особая опасность в этом отношении грозит молодежи, подрастающему поколению, так как одним из условий развития наркомании является отсутствие знаний и непонимание огромной опасности, которую несет в себе употребление наркотиков. Поэтому одной из самых действенных мер борьбы с наркоманией и ее профилактики является санитарное просвещение.

Другим важным направлением борьбы с наркоманией и ее профилактики является улучшение социально-экономических условий, повышение уровня жизни.

Следует обратить особое внимание на меры, способствующие ликвидации мифа о возможности быстрого излечения наркомании. Большое значение в борьбе с наркоманией имеет работа в семье подросткового нарколога, специалиста по социальной работе, педагогов.

**Молодежь и наркотики**

Распространение наркомании среди молодежи — вопрос особой важности по многим причинам:

* даже однократная проба наркотика подростком до 15 лет сильно увеличивает риск злоупотребления наркотиками в дальнейшем;
* злоупотребление наркотиками в подростково-юношеском возрасте часто становится причиной химической зависимости и соответственно началом пожизненной борьбы с ней;
* злоупотребление наркотиками мешает становлению личности молодого человека, его эмоциональному и социальному развитию, учебе и карьере;
* злоупотребление наркотиками отчуждает молодого человека от остальных членов общества;
* наркомания может привести молодых людей к воровству, проституции и другим видам противозаконной и правопреступной деятельности;
* наркотики в организме, не достигшем зрелости, метаболизируются не совсем так, как у взрослых, и причиняют значительно больший вред.

Довольно часто первая проба наркотика происходит в юном возрасте. Подростки хотят ощущать себя взрослыми и хотят, чтобы именно так их воспринимали окружающие. Сейчас наркотики «просочились» в младшие классы; более того, отмечены случаи наркомании среди школьников 8-9 лет. Дети этого возраста очень плохо представляют опасность, которую таят в себе психоактивные препараты, и мало знают о том, насколько уязвим их организм. Многие на всю жизнь остаются инвалидами из-за приема наркотиков. Среди факторов, увеличивающих вероятность злоупотребления наркотиками, отметим следующие: разлад в семье; наличие в семье алкоголиков или наркоманов; равнодушное или даже благосклонное отношение родителей и родственников к приему наркотических средств; пережитое физическое, эмоциональное или сексуальное насилие; наличие наркоманов в компании, в которую входит подросток, молодой человек; доступность наркотиков; чувство страха, разочарования, одиночества; рано проявившееся антиобщественное поведение в школе, в училище, особенно агрессивность.

**Признаки наркомании у школьников и студентов.** Существует множество признаков, по которым внимательные родители могут догадаться отом, что ихдети начали принимать наркотики. К сожалению, взрослые либо вовсе не замечают их, либо, замечая негативные изменения в поведении сына или дочери, не допускают мысли о наркотиках. Но один, а тем более несколько из следующих симптомов должны насторожить родителей: снижение успеваемости; частые прогулы школьных занятий; конфликты в учебном заведении; нежелание придерживаться общепринятых правил поведения в учебном заведении и дома; отчуждение; появление новой компании; сужение круга интересов; постоянная нужда в деньгах; скрытность; частое отсутствие дома.

**Что грозит организму наркомана?** В первую очередь надо отметить, что в последние годы изменилась симптоматика клинических проявлений наркомании и токсикомании. Это связано прежде всего с расширением арсенала токсикоманиче- ских одурманивающих средств. Наркомания — это бизнес для дельцов, которым нет дела до здоровья их клиентов. Сотни подпольных лабораторий, где трудятся ученые, устремленные к легкому, но криминальному обогащению, открывают и внедряют новые сильнодействующие препараты, не «отпускающие» любопытных уже после двух-, трехкратных приемов внутрь этих веществ. Поэтому первоочередное поражение мозга и осложнения трудно диагностировать и начать целенаправленное лечение. Бесспорно, что пристрастие к одурманивающим средствам развивается не вдруг и не на голом месте. Весьма длительное время у молодого человека формируются личностные сдвиги, проявляющиеся в поведенческих отклонениях и расстройствах.

Как отмечалось выше, наркомания имеет генетические причины, а также обусловлена дефектами воспитания, воздействием микросреды, протестом против навязываемых молодому человеку требований в семье и школе. Кроме того, следует назвать личностную ущербность, желание быть «причастным к своим», избравшим особые жаргон, стиль жизни и манеры поведения.

При первом приеме под влиянием «опытных лидеров» одурманивающие вещества, как правило, неприятны и болезненны для организма. Но в дальнейшем наступает синдром токсикомании — синдром патологического влечения (лекарственная зависимость). На этом этапе происходят изменения психики: молодой человек испытывает эйфорию или абстиненцию, вегетативные сдвиги, понижения настроения, раздражительность. Эти изменения родители должны заметить раньше, чем педагоги или милиция и врачи, и обратиться за помощью. Когда начинается органическое поражение мозга (слабоумие, эпилептиформные расстройства, изменения личности), наркоманы теряют контроль за дозировкой и в одурманенном состоянии могут довести себя до смертельного отравления.

Изменения нервной системы возникают рано — в первые месяцы приема наркотиков. На этом этапе наблюдаются головная боль, нарушение сна, лабильность пульса и артериального давления. При использовании самодельных или синтетических наркотических средств чаще встречается синдром паркинсонизма (дрожание, скованность мышц). В научных сообщениях, опубликованных в США и других странах, описаны случаи паркинсонизма у молодых наркоманов, употребляющих героин.

Тяжелый период, особенно при абстинентном синдроме, длится 8-10 дней и характеризуется разнообразной симптоматикой — рвота, понос, ноющие боли, «ломка» — боли выкручивающего характера суставов и мышц, чувство страха, тревога.

Соматическая патология при наркоманиях имеет также свои особенности. Для наркомана характерен весь «букет заболеваний» — поражение сердца, сосудов, легких, желудочно-ки- шечного тракта, систем крови, синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД). В 80% случаев причинами смерти больных наркоманией является передозировка препаратов. Коматозное состояние ослабленного организма ведет к шоку и мгновенной смерти наркомана.

Хорошо известно, что предотвратить болезнь легче, чем ее лечить. Поэтому программы, направленные на предотвращение наркомании среди молодежи, являются жизненной необходимостью.

Уберечь молодых людей от злоупотребления лекарственными и наркотическими средствами — нелегкая задача. Многие специально разработанные для этой цели программы оказались неэффективными, а некоторые из них даже приводили к противоположному результату. Чтобы противостоять давлению «друзей»-наркоманов, толкающих молодого человека к наркотикам, он должен быть внутренне убежден в неприемлемости употребления наркотика, даже «одного раза». Попытки просто дать молодому человеку информацию о психоактивных средствах и о риске, связанном с их приемом, не принесли существенного успеха в решении этой труднейшей задачи, в которой необходимо участие общества в целом.

**Наркотики и общество**

Наркомания — это проблема, касающаяся не только здоровья отдельных членов общества, страдающих этим недугом. Наркомания — это проблема общества в целом. Так или иначе она затрагивает все его элементы, прежде всего требуя расходов на лечение наркоманов, на ликвидацию последствий всякого рода преступлений, совершаемых ими в состоянии наркотического опьянения, на содержание судебных органов, тюрем и других институтов, призванных вести борьбу с незаконным оборотом наркотиков. Поэтому общество вправе ввести жесткий контроль над употреблением наркотических средств.

Одна из самых важных задач сегодняшнего дня — снизить уровень наркомании. Здесь прибегают к чрезвычайно разнообразным мерам: от применения военной силы (при уничтожении плантаций, например, конопли и опийного мака) до полной легализации наркотических средств («легких» наркотиков, как в Нидерландах). Некоторые специалисты считают необходимым ограничить доступность наркотиков, другие полагают, что важно уменьшить спрос.

Но ограничить доступ к наркотикам оказалось трудно, практически невозможно. Их легко раздобыть в любой стране, хотя довольно часто можно услышать сообщения о конфискации крупных партий наркотиков. Поскольку наркобизнес транснационален, контроль за транспортом и распространением наркотических средств весьма сложен, тем более, что наркотики являются важным элементом экономики многих развивающихся стран. Колоссальный доход, который дают производство и продажа наркотиков, побуждает многих людей идти на риск, связанный с противозаконными действиями.

К сожалению, попытки уменьшить спрос на наркотические средства также не увенчались успехом. Несмотря на все усилия специально подготовленных педагогов и воспитателей, люди

продолжают злоупотреблять наркотиками и алкоголем. Следует признать, что эффективные способы борьбы с наркоманией и предотвращения се пока не разработаны.

**Стратегия и принципы предупреждения и избавления студентов от наркотической зависимости**

**Стратегия предупреждения наркомании** предусматривает создание духовно-нравственного, эмоционально-познавательного и физического благополучия у каждого студента. При этом решающую роль играет фактор самовоспитания, эффективность которого может повыситься при ориентации на следующие основополагающие принципы:

* осознание смысла собственной жизни;
* сформулированность ближайшей и отдаленной цели и установки, побуждающей к активной деятельности;
* активная жизненная позиция в достижении цели и активная деятельность;
* выбор профессии в соответствии со своими способностями;
* воспитание чувства собственного достоинства, осознание собственной значительности, заложенной в нас природой;
* здоровый образ жизни.

**Основные принципы избавления от наркотической зависимости.** Существует множество программ, нацеленных на избавление людей от наркотической зависимости. Специалисты считают, что наиболее эффективны из них те, которые учитывают следующие факторы:

* при лечении химической зависимости нет безнадежных случаев;
* химическая зависимость представляет собой сложное заболевание, обусловленное неизвестными и не вполне известными причинами;
* химическую зависимость можно прервать и держать под контролем, но нельзя вылечить. Целью поисков способов лечения является не уменьшение потребления наркотического средства, а полное воздержание от него;
* проблемы, связанные с химической зависимостью или порожденные ею, следует рассматривать как второстепенные при лечении больного;
* отрицание проблемы является нормой для пациента, страдающего химической зависимостью. Почти все эти люди либо избегают разговоров об их болезни, либо проявляют агрессивность;
* успешная реабилитация требует коренного изменения образа жизни. Отказ от приема наркотиков влечет за собой исчезновение всего того, что с этим было связано: отпадает необходимость добывать наркотики, меняется круг общения и т.д. Возникает пустота, свободное время, которое необходимо заполнить, иначе вредная привычка может вернуться;
* химическая зависимость — это болезнь всей семьи, поэтому программа лечения должна охватывать всех ее членов;
* люди, страдающие химической зависимостью, нуждаются в помощи квалифицированных психологов, поскольку почти все они характеризуются отсутствием уверенности в себе, зависимостью, негативной самооценкой, боязнью получить отказ, ощущением отверженности, социальной незрелостью;
* курс лечения желательно сочетать с участием в программе «Двенадцать шагов»;
* после лечения возможно возобновление приема наркотических средств: человек, ни разу не сорвавшийся и не вернувшийся к наркотикам, — редкость.

Что касается восстановительных программ, то они принципиально не отличаются от применяемых при лечении алкоголизма.