

## **Наркотики: мифы и реальность**

Специалисты ГБУ РО «Областной клинический наркологический диспансер» информируют население по вопросам профилактики употребления наркотиков.

Среди большого количества людей распространены убеждения относительно употребления наркотиков, которые являются ошибочными. В основном об их мнимой безопасности. Эти мифы необходимо развеивать и доносить достоверную информацию. Эти опасные иллюзии сломали немало судеб.

**Миф:** Принимать или не принимать наркотики – личное дело каждого

**Правда:** Существование от дозы до дозы не позволяет иметь постоянный доход, и деньги быстро заканчиваются. Поэтому наркоманы, не ограничиваясь пропагандой употребления психоактивных веществ, часто вынуждены идти на противоправные поступки – от распространения наркотиков до грабежей и убийств. За эти деяния придется нести уголовную ответственность. Личным делом их назвать нельзя.

**Миф:** Если употребить один раз – ничего не случится.

**Правда:** Ни один человек не может точно предсказать, как его организм отреагирует на то или иное вещество. Некоторые наркотики способны вызывать привыкание с первой пробы, передозировка может привести к смерти.

**Миф:** Я контролирую ситуацию и могу бросить употребление в любой момент.

**Правда:** Контролируемое употребление – это заблуждение. Регулярный прием наркотика приводит к формированию психической и физической зависимости, которая полностью подчиняет себе жизнь человека.

**Миф:** Существуют «легкие» наркотики, употребление которых полностью безопасно.

**Правда:** Деление наркотиков на «легкие» и «тяжелые» — условность, которая не имеет никакого смысла. Повторяющиеся эпизоды употребления любого вида наркотика вызывают зависимость и наносят непоправимый вред здоровью. Со временем у зависимого возникает потребность получать все более интенсивные ощущения. Таким образом, употребляя изначально только «легкие» вещества, он все равно обратится к «тяжелым».

**Миф:** Наркомания – это удел неблагополучных слоев общества, меня это не касается.

**Правда:** Употребление наркотиков распространено во всех слоях общества. Для всех социальных групп причины, побуждающие пробовать наркотики, одинаковые – скука, стресс, пустота жизни и желание попробовать что-то новое. Зачастую подобные ощущения испытывают молодые люди из обеспеченных семей. Кроме того, у более обеспеченных слоев населения есть средства на частую покупку психоактивных веществ, чем и пользуются наркоторговцы.

**Миф:** В жизни надо все попробовать – в том числе и наркотики

**Правда:** Современная малоподвижная жизнь нередко толкает человека на поиск новых и сильных ощущений. Наркотики – наиболее простой способ их получить, ведь

психоактивные вещества позволяют практически ничего не делать для этого. Не надо карабкаться на гору, изучать музыку или спускаться с холма на велосипеде – то есть, прилагать усилия. Одним разом все обычно не заканчивается. «Удачный» первый прием наркотика лишает человека страха перед психоактивными веществами и открывает дорогу следующим дозам.

**Миф: Я не собираюсь становиться наркоманом – просто хочется иногда повеселиться**

**Правда:** Любая доза оказывается русской рулеткой. Даже если она и останется последней, риск отравиться веществом, получить серьезную травму в состоянии наркотического опьянения, заразиться ВИЧ или гепатитом С никто не отменял. Кроме того, развлекаться таким образом захочется все чаще и чаще – мозгу проще вырабатывать гормоны удовольствия при помощи психоактивных веществ, чем самостоятельно. Так рождается наркомания.

### **Самое важное**

Наркотики небезопасны, несмотря на распространенное заблуждение. Их пробуют молодые люди из всех слоев общества. За первой дозой наркотика обычно следует продолжение – мозг быстро привыкает к сильной стимуляции психоактивными веществами. Поэтому избавиться от наркотической зависимости очень трудно, а она становится источником проблем не только для наркомана, но и для окружающих.

Наркомания – одна из серьезных социальных проблем нашего времени. Чтобы защитить от этой беды себя и близких, необходимо уметь распознать опасность, владеть достоверной информацией.

Бесплатную, анонимную психологическую помощь и поддержку по вопросам борьбы с наркоманией вы можете получить по **телефону доверия** ГБУ РО «Областной клинический наркологический диспансер» **8(4912) 25-95-27** (с понедельника по пятницу с 8.00 до 20.00).

Подготовлено клиническим психологом отделения профилактики наркологический расстройств ГБУ РО «Областной клинический наркологический диспансер» Реннер Т.Е.