

Рекомендации для педагогов. Профилактика наркомании среди подростков

Наркомания — это заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества. Попробуем объяснить это доходчивее.

Наркомания или наркотическая зависимость в обыденном понимании — это употребление наркотиков без назначения врача при условии, что такое употребление становится невольной и постоянной потребностью человека.

Наркомания — это тяжелая, трудноизлечимая, а зачастую и неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека и оканчивающаяся преждевременной смертью. Эта болезнь характеризуется жесткой зависимостью состояния человека, его физического и психического самочувствия от наркотика.

Становление, формирование наркомании характеризуется развитием трех основных признаков: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.

Психическая зависимость — это болезненное стремление (влечение) непрерывно или периодически принимать наркотики с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Такая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков, причем нередко, даже после однократного их приема.

Физическая зависимость — это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотика. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, болевыми ощущениями, которые развиваются сразу, как только действие наркотика прекращается. Эти расстройства, обозначаемые медиками как “синдром отмены” или “абстинентный синдром” (абстиненция — воздержание), облегчаются или полностью снимаются только новым введением конкретного наркотика либо вещества со сходным фармакологическим действием. Физическая зависимость, как и психическая, делает необходимым непрерывное употребление наркотика или постоянный возврат к нему.

Толерантность — это переносимость (чувствительность) организма по отношению к воздействию наркотика. При систематическом приеме отмечается появление адаптации, то есть привыкания к наркотику, когда наблюдается все менее выраженная реакция организма на очередное введение той же самой дозы. Поэтому для достижения прежнего психофизического эффекта больному требуется более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной и требуется ее повышение по нарастающей.

Форма (вид) наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае. Особенности конкретного вещества, используемые дозировки, частота и

способ употребления (прием внутрь таблеток или порошков, инъекции, вдыхание) определяют характер действия наркотика на организм.

Для распознавания и предупреждения наркомании и токсикомании необходимо познакомиться с проявлениями клинической картины их разновидностей, что описывается во многих медицинских изданиях, в том числе и в данном пособии.

Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков

В работе по профилактике важно, как можно раньше увидеть первые признаки проблемы наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Будьте внимательны, приглядитесь к поведению и внешности вызывающего подозрение подростка. Некоторые поступки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения подростка. Тем не менее, насторожьтесь, если в поведении человека без видимых причин замечаются:

- точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;
- состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, малая подвижность, расслабленность конечностей, обмякшая поза, свисающая голова, стремление к покою, сменяемые необъяснимыми возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью (независимо от ситуации);
- погруженность в себя, разговоры с самим собой;
- неустойчивость эмоционального состояния, внезапные и резкие изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без понятной причины;
- заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды;
- необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к отметкам;
- сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;
- частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные в данном разделе;
- игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы ночью;
- неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины, ухудшение памяти и внимания, рассеянность;
- неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;
- быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, смазанная, невнятная, нечеткая речь;
- очевидные лживость, изворотливость, цинизм и беспокойство;
- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям;

- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом большие денежные траты непонятно на что;
- возросшие тревожность, скрытность и лукавство в поведении, стремление к уединению и уходу из дома;
- ничем не объяснимое позднее возвращение домой в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного и последующее за этим трудное пробуждение по утрам;
- малопонятные разговоры по телефону с использованием жаргона (“травка”, “ширево”, “колеса”, “план”, “приход”, “мулька”, “джеф”, “ханка”, “кумар” и т.п.) и обрывков фраз (“мне надо”, “как там дела?”, “достал?” и т.п.);
- чтение книг (Карлоса Кастанеды, Уильяма Берроуза) и журналов, популярных среди наркоманов (“Птюч” и т.п.), регулярное посещение техноклубов;
- отказ от употребления спиртного (если прежде охотно употреблял);
- изменение внешнего облика — неряшливость, запущенность в одежде, общее похудание, бледность, землистый цвет или покраснение, маскообразность и одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность, либо наоборот, оживление мимики, сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, сухость губ или повышенное слюноотделение;
- появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю, или улыбающегося личика — символа ЛСД);
- частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления;
- стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;
- неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя (особенно явное при закрытых глазах);
- умственные и (или) физические отклонения от нормы — замедленное мышление, снижение реакции, потеря веса, аппетита, тремор (мелкая дрожь), тошнота, частый насморк, хронический кашель, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т.п.;
- пропажа денег, вещей из дома или в классе (кражи, совершаемые ребенком также являются сигналом наркотической опасности);
- внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки, литературе по фармакологии, действию различных лекарств, стремление завязать знакомство с работниками аптек и учреждений здравоохранения;
- запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т.д.);

– обнаружение у подростка предметов или следов, сопутствующих употреблению наркотиков: порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия) в его вещах; желтых или коричневых пятен на одежде или теле; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков с сильным запахом, странного вида трубок, которые пахнут вовсе не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под синтетического клея и другой тары из-под различных средств бытовой химии.

Любой из перечисленных признаков в отдельности вряд ли может достоверно свидетельствовать об употреблении человеком наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение. В таких случаях необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

Курительные смеси

Начиная с 2009 года из незаконного оборота, наряду с наркотическими средствами, психотропными веществами, включенными в Республиканский перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих государственному контролю в Республике Беларусь (далее – Республиканский перечень), стали изыматься и новые синтетические каннабиноиды, являющиеся особо опасными психотропными веществами, не используемыми в медицинской деятельности, содержащиеся в курительных смесях «спайс».

Согласно информации, полученной из медицинских интернет-сайтов и научных изданий, употребление «спайсов» приводит к следующим последствиям:

1. Локальные реакции организма, которые возникают по причине прямого негативного влияния дыма на слизистые организма.

Почти все приверженцы курительных смесей страдают постоянным кашлем, усиленным слезоотделением, имеют хриплый голос, как во время курения, так и в промежутках. Постоянное воздействие дыма смесей на слизистые становится причиной развития воспалений дыхательных путей хронического характера. Часто развиваются хронические ларингиты, фарингиты и воспаления легких. Продолжительное курение таких смесей может привести к развитию рака полости рта и гортани, глотки и легких.

2. Реакции центральной нервной системы.

Влияние ингредиентов дыма на центральную нервную систему (далее – ЦНС) обуславливает привыкание к курению «спайса». Со стороны ЦНС могут проявляться разнообразные реакции: состояние эйфории, неаргументированная истерика или взрывы хохота, расстройства координации

и ориентирования, визуальные и слуховые галлюцинации, абсолютная утрата способности контролировать себя и свое поведение. Все перечисленные нервные реакции уже своим присутствием грозят человеческой жизни. Известно огромное количество случаев, когда накурившиеся люди прыгали с последнего этажа высотного дома или купались в ледяной воде.

При регулярном курении «спайсов» возникают необратимые нарушения деятельности ЦНС. Могут наблюдаться стойкие нарушения внимания, ослабление памяти и снижение интеллекта, появляется склонность к депрессии и суициду. Кроме всего прочего, курительщики «спайса» имеют все шансы если не умереть, то стать инвалидами по причине тяжелых поражений ЦНС.

3. Сильная интоксикация организма.

При проникновении с дымом отравляющих веществ могут возникнуть токсические реакции – тошнота и рвота, учащенное сердцебиение и высокие показатели артериального давления, спазмы и судороги, обморок и кома. Сложность в устранении последствий курения смесей «спайс» заключается в том, что во многих случаях в крови пациентов при анализе отсутствуют наркотические соединения, что существенно затрудняет диагностику и назначение грамотного лечения.

Систематическое применение такого рода курительных смесей провоцирует физическую и психическую адаптацию, а абстинентный синдром (или синдром отмены) проявляется в болях во всем теле, тошноте, лихорадке. Курение смеси приводит к расстройству психики. Под угрозой оказываются память, умственная деятельность, внимание.

Долгосрочное употребление синтетических каннабиноидов в составе курительных смесей может спровоцировать возникновение раковых заболеваний и психических расстройств.

Научными исследованиями было показано, что синтетические каннабиноиды, содержащиеся в курительных смесях, оказывают крайне негативное влияние на организм человека. По силе воздействия синтетические каннабиноиды **пятикратно превосходят тетрагидроканнабинол, содержащийся в обычной марихуане.** При его курении дозировка в курительной смеси составляет от 0,5 до 3 мг (от 0,005 до 0,03 грамма) при пероральном приеме от 3 до 10 мг (от 0,03 до 0,1 грамма).

Распространение «спайсов» в основном осуществляется посредством сети Интернет и с каждым годом привлекает все больше и больше учащихся и студентов к потреблению синтетических каннабиноидов, приучая их сначала к «легальным», а потом и к запрещенным более тяжелым наркотикам. При этом продавцы «спайсов» не сообщают информацию о реальном воздействии на организм человека.

Сотрудниками органов внутренних дел в целях противодействия распространению курительных смесей из оборота ежегодно изымается большое количество курительных смесей, которые содержат вещества, как входящие так и не входящие в Республиканский перечень.

Что способствует приобщению к наркотикам?

Причин и условий, способствующих приобщению к наркотикам, довольно много и знание хотя бы основных из них сможет помочь в целенаправленной профилактической работе. Ведь, как известно, чтобы победить врага, его нужно знать.

Причины:

Ø Падение нравов, низкая духовность и культура у некоторой части населения.

Ø Сформировавшаяся наркотическая субкультура и «мода» на наркотики среди молодежи.

Ø Социально-экономическая ситуация.

Ø Относительная доступность наркотиков «на черном рынке» (сравнительно невысокая цена, большое количество наркоторговцев).

Ø Активная деятельность наркоторговцев и их сообществ, направленная на стимулирование спроса на наркотики.

Ø Либеральный пограничный режим или его отсутствие (открытость границ).

Ø Сверхвысокая доходность наркобизнеса.

Ø Недостаточная воспитательная работа среди детей и молодежи, ограниченные возможности у молодежи для культурного досуга.

Ø Отсутствие эффективных методик лечения наркоманов. Агрессивная пропаганда наркотиков в некоторых СМИ и выступлениях музыкальных коллективов (например, рок-групп) и слабая бессистемная антинаркотическая контрпропаганда. Отмена уголовной и административной ответственности за немедицинское потребление наркотиков.

Ø Деятельность различных сект, общественных организаций, выступающих за легализацию наркотиков и декриминализацию ответственности за незаконные действия с ними.

Ø Привыкание к наркотикам людей, перенесших сложные операции.

Наиболее распространенные причины употребления наркотиков

Любопытство. Оно связано с желанием молодого человека узнать — «А что почувствуешь, если попробуешь это?». Есть только один способ преодолеть эту опасность — воспитать у ребенка готовность в любой момент благоразумно сказать «Нет!» любому эксперименту с наркотиком.

Психологическое давление, инстинкт подражания, влияние моды. В молодежных группах, лидеры которых употребляют наркотики, эти вещества становятся главным элементом, дающим ощущение единства, отождествления себя со своей группой.

Невежество. Многие годы о наркомании предпочитали умалчивать. Практически отсутствовала достоверная, объективная и доходчивая информация о природе и последствиях этой болезни. На уровне обыденных разговоров имели хождение различные искажающие действительность слухи и мифы. Например, в молодежной среде было распространено убеждение, что если контролировать прием наркотиков, он не представляет опасности.

Доверчивость. Известно, что наркоманы стараются всеми способами вовлечь в свой круг новых людей. С этой целью, как уже отмечалось выше,

они путем обмана, а иногда и с помощью насилия могут заставить молодого человека попробовать наркотик и постепенно втянуть его в это занятие.

Что может сделать учебное заведение?

Главным и самым незащищенным объектом, по которому «ведет огонь» наркобизнес, является молодежь, особенно дети и подростки. А это значит, что они уже сегодня нуждаются в защите, в умелом и заботливом предостережении. Кто лучше всего может сделать это? Казалось бы, конечно, родители. Но всегда ли в семье достаточно взаимопонимания, чтобы ребенок прислушался к их совету? Наконец, все ли родители способны умело и эффективно предостеречь ребенка от беды? Конечно, семья остается главным щитом, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Причин тому немало и они, в общем, известны.

Поэтому нередко единственной и реальной спасительной преградой на пути молодого человека в тот иллюзорный и страшный мир, из которого мало кому удалось вернуться к полноценной и здоровой жизни, на сегодня наряду с родителями остается учитель. Именно он, как никто другой знает о немалочисленных проблемах и подводных камнях, которые угрожают юным и неопытным душам на пути познания жизни и становления личности.

Наркомания сегодня является одним из самых опасных и трагических рифов, на которых терпят смертельное крушение еще не вошедшие в жизнь молодые люди.

В отличие от даже самого прекрасного специалиста по проблемам противодействия наркомании, имеющего, как правило, очень ограниченные и кратковременные возможности прямого общения с молодежью, педагог может целенаправленно воздействовать на своих учеников в течение продолжительного времени. И этим преимуществом он должен умело воспользоваться во имя здоровья нации и будущего страны.

Печальный опыт многих развитых государств свидетельствует о том, что наркомания превратилась для них в крупную национальную проблему, за которой просматривается угроза будущему этих стран.

Уже давно известно, что только единицам из тысяч наркоманов удается вырваться из страшных пут. Болезнь через годы и даже десятилетия может возвратиться. Как считают специалисты, наркотик — сильнейшая из ловушек, он цепко держит свои жертвы и забыть его почти невозможно. К сожалению, наркотик способен делать человека зависимым настолько, что воля и интеллект молодых людей оказываются не способными противостоять ему.

Поэтому, наиболее реальным делом в борьбе с наркоманией является ее профилактика, а не лечение (хотя последнее тоже немаловажно). А чтобы вовремя предупреждать наркоманию, учителям необходимо постоянно проявлять внимание к своим ученикам.

Мы далеки от мысли учить преподавателей педагогическим тонкостям антинаркотической работы. Наша цель видится в том, чтобы на основе обобщения накопленного многолетнего опыта непосредственного общения

работников правоохранительных органов с подростками-потребителями наркотиков и их окружением подсказать учителю общие принципы противодействия распространению наркомании в подростковой среде и дать некоторые рекомендации, касающиеся этой работы. На наш взгляд при творческом и внимательном подходе к предлагаемому материалу педагог найдет нечто полезное для себя.