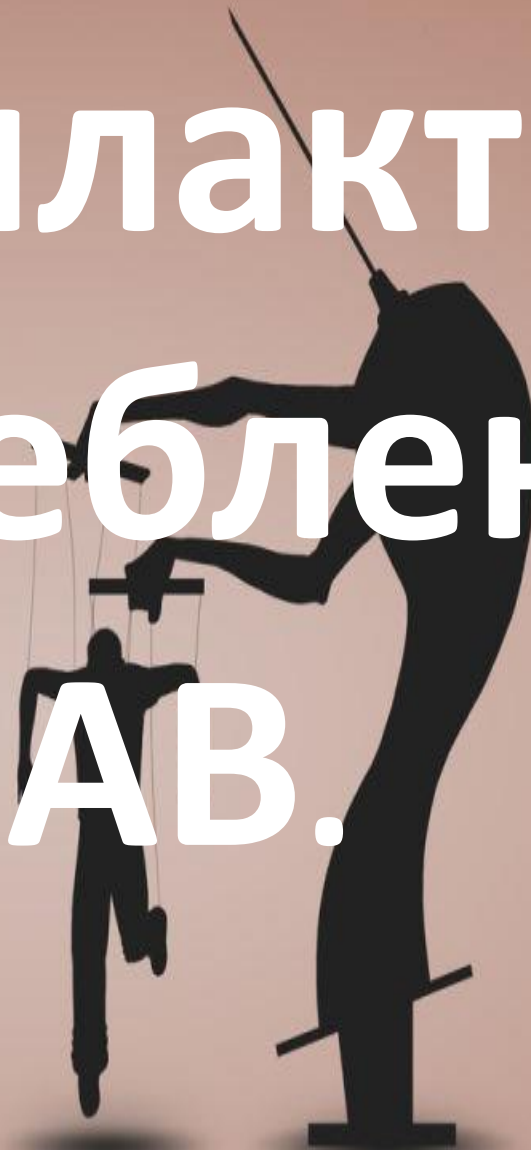


# Профилактика употребления ПАВ.




**не будь игрушкой в руках наркотиков**

**Психоактивные вещества (ПАВ)** –  
любое химическое вещество (или  
смесь) естественного или  
искусственного  
происхождения, которое влияет на  
функционирование центральной  
нервной системы, приводя к  
изменению психического  
состояния.

Наркомания- это болезнь, характеризующаяся неудержимым влечением к наркотикам, вызывающая тягу к повторному применению, физическую и психическую зависимость.



A pile of dried, crushed plant material, likely a smoking mixture, on a white surface. The material is a mix of green, brown, and purple fragments, possibly including dried leaves and stems. The text "Курительные смеси" is overlaid in white, bold, sans-serif font.

# Курительные смеси

СПАЙС (SPICE) – это разновидность травяной смеси, однородная курительная смесь состоящая из различных компонентов и синтетических веществ. Как правило, в состав спайса входят высушенные обыкновенные травы и травы-энтеогены, обладающие психоактивным действием на сознание человека.



Насколько известно, наиболее распространены наркотики, производимые из конопли.

Что это за растение?

**Конопля** — растение, относящееся к роду "Cannabis" и представляющее собой кучный однолетний древовидный куст. Растение произрастает в условиях жаркого и умеренного климата и может достигать четырехметровой высоты. Конопля имеет характерное нечетное количество (5,7,9) ответвлений с листьями с зазубренными краями, напоминающими полотно пилы.

Наркотики из конопли до сих пор являются наиболее распространенными, в них содержатся наркотически активные вещества, основное из которых — d-9 тетрагидроканнабинол (ТГК).

**Марихуана** – это смесь высушенных, мелко нарезанных и выпаренных листьев, семян и цветков конопли зеленого, коричневого или серого цвета.

Марихуана - самый распространенный нелегальный наркотик во многих странах, в том числе и в России. Употребление вызывает нарушение кратковременной памяти, снижение внимания, восприятия и способности мышления. Замедление рефлексов и уменьшение двигательной активности.

**Экстази** (синонимы: Экс, ЭксТиСи и др.) - это синтезированный искусственным путем наркотик, являющийся психоактивным веществом, которое относится к ряду амфетаминов.

**Экстази**, воздействует на центральную нервную систему, в результате чего вначале поднимается тонус организма, увеличивается сила мышц. Заканчивается воздействие наркотика усталостью, подавленностью, бессонницей. Наркотик имеет особенность накопления в организме, и в результате неоднократного приема разрушаются клетки мозга, появляются психические отклонения.





# Что такое «ломка»?

"Ломка", или "абстиненция", является явным признаком того, что человек болен наркоманией.


В отсутствие наркотика возникают головные боли, ломота в руках и ногах, резкая слабость, кожные покровы становятся бледными, с землистым оттенком, взор угасшим.

Снижение настроения может достигать такой степени, что возникают мысли о самоубийстве.

В тяжелых случаях у наркомана наблюдаются эпилептические припадки, коллапс, острая сердечная недостаточность.



**Вопросы:**



**1. Зачем подростки  
начинают употреблять  
наркотики?**

## Причины употребления ПАВ:

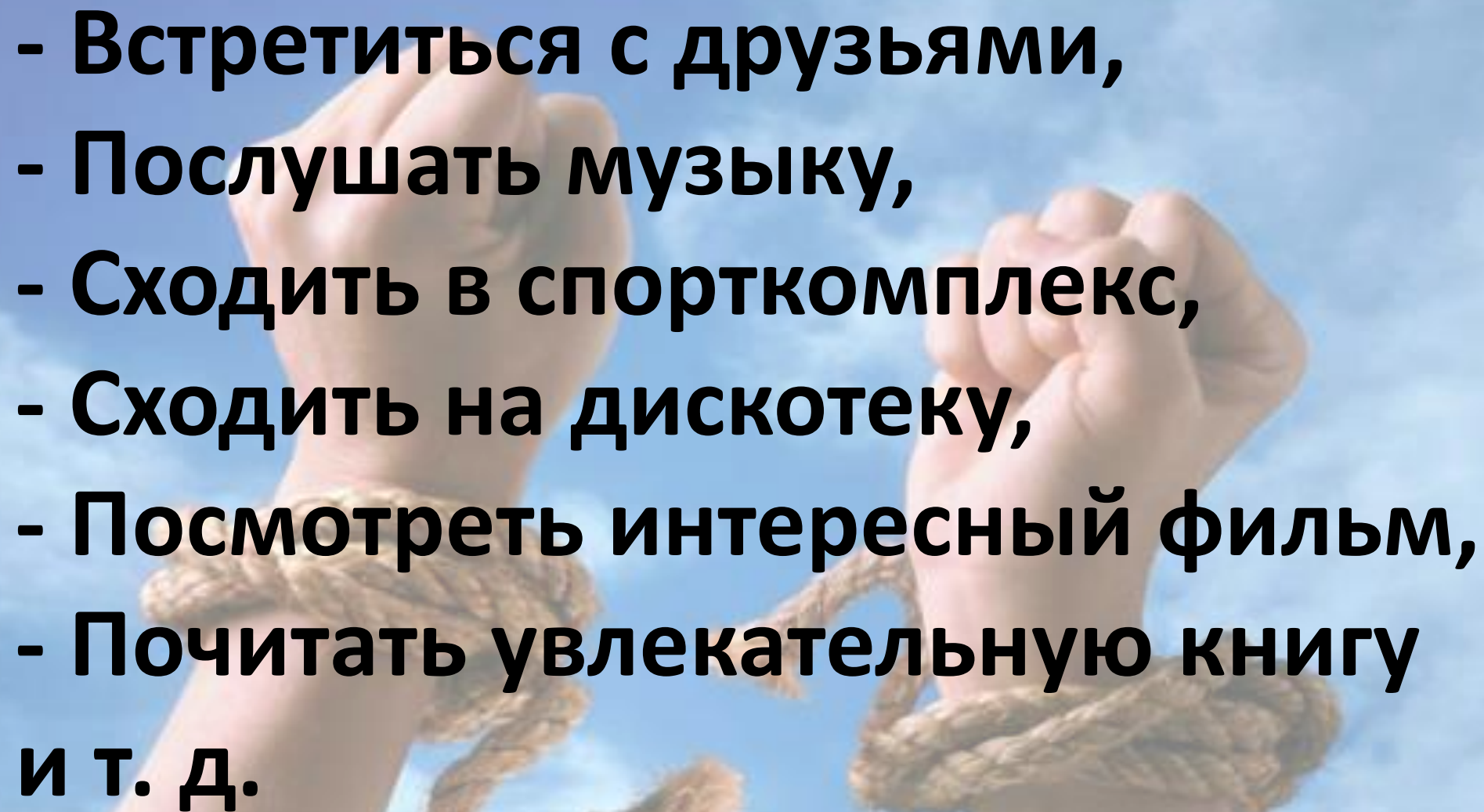
- любопытство,
- солидарность,
- назло,
- не хватает понимания близких,
- неблагополучная семья,
- желание соответствовать определенному образу жизни,
- желание казаться взрослее,
- желание ослабить самоконтроль,
- желание расслабиться,
- для смелости,
- снять боль и т. д.

## **2. Какие проблемы возникают при злоупотреблении ПАВ?**



<b>Действие</b>	<b>Результат</b>	<b>Состояние после прекращения действия</b>	<b>Чем люди жертвуют ради продолжения употребления</b>
Курение табака	Зависимо сть	Дискомфорт	Деньги Здоровье Дружба Семья ....
Употребление алкоголя	Зависимо сть	Похмелье	
Употребление наркотиков	Зависимо сть	«Ломка», ухудшение самочувствия	

**3. Что можно сделать,  
чтобы решить проблемы  
и достичь желаемых  
результатов , не  
употребляя ПАВ?**

- 
- The image shows two hands, one on the left and one on the right, both clenched into fists. They are bound together with thick, light-brown rope. The background is a clear, bright blue sky with some light, wispy clouds. The text is overlaid on the image in a bold, black, sans-serif font.
- Встретиться с друзьями,
  - Послушать музыку,
  - Сходить в спорткомплекс,
  - Сходить на дискотеку,
  - Посмотреть интересный фильм,
  - Почитать увлекательную книгу
- и т. д.



# Как нужно отказываться если тебе предлагают наркотики?

**Во-первых**, нужно помнить, что наркоманов, алкоголиков и токсикоманов очень плохая смысловая память. Поэтому нужно спокойно коротко ответить ему: «нет».

**Во-вторых**, не надо у таких людей вызывать своим ответом какие-то эмоции.

Если Вы хотите правильно развиваться и физически, и психически, то Вы должны подумать об этом сейчас...

Если Вы хотите воспитать здоровых детей, помните что наркоманы, алкоголики не могут воспитать здоровое поколение...

Если Вы хотите увидеть внуков, а это признак долголетия, то Вы должны знать что алкоголики, наркоманы и токсикоманы не живут долго...

