

ФАКТЫ О НАРКОТИКАХ И АЛКОГОЛЕ



Чтобы принять верное решение,
нужно сложить все факты,
как пазл, в единую картину

www.drugfree.ru



Вступление

Большая часть информации, которую человек получает о наркотиках, – неправда. Она поступает от продавцов наркотиков и от тех, кто употребляет их сам. Вокруг этой темы образовалось огромное количество мифов, которые сбивают с толку и толкают молодых людей на отчаянный шаг.



Продавцы наркотиков, прошедшие исправительные программы, признавались, что сказали бы покупателю что угодно, лишь бы поскорее продать свой товар.

Люди, которые употребляют наркотики, часто думают, что это безвредно. Однажды они поймут, как сильно ошибались, но будет уже слишком поздно. Чтобы убрать любое «может быть» и соблазн попробовать, необходимо знать, как воздействуют наркотики на человека.

Любой наркотик – яд

Все наркотики по своей природе являются ядами. Их воздействие на человека напрямую зависит от принятого количества. Микродозы заставляют организм активизироваться, чтобы быстро выгнать яд. Дозы немного больше – затормаживают все процессы, чтобы организм смог вывести яд с минимальным ущербом. А чрезмерные дозы – убивают.



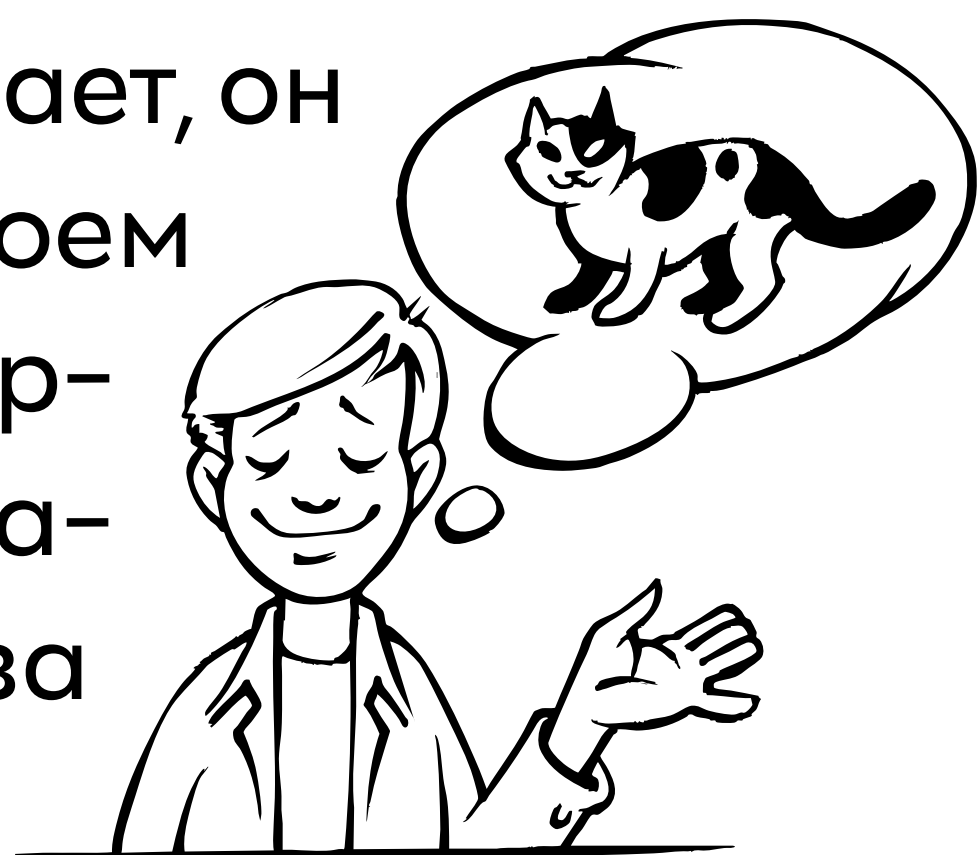
Это касается ЛЮБОГО наркотика. Возьмем, к примеру, кофеин. Две или три чашки кофе заставляют человека взбодриться. Десять чашек, вполне возможно, заставят его уснуть. Сто чашек кофе могут убить его.



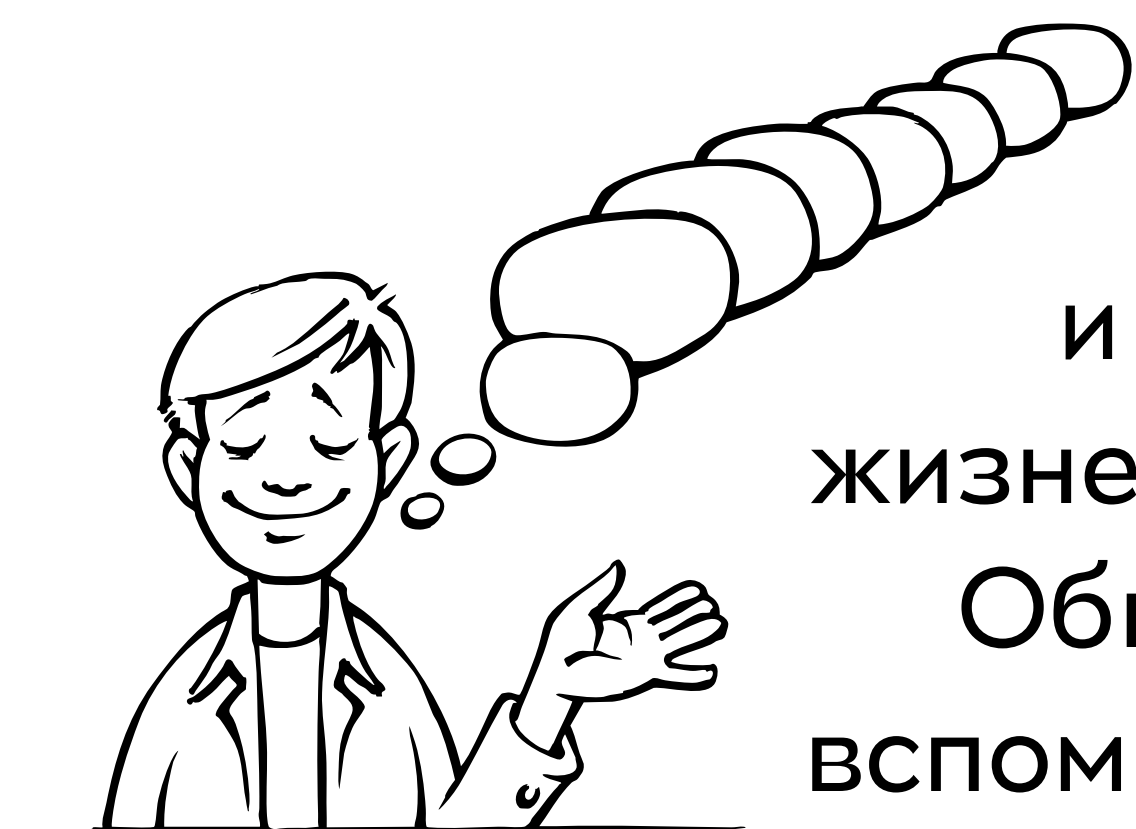
2 факт

Все наркотики воздействуют на разумность

Когда человек о чем-то думает, он получает картинку этого в своем разуме. Эти «мысленные картинки» очень легко увидеть самому. Если вы закроете глаза на несколько секунд и подумаете о кошке, то вы получи-



те картинку кошки. Разум записывает эти картинки и использует их для решения жизненных задач.



Обычно, когда человек что-то вспоминает, разум работает очень быстро и информация из памяти поступает очень быстро. Но наркотики затуманивают память. Человек, употребляющий наркотики, может стать глупым, забывчивым и безответственным. Он может держаться ложных убеждений. Он может стать одеревенелым, бесчувственным и неспособным что-либо делать. Такому человеку явно нельзя доверять. Он будет терпеть неудачи в жизни. А чего же захочет человек, столкнувшись с неудачами? НАРКОТИКОВ!



3 факт

Люди принимают наркотики, чтобы избавиться от неприятных ощущений

Те, кто принимают наркотики, пытаются избавиться от боли, нежелательных ощущений, плохого настроения, скуки. Чтобы понять, почему человек употребляет наркотики, необходимо узнать, что было не так в его жизни перед этим.



Возможно, у него что-то болело.

Возможно, он не мог уснуть.



Возможно, ему хотелось больше радости. Или ему просто было скучно.



Возможно, она пыталась успокоиться.



Наркотики – это временное решение, облегчающее нежелательные ощущения. Чтобы найти настоящее решение, человеку необходимо найти первопричину.

4 факт

Когда действие наркотика закончится, человек захочет еще

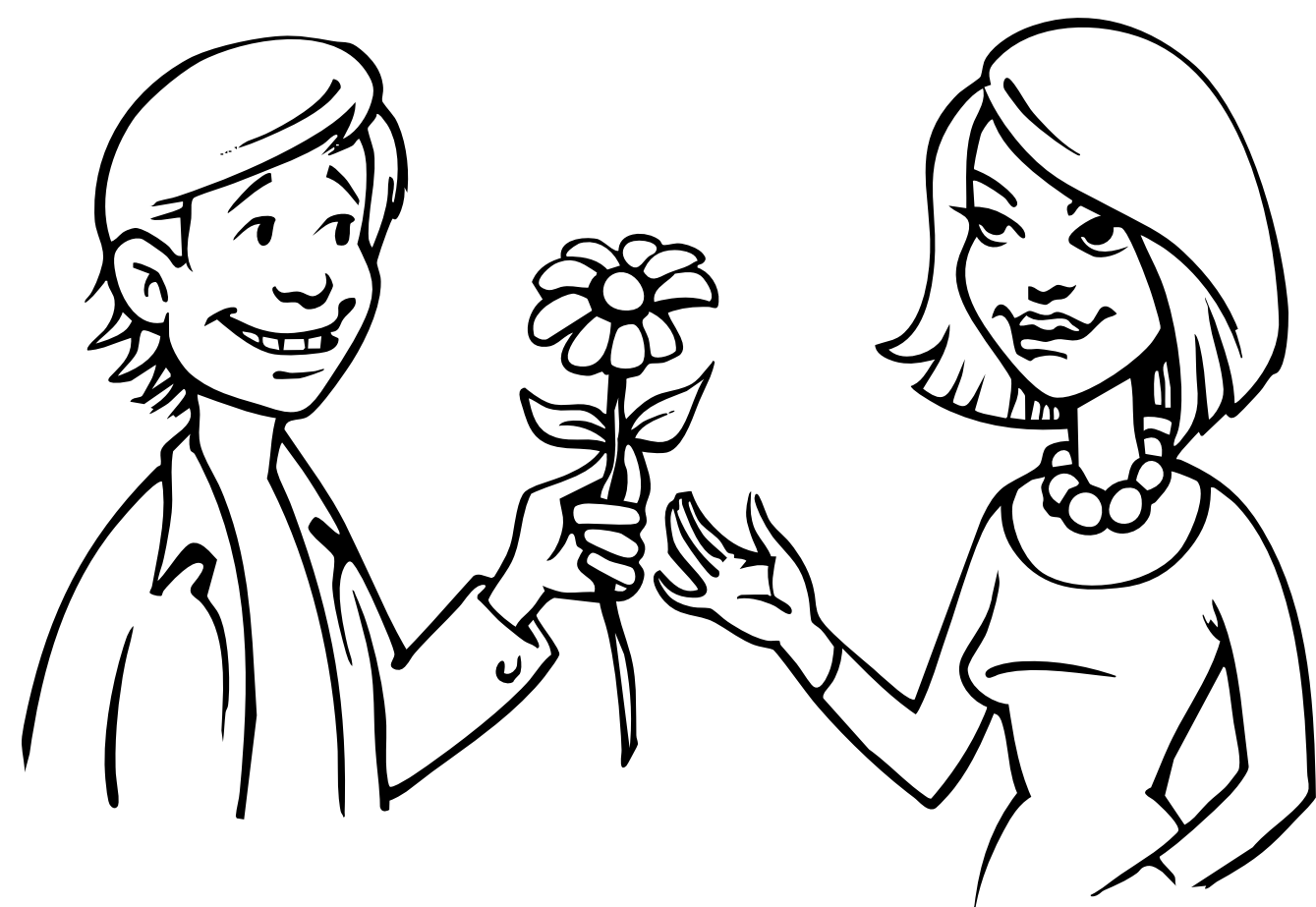
Когда действие любого наркотика проходит, боль или другое неприятное ощущение возвращается с ещё большей силой. Предположим, у человека есть проблема, которая заставляет его прибегнуть к наркотикам. Скажем, он боится заговорить хоть с кем-нибудь на вечеринке.



Он может принять наркотик, чтобы «расслабиться».



Когда действие наркотика пройдет, этот страх станет еще сильнее, чем раньше. И ему захочется ЕЩЕ БОЛЬШЕ наркотика, чтобы успокоиться.

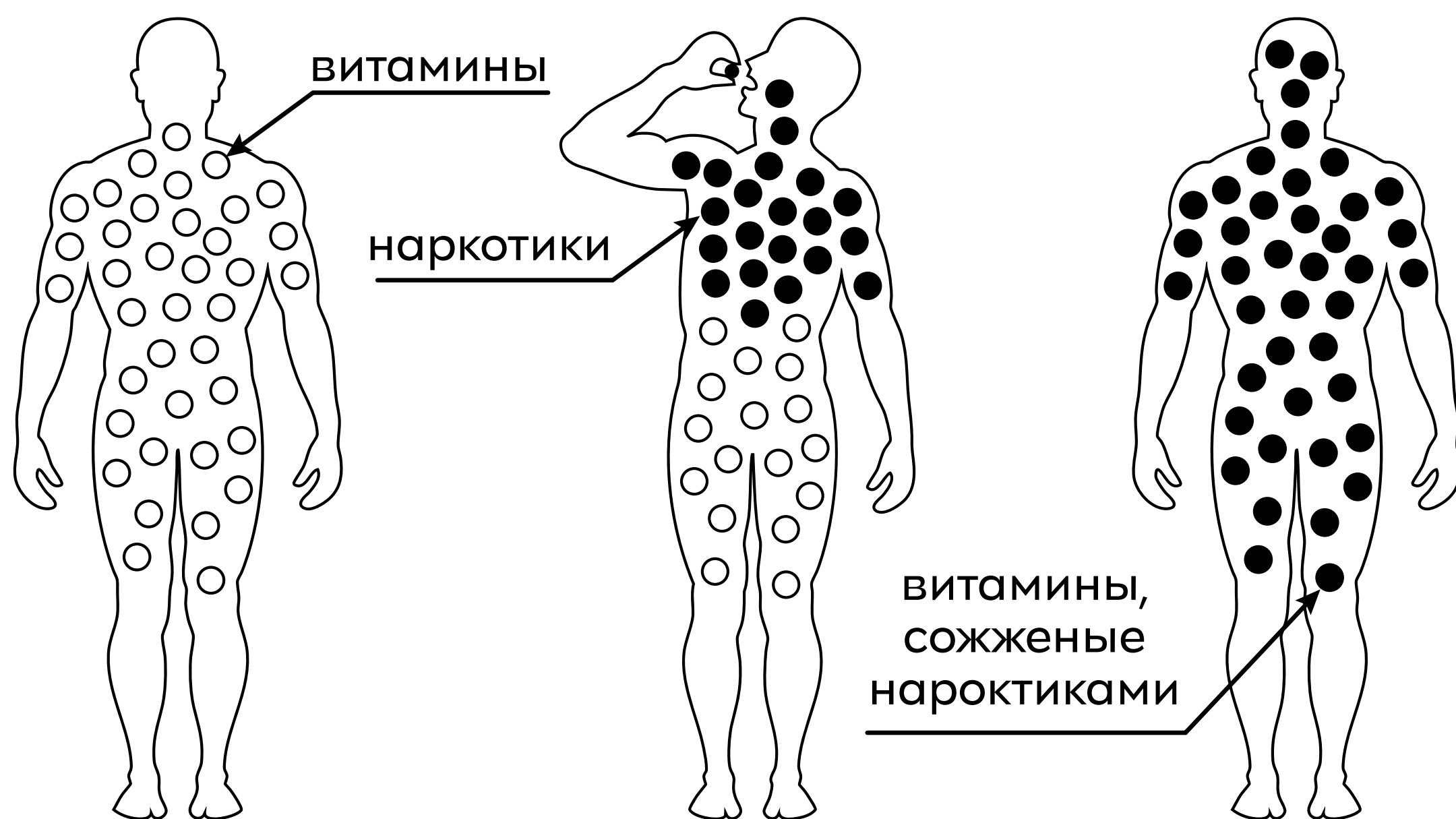


Проблема в общении с людьми не исчезнет до тех пор, пока он не преодолет свою застенчивость и не СМОЖЕТ общаться с людьми без помощи каких-то веществ.

Алкоголь – самый распространенный наркотик

Алкоголь – тоже наркотик. Как и другие наркотики, он отравляет ваше тело. Алкоголь сжигает витамины в организме, и после выпивки вы чувствуете себя уставшим или больным. Это и есть причина похмелья.

Организму требуются витамины, чтобы жить. Если вы едите нездоровую пищу, вы можете недополучать необходимые витамины. Это может вызывать усталость и болезни.



Каждый раз, когда человек принимает наркотики, они сжигают некоторую часть витаминов в теле. Позже он почувствует себя плохо или заболеет. А что если он будет продолжать принимать наркотики или алкоголь, чтобы почувствовать себя лучше? Каждый раз они будут сжигать все больше витаминов, и ему станет не лучше, а хуже.

Марихуана повреждает легкие, нервы и мозг

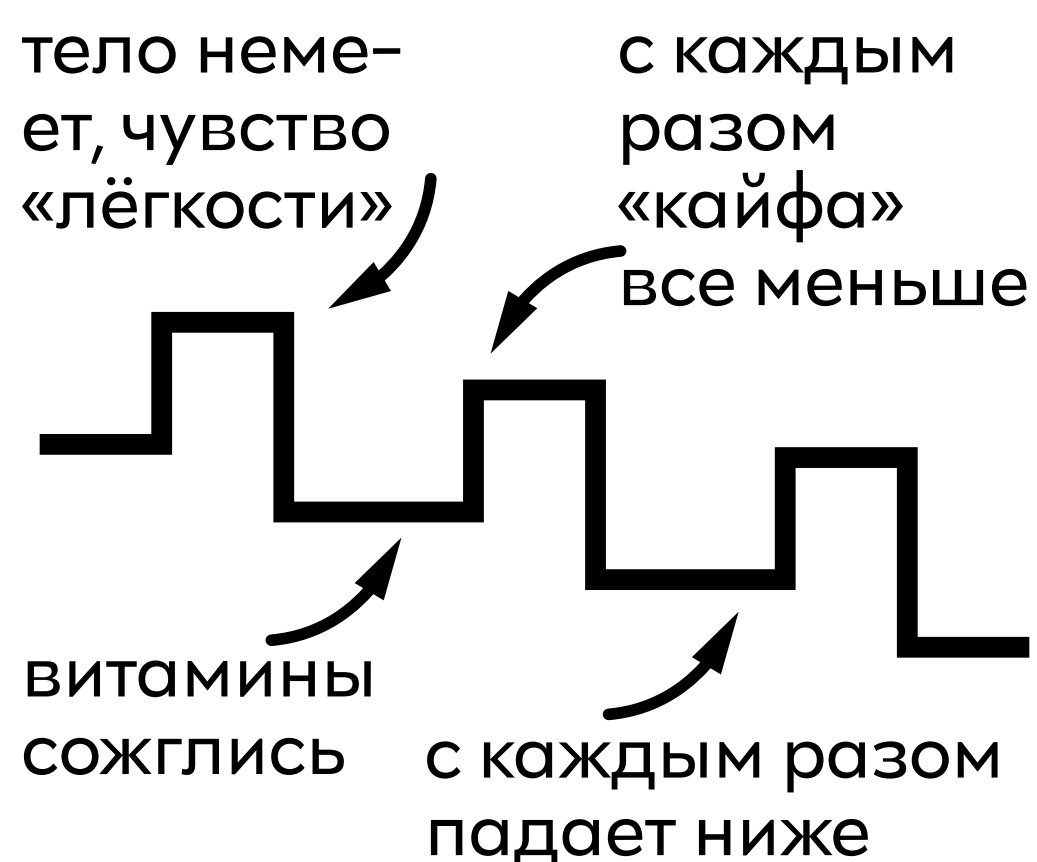
В дыме марихуаны содержится около 400 веществ, 60 из которых увеличивают риск заболевания раком. При этом они остаются в организме на годы. Марихуана содержит нейротоксин – яд, действующий на мозг и нервные окончания. При употреблении марихуаны: 1) происходит очень быстрое сжигание витаминов и минеральных веществ; 2) нервы в организме немеют.

С каждым разом «кайф» от наркотика меньше, чем раньше, и каждый раз, когда действие заканчивается, человек чувствует себя ещё немного хуже.



В конце концов курильщик марихуаны не просто хочет наркотика – ему **НУЖЕН** наркотик, чтобы заглушить нежелательные ощущения в теле, вызванные его употреблением.

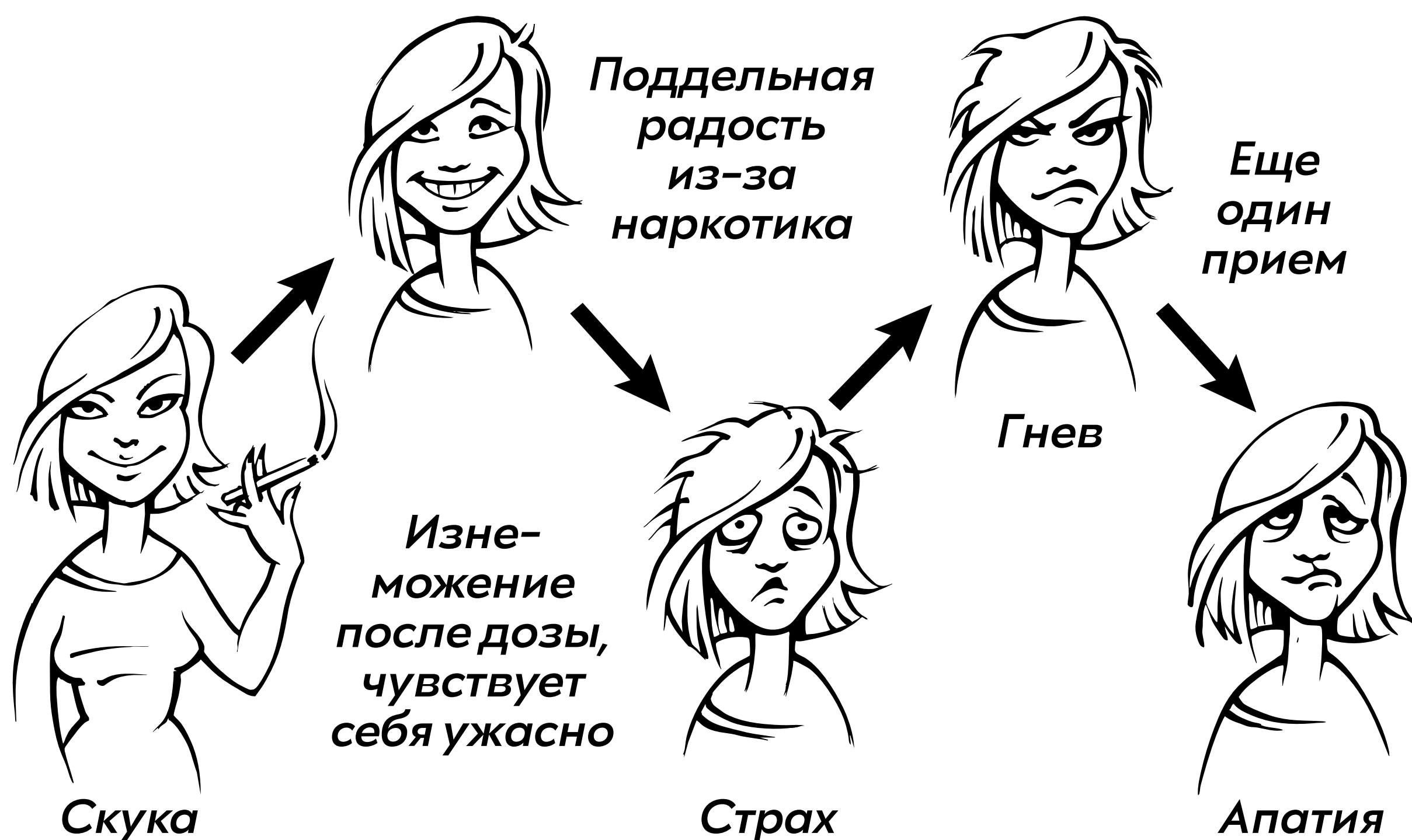
Тело не успевает восполнить запас витаминов в том количестве, в котором они уничтожаются наркотиком.



Наркотики мешают творчеству

Есть ряд эмоций, и в жизни люди перемещаются по ним вверх и вниз.

Например:



Предположим, девушке стало скучно. Она употребляет «травку» (марихуану), под действием наркотика нервы немеют, и она «поднимается» в состояние ложного счастья. Но это состояние фальшивое. Так что же произойдет, когда действие наркотика закончится? Она почувствует себя так плохо, что ей все станет безразлично. Через какое-то время ее настроение улучшится, но уже не будет таким хорошим, как до приема наркотика.

Человек движется все ниже и ниже по эмоциям, чувствует себя все менее счастливым. Со временем он теряет способность к творчеству, так как для творчества нужны свободные эмоции.

Наркотики притупляют все ваши чувства

Так как наркотики «замораживают» нервную систему, они становятся для человека единственным способом избавиться от нежелательных ощущений и эмоций: боли, грусти, скуки или страха. Иногда, в критических ситуациях, наркотики необходимы, чтобы избавиться от боли – например, в хирургии или при несчастном случае. Однако наркотики блокируют ВСЕ ощущения и чувства.

В конце концов человеку становится трудно почувствовать вообще что угодно. Он становится менее активным и может вести себя так, будто никто и ничто его не волнует. И часто он не замечает те перемены, которые с ним происходят.

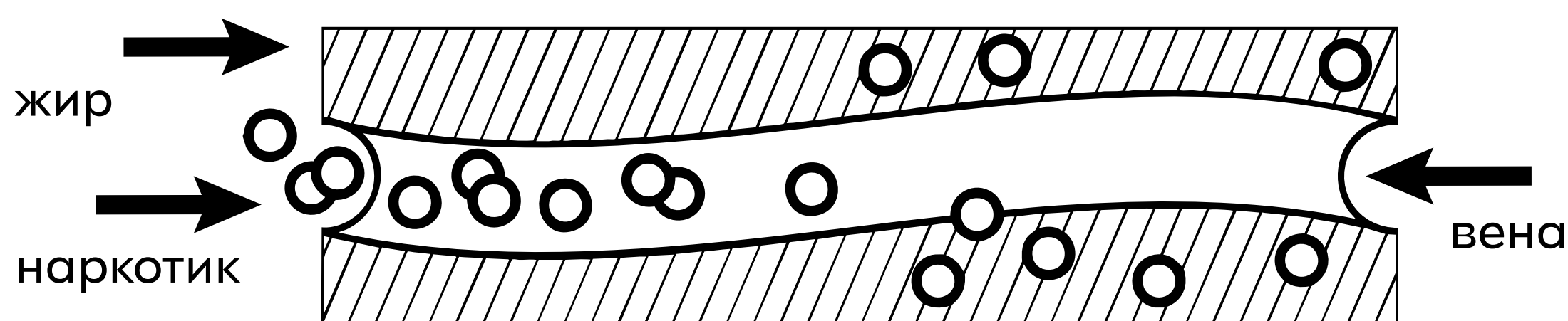
Кроме того, из-за наркотиков человеку труднее понимать, что происходит рядом с ним, он медленнее думает и действует, ухудшается реакция. Поэтому он с большей вероятностью будет попадать в несчастные случаи и опасные ситуации.



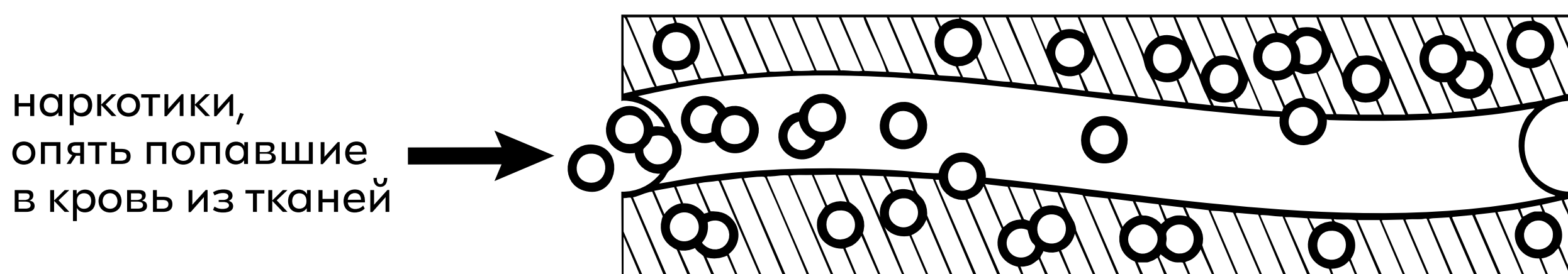
Наркотики остаются в организме годами после их употребления

Большинство наркотиков откладываются в жирах организма и могут оставаться там годами. Вот как это происходит.

Наркотики легко смешиваются с жирами организма. На картинке видно, что жиры располагаются близко к сосудам, и, когда наркотики проходят по ним, жир притягивает их как магнит.



И здесь есть проблема. При физической нагрузке (работа, упражнения или долгая прогулка) жиры сжигаются и крошечное количество наркотика попадает обратно в кровь, как будто человек опять «принял» чуть-чуть наркотика.



Что происходит, когда пробуешь крупинку сахара? Хочется БОЛЬШЕ. А что происходит, если человек опять получает чуть-чуть того же наркотика? Он хочет БОЛЬШЕ. Таким образом, человек может хотеть наркотиков даже годы спустя после прекращения их приема.

Прием наркотиков нельзя контролировать

Как только человек знакомится с мнимым удовольствием от наркотиков, в нём начинают происходить постепенные, но необратимые изменения.

Изначально он принимает наркотик редко, рассматривая это как некое радостное событие. Очень скоро появляется система, то есть регулярное употребление. Например, сначала только по субботам, потом – через день, затем уже каждый день. И так доходят до нескольких раз в день.

Игра под названием жизнь, где есть любовь, радость от общения, от достижения целей, от созерцания прекрасного, постепенно перестает существовать. Появляется только одна цель – принять наркотик.

Все то прекрасное, что есть в жизни, не просто уходит на второй план – все радостные и яркие моменты постепенно становятся серыми, тусклыми, неважными.



Наркотики и гепатит С

Помимо того, что наркотическая зависимость сама по себе считается, по мнению врачей, неизлечимым заболеванием, человек, употребляющий наркотики, также попадает в группу риска заражения таким заболеванием, как гепатит С.



Гепатит С сами наркозависимые называют «ласковым убийцей». Эта болезнь поражает печень. Само заболевание может долгое время никак себя не проявлять. Но в какой-то момент состояние печени резко ухудшается, она воспаляется, перестает нормально функционировать. Затем заболевание переходит в стадию цирроза – это безвозвратное повреждение печени, которое не лечится. С таким заболеванием человек живет очень недолго.

Наркотики и ВИЧ

Вместе с наркотиками рука об руку идет такая болезнь, как ВИЧ-инфекция. Основная группа риска, у которой есть все шансы заболеть этой болезнью, – наркозависимые. Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) может передаваться через повторно использованные шприцы, через кровь. Само заболевание может быть диагностировано только спустя несколько месяцев после инфицирования. За это время наркоза-



висимый может успеть заразить ещё много людей. ВИЧ поражает иммунную систему человека. Что без должного лечения переходит в стадию СПИД. Из-за этого организм перестает бороться с остальными инфекциями. В итоге больной может умереть от простого гриппа, который без особых проблем можно было бы вылечить

Полная деградация от наркотиков

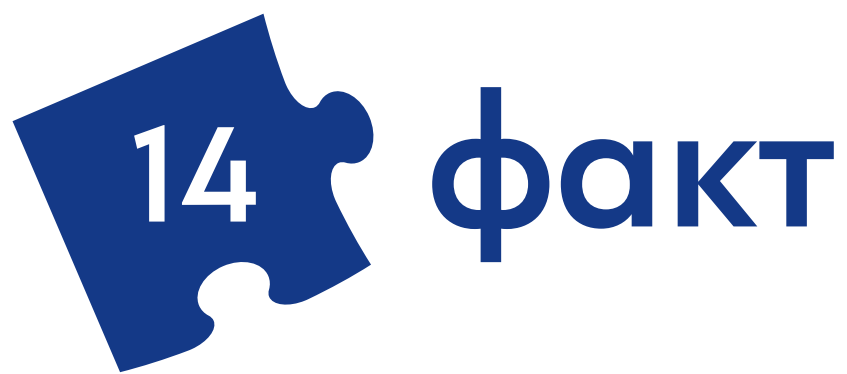
У человека, который начал употреблять наркотики, уходит творческое мышление, интеллект, сила и выносливость. Он перестает честно работать, он может начать воровать или стать закладчиком. Оба пути в итоге приведут в тюрьму.

Такой человек не в состоянии понять простую истину: объявления о поиске закладчиков приходят огромному количеству людей каждый день.



Там обещают «легкие» большие деньги. Человек думает, что он вытянул золотой билет, с помощью которого реализует все свои «хотелки». Вот только он не задает себе главный вопрос: «А куда делись предыдущие закладчики?»

«Жизнь» закладчика длится от одной закладки до нескольких месяцев – в среднем, всего два месяца. Потом такого человека ловят правоохранительные органы, и он отправляется на скамью подсудимых.

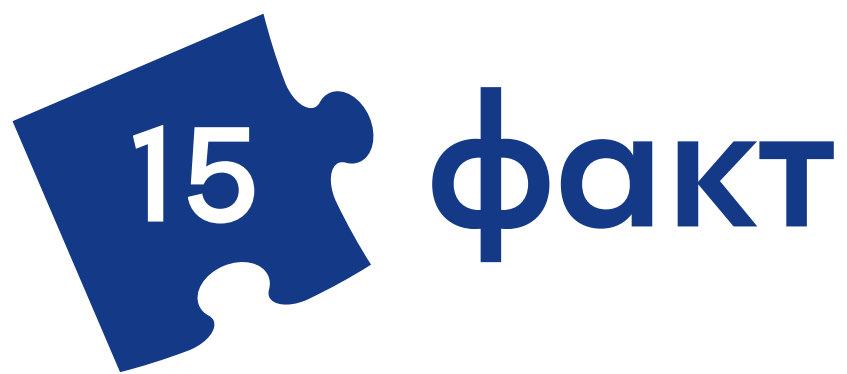


Статья 228 Уголовного кодекса РФ

В Уголовном кодексе РФ есть статья 228, которая предусматривает ответственность за незаконное приобретение, хранение и распространение наркотических веществ. Покупка и хранение даже небольшого количества может повлечь за собой реальное лишение свободы.

Любая передача наркотиков другому человеку – например, за деньги, в качестве благодарности, возврата долга или просто «угощения» либо при разделе совместно купленного товара – квалифицируется как сбыт наркотического средства. Все это влечет серьезные последствия и гарантированное лишение свободы на срок от 5 лет.

Статья 228 УК РФ позволяет привлечь к ответственности даже тех, кто хотел употребить наркотик и перечислил для этого деньги своему товарищу, который самостоятельно покупал наркотик и хранил его у себя. Человек, осужденный по статье 228 и отбывающий наказание в местах лишения свободы, не сможет выйти раньше назначенного срока по условно-досрочному освобождению или по амнистии.



Задержанные по наркотическим статьям

Когда человека задерживают по наркотической статье, это большое потрясение и горе для всех его родственников. У старших членов семьи, особенно у бабушек и дедушек, могут возникнуть острые проблемы со здоровьем – инфаркт, инсульт (вплоть до смертельного исхода).

В 90% случаев по месту жительства задержанного будет проведен обыск. Обыск будет проводиться с собакой, в удобное для сотрудников полиции время – независимо от того, есть ли дома родственники или нет. Понятыми обычно выступают соседи. Так о преступлении немедленно узнают многие.

Сразу же после задержания по делу о наркотиках человека могут поместить в следственный изолятор (СИЗО) на весь срок следствия – то есть от 2 месяцев до года. После СИЗО и суда его обычно направляют в колонию строгого режима.

Иностранцы и лица, у которых отсутствует местная прописка, помещаются в СИЗО в 100% случаев.

Как быть если вам предлагают наркотики

Будьте уверены, что те, кто предлагают вам наркотики, не являются вашими друзьями. Даже если вы знаете друг друга с первого класса, и когда-то вместе играли в прятки или занимались боксом или гимнастикой. Не верьте им – это настоящие враги. У таких людей есть только одна цель – сделать вас слабым. Если вы окажетесь в такой ситуации, не спорьте и не пытайтесь им что-то доказать. Они будут манипулировать вами и играть на ваших ценностях или слабостях. Например, будут говорить, что вы просто трус или что вы больше не друг. Возможно, вам расскажут историю о том, как наркотик сделает из вас суперчеловека. Все это ложь. Не верьте и не поддавайтесь на уговоры. Просто спокойно скажите: «МНЕ ЭТО НЕ ИНТЕРЕСНО!» После этого уходите. Уходите как можно быстрее. Вы не знаете, возможно, в этот момент подойдут сотрудники полиции и начнут проверять вас, поскольку за этими людьми уже давно наблюдают и ждут удобного случая.



Статистика преступлений

В ноябре 2022 года Минздрав заявил, что наркотической зависимостью в РФ страдает около 400 тысяч человек. Но представленная статистика учитывает лишь тех, кто стоит на учете. По данным проекта «Трезвая Россия», реальная ситуация куда страшнее: в 2023 году количество людей с пристрастием к запрещенным веществам приближается к 6 миллионам, а это 3,5% от численности населения страны.

По данным от Агентства правовой информации, за 2023 год в России было возбуждено 555 743 уголовных дел. Из них по статье 228 было осуждено 144 746 человек, то есть 26% всех уголовных дел приходится на наркопреступления. Также в 2023 году было совершено 3 893 преступления в состоянии наркотического опьянения и 129 526 – в состоянии алкогольного опьянения. Грустная статистика. Не присоединяйтесь к ней.

Живите трезво и счастливо

Если вы дочитали до этой страницы, значит мы не зря старались. И смогли донести до вас информацию, которая будет вам полезна и побудит задуматься над этим вопросом: «Стоит ли?».

Мы вам ответственно можем сказать, что лучший выбор – это жить честно и трезво.

Ходите в спортзал или в бассейн. Будьте сильными и активными. Развивайтесь, читайте литературу, обучайтесь. Поставьте себе огромную цель и идите к ней, несмотря ни на какие преграды и трудности. Двигаясь шаг за шагом к этой цели, преодолевая барьеры, вы будете становиться более сильным, образованным и уверенным в себе. Каждый преодоленный барьер на пути к цели – это ваша победа в игре под названием жизнь. Единственный путь к счастливой жизни – это преодолевать трудности и побеждать.

Вспомните, как вы победили в соревновании или самостоятельно решили какую-то проблему. Вспомните, каким счастливым и уверенным в себе вы были. Так и продолжайте идти по жизни победителем. Никакой наркотик или алкоголь никогда не даст вам такого удовольствия, как достигнутая цель.

Используемые материалы

1. **И. В. Стрельчук, доктор медицинских наук.** Клиника и лечение наркомании [текст]. МЕДГИЗ, 1949 г. – 215 с.
2. **Дж. Меркола.** Клетка «на диете». Научное открытие о влиянии жиров на мышление, физическую активность и обмен веществ [текст]. «Э»; Москва; 2018 г. – 188 с.
3. **Э. Джексон, Р. Шумейкер, Н. Лариан и Л. Кассис.** Жировая ткань как место накопления токсинов [текст]. Университет Кентукки, кафедра фармакологии и диетологии, 2018 г. – 82 с.
4. **В. Н. Холдин, внештатный специалист Минздрава МО.** Как алкоголь вымывает витамины из организма [электронный ресурс]. <https://mz.mosreg.ru/sobytiya/novosti-ministerstva/narkolog-rasskazal-kak-alkogol-vymyvaet-iz-organizma-vitaminy>
5. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 №63-ФЗ (ред. от 28.12.2024) (с изм. и доп., вступ. в силу с 08.01.2025)
6. Медицинская энциклопедия, раздел «Инфекционные болезни» [электронный ресурс]. <https://medportal.ru/enc/infection>

ДОРОГОЙ ДРУГ! ПРОЧИТАЙ И ПЕРЕДАЙ НУЖДАЮЩИМСЯ!

Цель благотворительного фонда
«Защити детей от наркотиков» —
это здоровая Россия,
свободная от наркотиков.

Что мы делаем:

- организуем антинаркотические беседы в школах и других учреждениях;
- распространяем антинаркотические брошюры;
- организуем антинаркотические мероприятия.



Внести пожертвование

Откройте приложение
мобильного банка
и выберите
«сканировать QR-код»



Сайт: <https://drugfree.ru>
<https://vk.com/drugfreee>
Telegram: @Bf2275020
Телефон: 8 (495) 227 50 20
WhatsApp: 8 (985) 227 50 20
Email: 2275020@bk.ru

Автор-составитель: Кобзев Е.Ю.