

**Это должен знать каждый:**

**1 Отказаться от наркотиков можно, но только в первый раз.**

Даже первая доза способна вызвать очень сильный эффект привыкания (зависимости)

**2 Наркомания -хроническое заболевание , и оно продолжается до конца жизни.** Возможна лишь приостановка потребления (ремиссия). При этом болезнь как бы дремлет и может возобновиться в любой момент. Наркотик «умеет» ждать.

**3 Наркотики делают человека слабым и безвольным.**

Помни: наркотик сильнее тебя, ты всегда проиграешь ему. Даже если на некоторое время бросишь, он уже не позволит тебе уйти. Лечение наркомании очень редко приводит к полному выздоровлению : психологические и личностные изменения не восстановимы. Наркомания – болезнь не только тела, но и души, духа. Сначала она поражает совесть (свойство души) и волю (свойство духа), и человек уже не может и не хочет выбирать что -либо сам, а управляется наркотиком. Сначала ты пробуешь наркотик, потом наступает зависимость , далее наркомания поражает организм.

**4 Наркотики нарушают познавательные способности человека.**

Они затрудняют обучение, лишают способности и желания работать. В первую очередь страдает краткосрочная («оперативная») память. Становится трудно соображать и правильно выражать свои мысли.

**5 Наркотики дают фальшивое представление о счастье.**

Искусственная «радость» заменяет общение, дружбу, любовь.

**6 Наркотики разрушают семью.**

Кто сам в плену, тот не может заботиться о близких, воспитывать детей.

**7 Наркотики разрушают дружбу.**

Тому, кто «дружит» с наркотиками, друзья не нужны, а нужно только использовать людей в собственных интересах. Наркоман , по сути, - предатель, он предает сначала себя, потом близких. Со временем для него уже нет ничего и никого дороже наркотика. Привычка предавать делает характер лживым. Такому человеку нельзя доверять или положиться на него в трудную минуту. И кто же захочет с таким дружить?

**8 Наркотики ставят под угрозу будущее.**

Наркоману не нужны ни учеба, ни работа, ни достижения, ни любовь, ни семья , ни близкие люди, а нужен только «кайф». Его ждет больница, тюрьма или смерть.

**9 Наркотики -причина многих заболеваний.**

От разрушения клеток мозга, слабоумия, шизофрении, поражения печени, легких, сердечно-сосудистой, нервной, половой систем до заражения гепатитом, СПИДОМ и другими смертельными заболеваниями. Причем это не зависит ни от вида наркотиков, ни от способа их употребления. Финал всегда один. Это только вопрос времени.

**10 Наркотики – причина уродства у детей.**

Даже один прием некоторых наркотиков меняет генетический код человека, не говоря уже о периодическом, и впоследствии, постоянном употреблении.

### **11 Наркотики приводят к несчастным случаям.**

Рассеянность внимания, нарушение координации движения и ориентации в пространстве часто становится причиной ДТП, бытовых и производственных травм, смертельно опасных авантюр, несут угрозу жизни и здоровью других людей.

### **12 Наркотики укорачивают жизнь.**

Если хронический алкоголик иногда доживает до третьей стадии алкоголизма (по медицинской классификации), то для наркомании стадий вообще не существует. Постоянная потребность повышать «дозу» приводит к необратимым последствиям.

### **Способы отказа от предложения попробовать наркотические вещества.**

1 Выбрать союзника: поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

2 "Перевести стрелки": сказать, что вы не принуждаете никого из них что-то делать, так почему же они так назойливы?

3 Сменить тему: придумать что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (например, пойти в спортзал, в кино, на танцы и т.д.).

4 Сказать, что как-нибудь в другой раз...

5 "Задавить интеллектом": если они убеждают, что это безвредно, указать, на то, где они врут или просто не знают последствий (для этого нужно знать, чем вредны наркотики).

6 Упереться: отвечать "нет", несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.

7 Испугать: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например, "поймают", "заболеем гепатитом, СПИДом" и т.д.).

8 Обходить стороной: если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики, просто обходить ее стороной.

### **Чем страшны наркотики для организма?**

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, мозг, половую систему, печень и почки. Как правило люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не более 10 лет. Большинство умирает раньше. Весьма распространены случаи, когда люди, употребляющие наркотики, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества. Поскольку наркоманы пользуются нестерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь – СПИД, гепатит и другие. От этих болезней умирают еще раньше.