

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ВОЛГОГРАДСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»,
ВОЛГОГРАД**

МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМЕ:

«Профилактика употребления современных наркотиков»

РАЗРАБОТАН:

врачом – методистом

Евстигнеевой Ю.В.,

врачом – методистом

Стрепетковой Е.Б.

Рекомендован к использованию

методическим советом

ГКУЗ «ВОЦМП»

План беседы

I. Введение.

II. Основная часть.

1. Почему начинают употреблять курительные смеси и соли?
2. Самые распространенные смеси.
3. Как выглядит этот наркотик .
4. Поставки.
5. Первые приметы употребления смесей.
6. Эффекты при употреблении спайсов, содержащих JWH.
 - A. Признаки периодического употребления спайсов.
 - B. Признаки того, что человек находится под спайсом.
7. Эффекты при употреблении спайсов, содержащих психотропные вещества.
8. О зависимости.
9. Передозировка.
10. Когда надо вызывать скорую помощь?
11. Реабилитация.

III. Заключение.

I. Вступление

В последние годы, из Китая в Россию заходит непрекращающийся поток новых наркотиков, расходуется по стране почтовыми отправлениями, а непосредственная торговля ведется через сеть интернет. Названия этих наркотиков на сленге – «спайсы» и «соли». Продавцы обещают повышенную работоспособность, легкость во всем теле, хорошее настроение и многое другое. Вот только они умалчивают об одном небольшом обстоятельстве – эта травяная смесь является одним из самых опасных курительных наркотиков.



Основные потребители — молодежь от 15 до 30 лет. В настоящее время по России курительные смеси и соли употребляют 3 млн. человек. Ежегодно умирают до 70 тыс. молодых людей, употребляющих наркотики. Потребители – люди



из благополучных семей и не очень, из бедных и из богатых. Любимые психологами формулы типа «недостаток или переизбыток родительского внимания, трудное или шоколадное детство и т.п.» к наркоману не подходят. Искать там какие-то причины в семье и социуме, думаю, напрасная трата времени. Причина массовой наркомании - в доступности наркотиков. И наше старшее поколение, в отличие от поколения юного, не страдает массовой наркоманией вовсе не в силу своего воспитания, а потому, что для нас эта зараза была практически недоступна. У нынешних молодых наркотики всегда под рукой, и как избавиться от них страну - этого никто не знает.

Бороться со спайсами сложно, потому что их с запозданием включают в список запрещенных, распространение происходит через интернет, и организаторы сами не прикасаются к наркотикам. Ситуация осложняется еще и тем, что на эти виды наркотиков, в России не существует тестов, поэтому, тестирование проводимое сегодня в учебных заведениях, совершенно не отражает реального положения дел.



И пока есть спрос на наркотики, будут и поставщики. Нужно, чтобы молодежь осознанно отказывалась от наркотиков. Тогда проблема исчезнет сама собой. Только порой очень сложно убедить людей отказаться от употребления наркотиков. Люди-то очень разные. Иных убеждать не надо,

сами не станут пробовать. Других – никакие доводы не помогут. Потому пока вся надежда только на расторопность силовиков.

Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не ВАС. Запомните – наркотики не выбирают: сын учительницы вы, или дочь генерала.

ПРИМЕР. Шестнадцатилетняя студентка московского художественного колледжа Аня не знала, что такое «спайс». Она доверилась другу (можно ли теперь его так назвать?), который предложил ей попробовать новую сигарету. Приятель сказал, что это не наркотик, а ароматический табак. Аня попробовала...



После первых затяжек ей сразу стало плохо, и она побежала домой. «Друг» не стал волноваться. Усмехнувшись, бросил вслед: «Ничего, назад прибежишь». Но Ане становилось хуже, галлюцинации и видения преследовали ее. Дома она кричала и звала на помощь. Мама была в командировке, а бабушка не смогла понять, что происходит. И девушка попыталась убежать от своих страшных видений. В какой-то момент девушка резко встала с кровати, сильно схватила бабушку за лицо руками и бросилась прочь из квартиры. На лестничной площадке 9 этажа было раскрыто окно, Аня вышла с 9 этажа...

II. Основная часть

1. Почему начинают употреблять курительные смеси и соли?

Во-первых, они дешевле своих запрещённых аналогов;

во-вторых, молодежь в силу своего юного возраста и неопытности просто жаждет экспериментов, считают, это - легальные наркотики, которые лучше пива, водки, марихуаны, кокаина или героина. Они совершенно безвредны, раз общедоступны.

в-третьих, «Спайс» не имеет характерного запаха. Ваш близкий может употреблять его прямо у вас «под носом» и вы ничего не будете замечать, пока он не выдаст себя своим поведением;

в-четвертых, из-за легальности торговцы не боятся продавать «Спайс» всем подряд, даже детям.



2. Самые распространенные смеси

Самые распространенные среди молодежи наркотики — курительные смеси **JWH** («план», «дживик», «спайс», «микс», «трава», «зелень», «книга», «журнал», «бошки», «головы», «палыч», «твердый», «мягкий», «сухой», «химия», «пластик», «сено», «липкий», «вишняя», «шоколад», «россыпь», «дым», «зеленый флаг», «плюха» и т.д.) являются синтетическими аналогами каннабиноидов, но в несколько раз сильнее.



3. Как выглядит этот наркотик

Похож на сахарную пудру, кристаллический порошок от ярко белого до темного цвета. **JWH** - это реагент (напоминает по внешнему виду соду). Его разводят разными способами, и наносят (опрыскивают) на «основу». Чаще всего «основа» - обычная аптечная ромашка. Может быть, мать-и-мачеха и вообще любая аптечная трава. Иногда, для вязкости перемешивают в миксере с черносливом или табаком для кальянов. Но, молодые потребители, как правило, берут готовый наркотик.



Самый распространенный способ употребления курительных смесей — с использованием маленькой пластиковой бутылочки с дыркой (если такие бутылочки с прожженной дыркой находят в школьных туалетах, это самый верный признак того, что в школе употребляют наркотики). Так же, смеси иногда курят через разные трубочки. Их, как правило, держат при себе, и они имеют очень неприятный запах. Иногда, прежде чем зайти домой, подросток оставляет такую трубочку в подъезде (в щитке).



4. Поставки (рекомендуется не акцентировать внимание на подробном алгоритме приобретения наркотика в подростковой аудитории).

Покупают эти наркотики или через интернет, или у сверстников. Как правило, подросток заходит на известные сайты, получает контакт, делает заказ, оплачивает через терминал, ему сообщают, где забрать спрятанные наркотики. На сленге - «поднять закладку», «найти клад».



Зачастую, информацию считывают со стен домов, когда видят надписи: "Легал", "Микс", "Куреха", "План" и т.д. и номер «аськи», реже — телефон.

Для подростков это все представляется интересной игрой. Те, которые начинают торговать наркотиками в школе, сразу же становятся заметны. У них появляются дорогие телефоны, планшеты, ноутбуки, они лучше одеваются. К ним обращаются старшие. Они становятся негативными лидерами, и, как правило, у позитивно настроенных детей не хватает аргументации эту ситуацию переломить.

5. Первые приметы употребления смесей

У подростков, начинающих употреблять смеси, меняется поведение. Основная примета - подросток начинает пропускать уроки, снижается успеваемость, вообще перестает ходить в школу, может исчезать из дома на несколько дней. Лжет. Появляются друзья, о которых не рассказывает. При разговоре с ними по телефону уходит в другую комнату, или говорит, что перезвонит позднее. Появляется раздражительность до ярости, не отдают себе отчета в происходящем, могут броситься даже на близких людей. Уходит от любых серьезных разговоров, от контакта с родителями, отключает телефоны. Неопрятен. Думает долго, постоянно просит деньги, залезает в долги, начинает тащить из дома. *Общаются свысока, с гонором. Часто держат при себе глазные капли «Тропикамид», «Метрицил», «Цикломед (которые используют для продолжения действия).*



Ни один из употребляющих курительные смеси **не считает себя наркоманом**. У них **отсутствует самокритика**.

6. Эффекты при употреблении спайсов, содержащих JWH

А. Признаки периодического употребления спайсов

- Кашель без простуды, хриплый голос (спайсы обжигают слизистую рта и горла);
- Жажда (сухость и жжение во рту и горле);
- Покраснение глаз;
- Мушки перед глазами;
- Бледность;
- Светобоязнь (повышенная чувствительность слизистой глаза к дневному свету).



В. Признаки того, что человек находится под спайсом

Действие наркотика может длиться от 20 минут до нескольких часов.

- Учащенный пульс;
- Дефекты речи (заторможенность, растянутая речь);
- Нарушение координации движения (непроизвольные движения головой, конечности);
- Приступы смеха;
- Застывание в одной позе (при галлюцинаторном состоянии – все внимание сосредоточено на собственных переживаниях);
- Бред и галлюцинации.



7. Эффекты при употреблении спайсов, содержащих психотропные вещества

В молодежной среде популярны и более страшные наркотики, содержащие психостимулятор MDPV («соли», «легалка», «скорость», «свист» и т.д.) Опасность этих наркотиков заключается в доступности, простоте употребления (нюхают, режут, курят, разводят в любой жидкости и пьют, вводят в вену). К эффектам выше перечисленным присоединяются:



- **Обезвоживание** (сухая кожа, потрескавшиеся губы, носовые раковины)
- **Полное отсутствие сна**
- **Отсутствие аппетита**
- **Невероятный прилив энергии** (желание двигаться, что-то делать, все действия, как правило, непродуктивны). **Желание делать какую-то кропотливую работу** (например, разбирать сложные механизмы)
- **«Дикий» взгляд. Тревожное состояние** («ощущение, что за ним следят или пришли», думают, что на них кто-то охотится, «боятся, что их похитит кто-нибудь»).
- Говорят высокомерно, с **гонором**
- **Бредовые идеи** (как правило, управлять миром)
- **Галлюцинации** (как правило, слуховые, но возможно и зрительные – например, «видят на крышах снайперов или висящий в воздухе вертолет»).
- Вне приема наркотиков - чрезмерная сонливость (спят по несколько суток). Сильный упадок настроения, депрессия, суицидальные настроения.

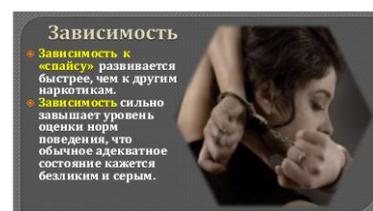


- Позднее – резкая потеря веса (до 10 кг в неделю). Как побочный эффект — лицо покрывается угревой сыпью, прыщами.

«После укола моментально появляется эйфория и легкость, — вспоминает бывший наркоман Илья, - страшно тогда, когда этот эффект уходит. Так страшно, что хочется бежать куда-нибудь. Но если вовремя сделать еще укол, то страха не будет. Живешь от укола до укола. Не больно, а очень страшно. Паника».

8. О зависимости

Сначала хватает одной-двух затяжек. Затем увеличивается частота употребления. Потом доза. Процесс идет быстро. Позднее, начинают курить неразведенный реагент. С этого момента наркоман уже не может обходиться без смеси и испытывает невероятный дискомфорт и беспокойство, если наркотика нет при себе. **Зависимость к спайсу развивается быстрее, чем к другим наркотикам, героину, например.**



Влечение или "тяга", которая сопровождает героинового наркомана на протяжении всей жизни, без специализированного лечения не исчезнет даже после долгих лет прекращения употреблять героин, а только обретает приступообразный характер. Выжившие наркоманы с приличным стажем, употребляют наркотик не для удовольствия, а чтобы хоть как - то выживать.

"Соль", такого состояния не вызывает, но рождает огромное желание снова и снова испытывать кайф всемогущества, побеждать бессилие, страх и подавленность. **"Солевая" зависимость настолько сильно завышает уровень оценки норм поведения, что обычное адекватное состояние с его обычными радостями кажется безликим и бессмысленным, серым.** Ущерб организму и психике КОЛОССАЛЬНЫЙ! «Кайф», как таковой, отсутствует - есть только измененная реальность.

9. Передозировка

Передозировки возможны, так как дозу сложно просчитать (разные продавцы, составы, концентрация).

JWH

- развитие острого психоза (с бредом, галлюцинациями и психомоторным возбуждением);



- нарушения сердечной деятельности (резкое повышение, затем падение артериального давления, учащенное сердцебиение);
- острая дыхательная недостаточность;
- в некоторых случаях (4-5% больных) развивается острая почечная или печеночно-почечная недостаточность.

MDRPW

- повышение температуры более 40-41° С;
- развитие отека мозга;
- острая дыхательная и сердечно-сосудистая недостаточность;
- больной умирает через несколько часов. Летальность очень высокая.

10. Когда необходимо вызвать «Скорую помощь»?

Если же вы видите человека, который застыл в одной позе надолго - до получаса, либо бредит и разговаривает с кем-то, кого нет рядом, смеется без причины, замедленно, заторможено двигается и реагирует, непроизвольно жестикулирует или дергает конечностями - необходимо срочно вызывать скорую помощь. Вероятно, что это воздействие спайсов, и тогда пострадавшему требуется оперативная медицинская помощь, ведь такие приступы часто завершаются летальным исходом.

Достаточно одного показания:

- Сознание отсутствует вообще (или пострадавший может реагировать только на боль).
- Боль в груди
- Судороги
- Температура более 38° С;
- Сильное сердцебиение
- Агрессия



Употребление курительных смесей — частая причина подростковых **суицидов**. Как правило, выходят из окон. Это не значит, что подросток хотел свести счеты с жизнью, возможно, он просто «хотел полетать» в результате своих галлюцинаторных ведений.



И еще. В 99% случаев употреблять курительные смеси начинают те, кто уже курит **сигареты**. **Алкоголь** (даже пиво), усиливает действие наркотика. Нарушается работа вестибулярного аппарата, теряется



пространственная и временная ориентация, нарушается память (амнезия).

Пример. Трагедия произошла летом: двое парней, обкурившись, «искромсали» приятеля ножом. Тревогу подняли соседи - из квартиры доносился неадекватный хохот. Милиция, выбившая дверь, застала жуткую картину: двое парней сидели на кровати в крови, а третий с выколотыми глазами валялся на полу. Смеялся и орал песни. Когда парни пришли в себя, ничего вспомнить не смогли - провал в памяти.

11. Реабилитация

Добросовестные наркологи честно говорят, что не знают что делать.

Из опыта нарколога:

«Солевых на реабилитации много. Приходят в себя очень долго. «Яснеет в глазах» на третий - четвертый месяц, в это период обостряются имеющиеся болезни и появляются новые. Большинство продолжает думать только о наркотиках. Некоторым снится во сне, что он под их воздействием. Выйдя из центра, стараются употребить в первый же день. Когда через день-два привозят обратно, все видят, как стремительно человек деградировал. Убежден, что в большинстве случаев, систематическое употребление MDPW приводит к необратимым последствиям. Методик работы с солевыми нет. Пока вижу единственное — закрытое помещение, и отсутствие доступа наркотиков. Это шанс. И каждый день, проведенный без наркотиков, к шансу что-то добавляет».



Случай в Кировской области. «У дверей кировского наркодиспансера стояла зарезанная женщина. Внутри ее не пускали, был еще не приемный час. Как выяснилось, три дня назад у этой женщины потерялся 22-летний сын Игорь. А сегодня он отыскан в этом самом диспансере среди тех, которых в последнее время сюда доставляют «пачками» - по выражению санитаров. В Киров, как и во многие города России, завезли новые курительные смеси, от которых наркоманы мигом теряют разум, а то и жизнь. Игоря подобрали где-то на улице, бьющегося в конвульсиях в грязной луже. Лишь на четвертый день парень пришел в сознание и сказал докторам, как связаться с матерью.



Наркоманом, по словам женщины, Игорь стал в армии, из которой вернулся три года назад. Служил в Бурятии. Причем парень стал не только

наркоманом, но и наркоторговцем. Буквально на днях, его должны осудить и посадить лет на десять. Про посадку в тюрьму мама Игоря говорит уж без слез, спокойно: «**Скорей бы сына в тюрьму забрали, может там человеком станет**». На тюрьму у матери последняя надежда – может, хотя бы там сын вернется к здоровой жизни, будучи отлученным от наркоты. До армии Игорь был жизнерадостным, видным парнем. Всерьез занимался музыкой, и преподаватели пророчили ему замечательную карьеру на этом поприще. Наркотики погасили всякий интерес к жизни. Придя на «гражданку», Игорь ни дня не работал, не встречался с девушками. Музыкальные инструменты продал в обмен на наркотики. Он также вынес на продажу из дому многие вещи. Никакие воспитательные беседы, ни походы по клиникам не помогают. Игорь сам не желает бросить. В момент обострения он закатывает истерики, просит денег. Благо, отец у Игоря - мужик крепкий. Вдвоем с матерью они просто вяжут сына и тот через несколько дней умирится. Все это происходит на глазах четырнадцатилетнего брата Игоря. Все слышат соседи и стараются не общаться с этой семейкой. Чтобы добывать наркоту, Игорь стал работать курьером. Развозил «спайсы» потребителям. Еще в январе этого года Игоря поймали силовики, когда парень прятал «спайс» для покупателя у подъезда за доской объявлений. Взяли с него подписку о невыезде и отпустили до суда восвояси. Суд, напомним, лишь в октябре. После лета, по словам мамы, Игоря ловили еще два раза при закладке наркотика, но отпускали, поскольку найденные при нем дозы были невелики.

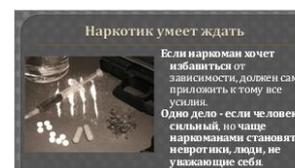
Наркотик умеет ждать

(рассуждения врача-нарколога)

«Наркомания неизлечима. Это вам скажет всякий честный нарколог. Но если с человеком **правильно поработать, можно дать ему установку** на отказ от наркотиков на всю оставшуюся жизнь. **Не каждый выдержит, но многие завязывают.** Я, бывает, встречаю людей, с которыми работал еще 10-15 лет назад и которые с тех пор ни разу не срывались. **Главное, человек должен помнить, что наркотик умеет ждать.** Можно и через 30 лет, полагая, что все прошло, взять и попробовать, и все, пропал человек.



В России наркомания куда опаснее, чем, например, на Западе. Там очень хорошие центры реабилитации, где с больными долго



работают разные специалисты. У нас этого нет. У нас наркоман, **если хочет избавиться, должен сам приложить к тому все усилия**. Как это не грустно звучит, но в России от наркомании избавляет порой тюрьма. Наркоман там подолгу не потребляет и к нему является осознание. Ко мне иногда приходят «доктор, я только освободился, боюсь сорваться». Вижу, если человек честен перед собой, то берусь помочь. **Одно дело - если человек сильный, но чаще наркоманами становятся невротики, люди, недовольные собой и не уважающие себя**. С такими надо работать плотно и долго. Но в России, повторюсь, нет таких возможностей.

II. Заключение

Может показаться, что многое из вышесказанного - преувеличено. Но, к сожалению, это именно так. Это факты! Многие люди просто не сталкиваются с этим. Или знакомы с более «мягкими примерами» деградации личности и физического истощения вследствие употребления «легальных наркотиков». Ведь, если днём на небе не видно Луну, это вовсе не значит, что её нет!

Всё описанное имеет место. И, если не приведи Бог, ваш близкий употребляет наркотики (особенно, так называемые, «легальные») или вы подозреваете его в этом, не обманывайте себя - примите меры! Потом может быть слишком поздно. Это всё не так безобидно, как может показаться. Только за сегодняшний день от «легальных наркотиков» погибло больше людей, чем от огнестрельного оружия! Это тоже были чьи - то сыновья, жёны, дочери, братья, сёстры, мужья.

Вы должны защитить себя сами. Кроме нас этого никто не сделает. Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас.



Список литературы:

1. Л.П. Николаева Д.В. Колесников «Уроки профилактики наркомании в школе».
2. З.Горанская С.В. Баранова О.С. «Выбираю жизнь». Учебно - методическое пособие.
3. Потемкин Г.А. Семенова И.И. Латышевская Н.И. Султанов Л.В. и др. Сборник учебных элементов «Твое здоровье». «Твое здоровье и наркотики».
4. Sigerata Stop.ru toksicomania – poslestvia (Электронный ресурс)
5. Культура здоровья. Под руководством Гусейновой С.А.
6. <http://www.bazoy.ru/articles/65-salts.html>
7. dercenter.ru/spajs-kuritelnye-smesi/
8. <http://sond.medlan63.ru/index.php?id=102>
9. <http://psg-one.by/uploads/health/doctor->