

САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

ГУ "Гродненский областной центр гигиены,  
эпидемиологии и общественного здоровья"

*ЧУВСТВУЮ...*

**Скажи...** *люблю...*

*Я живу!!!*

**СТОП НАРКОТИКАМ!**

*Мир прекрасен...*

*дай себе возможность доказать это!*

**Беларусь**

**БЕЗ НАРКОТИКОВ!**

**Куришь спайс?  
Потребляешь психотропы?  
Это по-твоему модно?**

**Stop  
Spice**



✓ Химические реакции на «СПАЙС» или «МИКСЫ» приводят к разрушению головного мозга и необратимым процессам в центральной нервной системе, вплоть до шизофрении, уже после первой сигареты или употребления психотропа. Находящийся под действием наркотика превращается в «овощ», полностью теряет связь с реальностью, что также может привести к трагедии.

✓ Курительные смеси и марки – это первый шаг к более тяжелым наркотикам.

**Не убивай себя!**

**Не теряй лучшие годы!**



**Незаконные без цели сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров или аналогов наказываются вплоть до лишения свободы на срок от 2 до 5 лет, те же действия, совершенные с целью сбыта или незаконный сбыт наркотиков заведомо несовершеннолетнему, либо территории учреждения образования – на срок от 8 до 15 лет.**

**За незаконный сбыт наркотиков ответственность наступает с 14 лет.**

# Умей сказать «Нет!»

(памятка для подростка)

**Наркомания** – тяжелое хроническое заболевание, которое приводит к множеству негативных явлений. Если тебе предложат наркотики, сможешь ли ты отказаться? Помни, что лучше предотвратить болезнь, чем потом ее лечить!

## Просто скажи "НЕТ!"

- Правильно мотивируй причину отказа: *«Мне это не нужно», «Я не хочу вредить здоровью», «Это опасно для меня».*
- Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться. Распространители наркотиков очень изощренны, их задача – получить прибыль, вовлекая все больше людей.
- Умей развлечь себя другим способом. Например, спорт – лучше, чем наркотики.
- Умей выбирать друзей: настоящие друзья не предложат наркотики.
- Можно просто сказать **«НЕТ»** и уйти.
- Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.



**Моя жизнь - мои правила.  
Мой выбор - жизнь без наркотиков.**



**Действие курительных миксов на человеческий организм в 5-10 раз сильнее, чем растительных препаратов, содержащих в своем составе наркотические вещества.**

**Практически сразу после их принятия наступают мощнейшие галлюцинации.**

**Реакции на «спайс» могут быть различными - страх, эйфория, смех, полная потеря контроля над действиями, удушье.**

**Кроме того, даже периодическое курение смесей становится причиной необратимых процессов в центральной нервной системе человека: от замедления мыслительной деятельности до депрессивных состояний.**

**Страдает психика. При употреблении «спайса» появляются тревога, рвота, чувство панического страха. Очень часто человек, покуривший «спайс», попадает в психиатрическую лечебницу.**

**Страдает весь организм в целом: легкие, печень, мозг и ряд других органов.**



## **ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ «СПАЙС»**

- расширенные или суженные зрачки;
- покраснение глаз;
- повышенная двигательная активность;
- нечленораздельная речь;
- резкая смена настроения;
- сухость во рту;
- повышение артериального давления, тахикардия.

**НУЖНА ПОМОЩЬ? ЗВОНИТЕ:**

Республиканская горячая информационная линия  
по вопросам лечения наркомании

**8-801-100-18-18**

# 5

**Стоп! Наркотик!**

информационная  
**ЛИСТОВКА**  
для родителей



## **СПАСЕМ НАШИХ ДЕТЕЙ!**

Если Вы выявили признаки употребления **СПАЙСОВ** (психотропных веществ или наркотиков) у Вашего сына или дочери, постарайтесь мягко, по-дружески поговорить с ребенком. Соберите максимум информации.

Сосредоточьтесь на **трех направлениях**, по которым Вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

Постарайтесь получить максимум информации о **ПРИЕМЕ** Вашим ребёнком **SPICE**: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности.

Узнайте побольше о том **ОБЩЕСТВЕ** или **КОМПАНИИ**, где ребенок пробовал курительные смеси, психотропные вещества.

Выясните, где в Вашем городе можно получить **СОВЕТ, КОНСУЛЬТАЦИЮ, ПОМОЩЬ, ПОДДЕРЖКУ**.

# 1 МАРТА

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С НАРКОМАНИЕЙ

**НАРКОМАНИЯ** - болезненное состояние, возникающее от приема наркотиков. Наркомания - это не только смерть от болезни или передозировки, но и распространение преступности, убийства и самоубийства.

**НАРКОТИКИ** - это вещества природного или искусственного происхождения, которые обладают свойствами изменять человеческое сознание. «Нарк» в переводе с древнегреческого - «stupor», «неподвижность», «беспмятство».

**НАРКОМАНЫ** - люди, употребляющие наркотики. Умирают наркоманы не дожив даже до среднего возраста, от передозировки препаратов, психозов, пневмоний, сосудистых поражений, воспаления сосудов, гепатита В и С.



ВЗВЕСЬ:  
НУЖНО ЛИ  
ПРОБОВАТЬ?

1. Ты будешь «свой» в определенном кругу.
2. Ты будешь получать «кайф».

**НО!**

1. Попробовав наркотик раз-другой, ты можешь к нему привыкнуть и перестанешь существовать как личность: разучишься правильно думать, чувствовать, не сможешь по-настоящему любить и радоваться жизни.
2. Будешь назваться изгоем для окружающих тебя людей.
3. «Кайф» - это временно, а потом начнется страшная ломка, ты будешь испытывать ужасную боль.
4. Станешь тратить на наркотики все свои деньги. Не исключено, что начнешь воровать.
5. Можешь заразиться ВИЧ/СПИД и другими инфекциями.
6. В твоём распоряжении 3-5 лет жизни, в лучшем случае, если «повезет», - лет 10-12, не больше.

Специалисты подсчитали, что зависимость от наркотиков развивается в 470 раз быстрее, чем от алкоголя. Подросткам для ее приобретения достаточно совсем небольшого времени от нескольких недель до нескольких месяцев.



**ЛЮБОпытство** - если ты не знаешь о последствиях своего выбора.

**Влияние компании** - если ты хочешь быть как все.

**ДАВЛЕНИЕ СО СТОРОНЫ** - если ты не знаешь, как отказать друзьям, знакомым, которые уже пристрастились к наркотикам.

**ЖЕЛАНИЕ «НАСОЛИТЬ»** - если ты пытаешься сделать это назло родителям, учителям или еще кому-либо.

**ЖЕЛАНИЕ САМОУТВЕРДИТЬСЯ** - если ты не знаешь других способов, чтобы доказать свою зрелость и самостоятельность.

**СКУКА** - если ты не можешь заполнить свое свободное время интересными делами.

**ПРОБЛЕМЫ** - если ты боишься трудностей.

