**ПРОФИЛАКТИКА**

**АЛКОГОЛИЗМА, ПИВНОГО АЛКОГОЛИЗМА,**

**ТОКСИКОМАНИИ И НАРКОМАНИИ**

*Информационный материал для сотрудников, кураторов, преподавателей, студентов и других заинтересованных лиц*

**Алкоголизм**

Большая часть людей употребляют алкоголь: кто-то умеренно – по праздникам и торжественным случаям, кто-то ежедневно.

**Алкоголизм** – это вид психического расстройства, которое проявляется не сразу. Поначалу у человека просто возникает желание выпить, затем ему требуется большее количество спиртного. В конце концов, отсутствие возможности принять алкоголь вызывает раздражение.

Второй этап развития алкогольной зависимости возникает, когда человек становится более выносливым к большому количеству спиртного. Он может даже терять контроль над количеством выпитого, и употребление алкоголя уже становится ежедневным и систематическим. Происходят запои.

Третий этап характеризуется увеличением количества спиртного до невероятного количества – более 3-х литров в день. После такой алкогольной атаки на организм у человека происходят изменения в головном мозге, что влечет за собой неотвратимые психические нарушения, например, «белую горячку». От алкогольного отравления страдают все органы. У алкоголика развиваются: алкогольная энцефалопатия, алкогольная кардиомиопатия, алкогольный гепатит, алкогольный панкреатит, алкогольный гастрит, алкогольный цирроз печени. Все это ведет к летальному исходу.

Многие считают, что алкоголиками становятся те, кто пьет много крепких спиртных напитков. Но это не так. Сейчас широко известно понятие «пивной алкоголизм». Это явление очень опасно для молодежи, так как ежедневное употребление пива для них стало практически нормой жизни. Молодые люди ошибочно считают, что этот слабоалкогольный напиток не вредит их здоровью. Еще опаснее то, что слабоалкогольные напитки употребляют и девушки, а ведь у женщин алкоголизм развивается намного быстрее, чем у мужчин.

При употреблении алкоголя страдают не только мозг и внутренние органы человека. Алкоголь разрушает витамины, поэтому признаки алкоголизма отражаются на внешности человека – появляются морщины, кода становится красновато-синюшной, отекшей. Волосы редеют и тускнеют. У алкоголика ухудшается зрение, падает работоспособность, происходит деградация личности. Без своевременного лечения алкогольной зависимости прогноз для таких больных совсем не утешительный.

**Алкогольная зависимость**

Как возникает алкогольная зависимость? Человек, выпивающий по бутылке пива в день, никогда не согласится с тем, что он алкоголик. Но будьте уверены – это алкоголизм в первой стадии. Если вы заметили, что часто думаете о том, что бы выпить, то у вас налицо первые признаки алкоголизма.

**Стадии алкоголизма**

Алкоголизм как заболевание появляется не в один день, он развивается постепенно. Поэтому наркологи ставят диагноз не по одному симптому, а рассматривая их в совокупности. Человек, который вчера еще был просто бытовым «пьяницей», на следующее утро не может проснуться алкоголиком.

Переход от бытового употребления спиртного к болезни под названием алкоголизм происходит постепенно, один симптом влечет за собой развитие следующего и так далее, стадии развития алкоголизма сменяют друг друга.



Начальная стадия алкоголизма  не дает в точности определить – это бытовое [пьянство](http://prozavisimost.ru/alkogolizm/vyvedenie-iz-zapoya-sposoby-trudnosti-lechenie.html) или алкоголизм, потому что человек преуменьшает или вовсе скрывает свое пристрастие к спиртному. Это тоже  является симптомом, носящим название диссимуляции. Она является не просто лживостью, хотя эта черта присуща алкоголикам, а сигнализирует об изменении личности человека под действием алкоголя. Эта лживость имеет узкое направление – больной утаивает именно те факты, которые каким-либо образом касаются пьянства, пусть даже без выгоды для себя.

**Какие факты обычно скрывают больные, зависящие от алкоголя?**

1. Дозы и частоту употребления спиртного алкоголика, значительно преуменьшающего количество выпитого, ничуть не смущает несоответствие его слов действительности. Он даже не задумывается о том, что реальное положение вещей легко проверить и опровергнуть.
2. Наличие тяги к алкоголю. Зависимые люди диссимулируют свое влечение к алкоголю.
3. Отрицание утраты контроля меры выпитого. Алкоголик понимает, что этот факт свидетельствует об алкоголизме, поэтому всячески его скрывает. Даже при регулярных передозировках спиртного и случаях тяжелейшего опьянения алкоголик утверждает, что знает меру и не бывает пьяным.

Один лишь симптом, свидетельствующий о наличии алкоголизма, больные не считают нужным скрывать – утрату рвотного рефлекса. А диагностическое значение его является очень важным. Как и при других заболеваниях, [симптомы алкоголизма](http://prozavisimost.ru/alkogolizm-simptomy.html) меняются по мере развития болезни. Наркологи выделяют три стадии алкоголизма, последовательно переходящие друг в друга.

**Первая стадия алкоголизма**

Первым и наиболее характерным признаком первой стадии алкоголизма является утрата человеком рвотного рефлекса. В начале своего питейного опыта человек, выпивший больше своей индивидуальной нормы, обязательно будет рвать. Если опыт пьянства достаточно велик, этот рефлекс, защищающий организм от передозировки алкоголем, не срабатывает. В результате происходит «перебор» алкоголя, приводящий к сильному опьянению с частичными провалами в памяти.

Такие провалы,  с большим трудом восстанавливаемые памятью, в наркологии носят название «палимпсест» и являются *вторым* симптомом, характерным для первой стадии алкоголизма.

Третий симптом, которым определяется 1 стадия алкоголизма, это – регулярность употребления спиртного – до 2-3 раз в неделю. Причем, отвращение к спиртному на второй день после сильного опьянения не возникает. В связи с этим у больного появляется способность пьянствовать дальше – несколько дней подряд.

Четвертый симптом – увеличение переносимости спиртного (толерантности). Если в прошлом для опьянения человеку достаточно было  100 г крепкого алкоголя, то теперь его требуется в 3-4 раза больше. На этом этапе происходит формирование психической зависимости от алкоголя. Она выражается в следующих изменениях переживаний, чувств и поведения человека:

* больного время от времени посещают приятные воспоминания о состоянии опьянения и связанных с ним событиях, у него часто появляются мысли о спиртном;
* человек начинает искать повод для выпивки, в его голове идет борьба – пить или не пить? При общении с другими людьми алкоголик непроизвольно затрагивает тему спиртных напитков, представляя себя их знатоком;
* алкоголик оправдывает нелепость поведения пьяных людей и, в частности, свое поведение состоянием опьянения;
* в предвкушении употребления спиртного у зависимого от алкоголя человека заметно поднимается настроение, он становится более оживленным;
* из-за своей психической зависимости от алкоголя человек испытывает настоящее удовлетворение только от опьянения, остальное становится для него малозначимым;
* появляются конфликты на работе и в семье пьющего человека из-за частого состояния опьянения. Человек становится ожесточенным к своим близким, считая их придирки необоснованными, потому что он считает, что пьет не больше других.

Как следствие психической зависимости от алкоголя у человека ухудшается состояние здоровья, даже в трезвом состоянии он чувствует ухудшение самочувствия. Работоспособность заметно снижается, появляется раздражительность. Так выглядит алкоголизм на своей первой стадии.

*2 стадия алкоголизма характеризуется углублением выше названных симптомов и появлением новых.*

**Вторая стадия алкоголизма**

На второй стадии заболевания человек частично осознает свою психологическую зависимость от спиртного и пытается не пить, что ему практически не удается. На этой стадии больной в состоянии умеренного опьянения проявляет максимальную работоспособность. Устойчивость к алкоголю постепенно растет и достигает предела, который индивидуален для каждого человека. Причем доза спиртного, которая необходима для опьянения, превышает среднефизиологическую для здорового человека в 6-10 раз.

Пьянство на этой стадии становится постоянным, то есть, на языке медиков, носит псевдозапойный характер. Больной пьет несколько дней подряд, делая небольшие перерывы для работы. Засыпание без алкоголя на этой стадии часто бывает затрудненным.

Провалы в памяти становятся более сильными. Больной забывает значительную часть или полностью все обстоятельства своего опьянения. В большей мере забывается то, что связано с нелепым поведением самого алкоголика и его отрицательными эмоциями.

К психической зависимости от алкоголя на этой стадии добавляется физическая. В связи с этим теряется контроль над количеством выпитого и человек настолько перебирает со спиртным, что утром следующего дня даже чувствует [похмелье](http://prozavisimost.ru/kak-izbavitsya-ot-poxmelya.html). Но его природа довольно сложная – это выражение и психической, и энергетической зависимостей от алкоголя, и проявление [алкогольного отравления](http://prozavisimost.ru/otravlenie-alkogolem-priznaki-simptomy-lechenie.html).

**Третья стадия алкоголизма**

Так как 3 стадия алкоголизма чревата смертью больного, она является последней стадией заболевания. Смерть алкоголика может произойти от [белой горячки](http://prozavisimost.ru/alkogolnyj-delirij-belaya-goryachka.html) (алкогольного делирия) или от сердечнососудистой недостаточности. Если смерть и не наступает, то приходит  психическая, физическая и социальная деградация. Грубость, цинизм, безудержная злоба, агрессия являются обычными чертами для алкоголиков на последней стадии заболевания.

Похмельный синдром [(алкогольная абстиненция](http://prozavisimost.ru/abstinentnyj-sindrom-simptomy-lechenie.html)) на третьей стадии гораздо тяжелее, чем предыдущей.  Для 3-ей стадии характерно снижение толерантности к алкоголю. Больной пьянеет от меньшей и меньшей дозы алкоголя. Псевдозапои сменяются истинными запоями. Больной человек теряет аппетит и сильно худеет. На третье стадии алкоголизма у больных серьезно повреждены мозг, сердце, печень и почки. Практически пропадают все жизненные интересы, даже опьянение не дает былых приятных ощущений. Еще быстрее происходит морально-нравственная деградация больного, и он приходит к печальному финишу своей жизни…

Прогноз для таких больных неблагоприятный. На третьей стадии алкоголизма очень высока смертность. К летальному исходу приводят прогрессирующее истощение всех органов и систем из-за множественных заболеваний и тяжелых депрессий. Среди алкоголиков также нередки суициды.

Узнать, на какой стадии алкоголизма находится ваш родственник или близкий человек, поможет специальный тест (*bsuir.by, страница социально-педагогической и психологической службы; рубрика «Рекомендации психологов/ В помощь сотрудникам, преподавателям и кураторам»*). Ответы на его вопросы помогут также определить, является ли пьянство человека бытовым или же оно уже перешло в алкоголизм.

[Пивной алкоголизм](http://prozavisimost.ru/pivnoj-alkogolizm-priznaki-simptomy-posledstviya.html) имеет те же стадии, что и водочный, так как является зависимостью от алкоголя.

**Свойства алкоголя,  наиболее значимые для пьющего человека**

[Почему люди употребляют спиртное](http://prozavisimost.ru/pochemu-lyudi-pyut.html)? Чем привлекает их состояние опьянения? Существуют два основных свойства алкоголя, обладающих высокой значимостью для пьющих людей:

1. способность алкоголя вызывать эйфорию и поднимать настроение;
2. транквилизирующие свойства алкоголя – его способность устранять стрессы, страхи, навязчивые идеи и вызывать безмятежное настроение.

**Различают четыре стадии алкогольного опьянения**

*1. Легкое опьянение.*

Характеризуется приятным ощущением тепла, мышечным расслаблением и физическим комфортом. Повышается настроение, человек становится довольным собой и окружающими. Действительность, прошлое и будущее он видит в розовых тонах. Негативные события прошлого и настоящего утрачивают свою значимость, а позитивные, наоборот – становятся преувеличенными. Легкий смех переходит в громкий хохот, знакомый кажется настоящим другом и т. д. Появляется хвастовство и позерство. У человека появляется желание «излить душу» первому встречному, он становится излишне откровенным, а порой назойливым и даже бестактным. Он кажется себе ловким и остроумным, тогда как окружающие видят его неуклюжесть и развязность.

*2. Среднее опьянение.*

В настроении выпившего человека появляются колебания. Признания в любви могут резко перейти в циничную брань. Для этой стадии опьянения характерен вопрос пьяного: «Ты меня уважаешь?», причем задан он может быть с разными оттенками интонации – от чисто вопросительной до угрожающей. Поведение пьяного становится непредсказуемым. Он начинает представлять опасность для себя и окружающих. Чувство боли притупляется, как и осознание опасности. Уменьшается и даже полностью пропадает инстинкт самосохранения. Точные движения даются пьяному с большим трудом.

*3. Сильное опьянение.*

Речь пьяного становится смазанной, он долго не может подобать слова и говорит очень медленно. Движения приобретают размашистость, походка становится шаткой. Человек говорит очень громко, в то время как слух его заметно снижается. Растормаживается сексуальное влечение. Затем психическое возбуждение и веселость сменяются вялостью и сонливостью. Пьяный может уснуть в любом месте и при любой температуре окружающей среды.

*4. Тяжелое опьянение.*

Приводит к грубым неврологическим расстройствам, доходящим до поражения глубоких отделов центральной нервной системы. Человек может впасть не только в глубочайший сон, но и в алкогольную кому. При этом нарушаются сердечный ритм, дыхание, возможны [эпилептические припадки](http://prozavisimost.ru/alkogolnaya-epilepsiya.html) и самопроизвольные опорожнения кишечника и мочевого пузыря. Человек может погибнуть от удушья рвотным массами, переохлаждения или несчастного случая. Для тяжелого опьянения характерна полная амнезия.

**Пивной алкоголизм**

Вопреки мнению многих людей о том, что пиво – безвредный слабоалкогольный напиток, ученые утверждают, что это совсем не так. Специалисты, изучающие проблему алкоголизма, говорят о неправильности разделения спиртных напитков по степени их вредности, потому что среди них нет безвредных.

Реклама, навязываемая обществу производителями пива, направлена на увеличение продаж, поэтому твердит, что пиво – слабоалкогольный, и поэтому безвредный, и даже полезный напиток. И это притом, что содержание алкоголя в некоторых сортах пива достигает 14%, практически как в спиртосодержащих винах. Напомним, что в советские времена крепость пива была 1,5-2,8%.



О том, что пивной алкоголизм является заболеванием, известно давно, но многие считают его не таким серьезным, как водочный или винный. А ведь последствия пивного алкоголизма гораздо разрушительнее для организма.

Англичане, пытаясь в XIX веке бороться с алкоголизмом, попытались максимально заменить крепкие алкогольные напитки пивом, но это нововведение привело к еще большему распространению пьянства. Канцлер Германии Бисмарк  в свое время заметил, что пиво делает людей ленивыми, глупыми и сексуально бессильными.

**От пива страдает сердце**

Пивной алкоголизм имеет серьезные последствия для здоровья. Так, чрезмерное увлечение пивом приводит к неполадкам в работе сердца. Немецкий профессор Болингер даже назвал «баварским пивным сердцем» главный орган человека, злоупотребляющего пивом. Такое сердце имеет утолщенные стенки, расширенные полости, некрозы в сердечной мышце, уменьшенные митохондрии. Такие изменения вызывает кобальт, присутствующий в пиве как стабилизатор пены. У больших любителей пива содержание этого токсина в сердечной мышце в 10 раз выше нормы. Кроме сердца, кобальт пагубно воздействует на пищевод и желудок, вызывая в них воспалительные процессы.



Не только кобальт вредит здоровью любителей пенистого напитка, отрицательно действует на работу сердца и большое количество пива как жидкости вообще, а также его насыщенность углекислым газом. Пиво переполняет кровеносные сосуды человека и ведет к варикозному расширению границ сердца и вен. Это состояние называют синдромом «пивного сердца» или «капронового чулка», потому что сердце становится дряблым, провисает и начинает плохо качать кровь.

**Пиво нарушает гормональный баланс**

Пиво также влияет на гормональный баланс человека. Токсические вещества и соли тяжелых металлов, присутствующие в пиве, приводят к изменениям в эндокринной системе. У мужчин, постоянно употребляющих пиво, подавляется выработка тестостерона – мужского гормона. В то же время увеличивается выработка женских половых гормонов. Внешность мужчины постепенно меняется – разрастаются грудные железы, становится шире таз.

Женский пивной алкоголизм увеличивает риск раковых заболеваний, а если женщина кормит грудью ребенка, то у него  могут возникать эпилептические судороги. У женщин, злоупотребляющих пивом, грубеет голос, могут появиться «пивные усики».

**Тяжкие последствия пивного алкоголизма**

В 1985 году в Канаде проводились исследования среди людей, которые употребляли пиво и другие алкогольные напитки систематически. Результаты показали, что диагноз «пальпируемая печень» чаще всего устанавливали среди тех, кто пил пиво.

Исследования влияния пенистого слабоалкогольного напитка на здоровье человека проводились во многих странах, и было установлено, что от употребления пива алкоголизм развивается в 3 и даже в 4 раза чаще, чем от приема другого алкоголя.

Пиво вызывает гибель клеток головного мозга. Они отмирают и попадают в кровь, фильтруются почками и выходят вместе с мочой. Пиво в большом количестве приводит к нарушению функций спинного мозга, миокардиодистрофии, гастриту, панкреатиту, гепатиту, невропатии, поражению зрительного и слухового анализаторов.

Доказано также влияние ежесуточного потребления пива на повышение артериального давления.  Тяжелыми осложнениями пивного алкоголизма являются молочнокислый ацидоз и гипонатриемия.

Когда вопрос — как лечить пивной алкоголизм – становится очень острым, обычно состояние больного уже тяжелое, с отчетливо выраженным слабоумием и снижением личностных качеств.

**Как определить пивной алкоголизм**

Диагноз «пивной алкоголизм» в Международной классификации болезней не присутствует. Есть другой диагноз – «алкоголизм», но суть заболевания от этого не меняется – патологическая тяга к алкоголю в любом виде. Пивной алкоголизм проходит все [стадии алкоголизма](http://prozavisimost.ru/stadii-alkogolizma.html).

Характерным для пивного алкоголизма является его незаметное, но скоротечное развитие. Выпивая в день 1-2 бутылки пива, человек не чувствует вредных последствий для организма, но чувство опьянения ощущает достаточно хорошо. И эти ощущения закрепляются в мозгу, приводя к желанию постоянно испытывать нечто подобное. Это и есть первый «звоночек» алкоголизма.

**Пивной алкоголизм имеет следующие признаки:**

* употребление в сутки более 1 л пива;
* раздражительность и злость без пива;
* появление у мужчины «пивного живота»;
* появляющиеся проблемы с потенцией;
* невозможность расслабиться и заснуть, если не употребил пиво, ночная бессонница и дневная сонливость;
* часто появляющиеся головные боли;
* начало дня с бутылкой пива, чтобы снять [похмелье](http://prozavisimost.ru/kak-izbavitsya-ot-poxmelya.html) или поднять настроение.

У вас — пивной алкоголизм, если вы обнаружили у себя названные симптомы. Его опасность в том, что на ранних стадиях заболевание сложно диагностируется, поэтому уговорить человека на лечение пивного алкоголизма очень проблематично.

Пивной [алкоголизм симптомами](http://prozavisimost.ru/alkogolizm-simptomy.html) не отличается от водочного или винного. Потребность в пиве нарастает быстро, порой начинаясь с 1-2 бутылок слабоалкогольного напитка. Если сначала человек пьет пиво не каждый день, то позже ему все чаще хочется выпить пенистый напиток, и впоследствии отказаться от ежедневного приема пива он не в силах. Причем доза вызывающего эйфорию зелья возрастает во много раз. В тяжелых случаях пивного алкоголизма больной может выпивать до 15 литров пива в день!

Зависимость от пива чаще всего не носит [запойного](http://prozavisimost.ru/alkogolizm/vyvedenie-iz-zapoya-sposoby-trudnosti-lechenie.html) характера – человек употребляет пиво по нескольку раз, но каждый день. Поэтому полное опьянение возникает редко, но пивные алкоголики пьют снова, полностью  не протрезвев. Это продолжается недели, месяцы и даже годы. Отказы от пива случаются редко и длятся не более трех дней. И человек уже настолько зависит от пива, что не может без него жить.

Похмелье после большого количества пива схоже с обычным алкоголизмом, но снять его гораздо тяжелее. Кроме головной боли, при пивном похмелье бывает сильная диарея.

**Как избавиться от пивного алкоголизма?**

Лечение зависимости от пива – процесс долгий и сложный. Кроме пива, больной должен отказаться и от других напитков, содержащих алкоголь. [Вылечить алкоголизм](http://prozavisimost.ru/alkogolizm/lechenie-alkogolizma.html) можно, если перебороть психологическую зависимость от пива и спиртных напитков в целом.

Если вы заметили у себя или близкого человека симптомы, характеризующие пивной алкоголизм, лечение должно начинаться без проволочек.

**Бич 21-го века**

Пивной алкоголизм среди подростков в 21 веке стал очень распространенным заболеванием.  Кроме физического вреда для растущего организма, пиво наносит непоправимый вред психике молодых людей. Пиво, согласно современным исследованиям, является разрешенным наркотиком, прокладывающим путь к употреблению более сильных наркотических средств. Еще один неутешительный факт – пиво провоцирует агрессию. Из всех наркотиков алкоголь наиболее агрессивен, а для пивного алкоголизма характерна особая жестокость. Пример этому – драки, убийства, грабежи и изнасилования после пивных вакханалий.

Самым страшным является тот факт, что рост потребления пива происходит за счет подростков и женщин репродуктивного возраста. Страны СНГ входят в число государств с наибольшим употреблением пива. По результатам опроса, проведенного специалистами Красноярского государственного университета среди детей и молодых людей в возрасте от 7 до 20 лет, установлено, что среди первоклассников 48% употребляют спиртные напитки. Это показатель указывает на то, что детский пивной алкоголизм приобрел гигантские масштабы, превышающие в 12 раз показатели 10-летней давности.

Пивной алкоголизм у подростков становится началом деградации личности молодых людей.  Вероятность того, что из такого подростка получится полноценная личность, очень мало. Еще страшнее, когда тяга к пиву возникает у молодых девушек. Пивной алкоголизм у женщин, как и водочный или винный женский алкоголизм, с трудом поддается лечению. Причем, женщину сложнее убедить в том, что она стала зависимой от алкоголя и ей необходимо лечение. А от [женского алкоголизма](http://prozavisimost.ru/zhenskij-alkogolizm-prichiny-simptomy-lechenie.html) страдает вся ее семья, и особенно – дети.

Почему люди во всем мире так часто и много пьют пиво, не задумываясь о своем здоровье и о риске алкогольной зависимости?  Видимо, пивная зависимость является особым видом булимии, которая усугубляется особым вкусом пива и седативными веществами, присутствующими в хмеле. И вправду, привыкание к пиву похоже на классическую булимию, особенно на женскую тягу к сладкому. Пивная булимия – мужской вариант, потому что вкусовые рецепторы мужчин при восприятии вкуса пива создают тот же эффект, что сладости у женщин. Вопрос в одном – когда эта булимия переходит в алкоголизацию?

Скорее всего, это возникает при постоянно увеличивающихся дозах и частоте употребления пива как средства для опьянения. Перед этой сильной, уже наркотической, зависимостью отступает даже вкусовая привязанность.

Производители пива в своей рекламе умалчивают о вредности этого алкогольного напитка, агитируя красивыми картинками на бигбордах и привлекательными видеороликами о красивой жизни. Доверчивая молодежь в стремлении к удовольствиям на карманные деньги покупает пиво и слабоалкогольные напитки. На глазах родителей нормальные дети превращаются в пьющих молодых людей, а затем – в родителей-пьяниц. Пивная зависимость стала началом наркотизации, приводящей к деградации поколений и народа в целом.

Алкоголизм, как и другие болезни, можно предупредить. На это направлена [профилактика алкоголизма](http://prozavisimost.ru/profilaktika-alkogolizma.html) в глобальных масштабах, в рамках отдельного государства, в каждой отдельной семье, в учебном заведении, на предприятии.

Внутренняя политика многих стран направлена на профилактику наркомании и алкоголизма. Это выражается в формировании у граждан такого образа жизни, при котором  употребление алкоголя, особенно в большом количестве, будет неприемлемо. Для этого существует ряд способов, например, людей приобщают к здоровому способу жизни и занятиям спортом – строятся новые спортивные сооружения, открываются секции  и залы, идет популяризация массовых занятий спортом. В профилактике алкоголизма важную роль играет распространение информации о вредном влиянии спиртного на человеческий организм и формирования негативного отношения к алкоголю.

Среди профилактических методов этой проблемы различают три вида – первичную профилактику, вторичную, третичную и т.д. Первая из них использует разные психологические приемы воздействия на человека; вторичная направлена на оказание помощи тем, кто уже употребляет алкоголь и наркотики.

Профилактика пивного алкоголизма, особенно среди подрастающего поколения, стала насущной необходимостью. Многие молодые люди ошибочно считают, что употребление алкоголя помогает найти друзей и подруг, стать более уверенным в себе, преодолеть свои комплексы и хорошо провести время. Поэтому профилактика подросткового алкоголизма  сводится, в первую очередь, к развенчанию мифа о «сближающих» свойствах пива и формировании реалистичного взгляда на алкоголь.  Особенно важна профилактика употребления алкоголя среди младших и средних школьников, так как в этом возрасте закладывается отношение ко многим жизненным вещам.

**Борьба с алкоголизмом**

Алкоголизм – тяжелое заболевание, вызванное зависимостью от алкогольных напитков. Оно возникает при систематическом употреблении спиртного на протяжении длительного времени. Несмотря на тяжелые последствия такого злоупотребления, алкоголик не может справиться с сильной и практически постоянной  тягой к спиртному. Даже если он какое-то время воздерживается от употребления горячительных напитков, сформировавшийся алкоголизм продолжает развиваться, принося беды и самому человеку, и людям, его окружающим.

Проявления алкоголизма – это постоянная потребность чувствовать опьянение, расстройство психики, соматические и неврологические нарушения, ухудшение работоспособности, утрата социальных связей и деградация личности. Поэтому борьба с пьянством и алкоголизмом имеет первостепенное значение в нашем обществе.

Алкоголь, как и наркотики, патологически влияют на человеческий организм. Злоупотребление спиртным приводит к поражению всех внутренних органов и систем, поэтому решить эту проблему в большинстве случаев помогают только профессиональные методы борьбы с алкоголизмом, среди которых – лечение в наркологических клиниках.



Поражения, в первую очередь, касаются нервной системы алкоголика, его печени и мочеполовой системы. Часто следствием алкоголизма являются гастриты, язвенная болезнь, панкреатиты. Алкоголики также входят в группу риска по заболеванию туберкулезом. Поэтому бороться с алкогольной зависимостью нужно начинать как можно раньше.

**Способы борьбы с алкоголизмом**

Алкоголизм – заболевание хроническое, поэтому он требует длительного комплексного лечения. Начинать лечение алкогольной зависимости необходимо в условиях специализированного стационара.

Немаловажно то, что соматические (телесные и биологические) нарушения при алкоголизме проявляются уже на ранних стадиях заболевания – впервые 4-5 лет регулярного употребления алкоголя. Психические заболевания, вызванные токсическим поражением центральной нервной системы, формируются также на начальных стадиях заболевания, но становятся заметными только на 5-10 году регулярного пьянства.

Специалистами в области наркологии уже изучены механизмы развития болезни под названием алкоголизм и сформулирована теория о биологической предрасположенности людей к развитию этого заболевания.

Алкоголизм — этот диагноз, к сожалению, очень распространён. Борьба с алкоголизмом стала злободневной проблемой, и первое, с чего следует ее начинать – это лечить людей, уже ставших алкоголиками.

Каковы же методы лечения зависимости от алкоголя? Это — кодирование и подшивание препаратов, которые несовместимы с алкоголем. Эти методы по своей сути – психотерапевтические. Они основаны на убеждении пациента в том, что употребление спиртного вызовет у него неприятные последствия и даже смерть.  Более эффективен метод длительной психотерапии, который не исключает и кодирования, и подшивания.



Психотерапевтическая работа с алкоголиками – это формирование у них критического отношения к зависимости от спиртного. Если сам больной не считает себя зависимым, и отрицает свою проблему, то лечение алкоголизма в таком случае будет не эффективным. Он должен признать, что болен, и понять важность полного отказа от спиртного. Даже при ухудшении состояния после прекращения принятия спиртного больной должен понимать, что идет отвыкание от алкоголя, и эти неприятные симптомы неизбежны. Чтобы облегчить их, врач назначает транквилизаторы, антидепрессанты и другие препараты.

Одним из основных факторов лечения алкогольной зависимости является мотивация больных. Ремиссия устойчива лишь в тех случаях, когда пациент понимает, ради чего он отказывается от спиртного. И чем сильнее это  понимание, тем легче им переносится абстинентный синдром.

Какие бы способы ни применялись, чтобы побороть тягу человека к алкоголю, наибольший эффект достигается в комплексе мер, не конфликтующих друг с другом.

Все существующие на сегодняшний день средства и способы борьбы с «зеленым змием» подразделяются на две основные категории – официальные и народные. Однако, нарколог-профессионал с большим стажем работы, взявший на вооружение методы народной медицины, достигнет наилучшего результата в своей работе по лечению алкоголизма.

В официальной медицине после первого этапа лечения, когда используются витаминные, успокаивающие, общеукрепляющие средства и психотерапевтическое воздействие, при необходимости проводится второй этап лечения. Он основан на апоморфиновой терапии, пиротерапии и гипогликемической инсулиновой терапии. Здесь используется также семейный и групповой вариант воздействия на пациента, а иногда и настоящий, глубокий гипноз. На следующем, третьем этапе лечения проводится  поддержка эффекта, достигнутого на предыдущем этапе. Для этого используют соли лития, транквилизаторы, кодирование алкогольной зависимости, эффект плацебо, психотерапевтическое воздействие.

Способы борьбы с алкоголизмом в народной медицине основаны на противоалкогольном питании, когда для восполнения витаминов, энергии и очищения организма алкоголика используются овощи, фрукты и злаковые. Кроме них, при лечении алкоголизма проводится очистка крови, печени, кишечника, почек и сосудов больного с помощью трав: чистотела, пижмы, календулы, полыни, гвоздики пищевой, клюквы, яблок, лимонов, хвои, семян тыквы, коры крушины ольховидной и др.

В народной медицине также существуют средства, обладающие кодирующими свойствами для алкоголика. Это травы – зверобой, чабрец, баранец, золототысячник, и др.

Отдельным разделом в нетрадиционной медицине стоит восстановление организма алкоголика посредством продуктов пчеловодства. Для этого используются мед, прополис, пыльца, пчелиный подмор. Некоторые направления народной медицины в отношении алкогольной зависимости используют лечение соками, молитвами, физической нагрузкой, закаливанием с помощью холодной воды и пропариванием в бане.

**Методы борьбы с алкоголизмом**

Среди методов борьбы с алкоголизмом большое значение имеет работа с родственниками алкоголика. Ее цель – изменить стереотип поведения в семьях, где есть зависимые от алкоголя люди, и найти и устранить вторичную неосознаваемую выгоду от алкоголизма.

Алкоголизм всегда остается одной из проблем общества, и он влечет за собой другие неприятности в разных сферах жизни. Борьба с алкоголизмом ведется постоянно, и для этого были испробованы многие способы. Так, пьянство пытались устранить введением запрета на торговлю спиртными напитками, просветительской работой, уголовным наказанием людей, изготавливающих алкоголь на дому, но эти меры оказались не эффективными, и количество зависимых от горячительных напитков не стало уменьшаться.



Современные методы борьбы с таким явлением, как алкоголизм, более гуманны, чем во времена СССР, но и эффективными их назвать трудно. Среди  напитков, запрещенных для продажи после установленного времени суток, не числятся алкогольные коктейли и пиво, они считаются «легкими», но также провоцируют алкогольную зависимость.

В некоторых клиниках, занимающихся лечением алкоголизма, часто используются устаревшие методы, и цены на услуги не соответствуют результату лечения. Процент людей, избавившихся от патологической зависимости от спиртного в таких клиниках, очень низок.

Борьба с пьянством осложняется  нежеланием многих людей видеть проблему в алкогольной зависимости. Не только сами пьющие, но также их родственники зачастую не считают болезнью алкоголизм на его ранних стадиях, а относят его к проявлению человеческой слабости. Это происходит до тех пор, пока не становятся заметными психические отклонения у любителя горячительных напитков.

Сегодня многие граждане на фоне иных проблем стали меньше замечать повышенное пристрастие общества к алкоголю. «Зеленый змий» — коварный враг, который несет беду не только тем, кто его употребляет, но и всем окружающим. В большинстве случаев зависимость от алкоголя возникает у людей, не умеющих переживать стрессы, получать от жизни удовольствия и расслабляться здоровым способом. Ощущение собственной никчемности, несостоятельности и ненужности также приводит к тому, что человек начинает тянуться к алкоголю. Немаловажна и социальная причина пристрастия к спиртному, когда человек копирует опыт своих предков и окружающих его людей.

Самой эффективной стратегией борьбы с алкоголизмом в наше время является пропаганда здорового образа жизни, причем, не только государственными организациями, но и общественными.

3 октября во всем мире считается Днем трезвости. Этот праздник призывает мировую общественность хотя бы один день в году обойтись без спиртного. В каждой стране и каждом городе день трезвости отмечают по-своему – проводя общественные акции, конференции, лекции, различные информационные мероприятия, распространяя сведения о необратимом вреде алкоголя для человека. Этот праздник еще слишком «юный», и не достаточно прижился в стране, но надежда на то, что День борьбы с алкоголизмом, станет традиционным, все-таки есть.

Программа борьбы с алкоголизмом должна быть грамотно и стратегически продуманной, и иметь активную поддержку со стороны различных сообществ, руководителей и самих людей. Бизнес, связанный с алкогольными напитками, должен иметь разумные пределы и не доходить до обогащения отдельных личностей за счет горя других. Реклама алкоголя должна быть запрещена, как бы это ни отражалось на финансах государства и производителей алкоголя.

**Наркомания как вид девиантного поведения**

Всякое поведение, вызывающее неодобрение других людей, называется девиантным. Это очень широкий спектр явлений – начиная от безбилетного проезда в автобусе и заканчивая убийством человека. Если говорить точнее, девиантом является любой человек, отклонившийся от нормы или сбившийся с пути истинного.
К видам или формам девиантного поведения относят алкоголизм, наркоманию, уголовную преступность, проституцию, азартные игры, гомосексуализм, психические расстройства, суицид.

Под девиантным поведением подразумеваются отклонения, не влекущие за собой уголовного наказания, то есть не являющиеся противоправными.

Во все времена людям было свойственно отклоняться от общепринятых основ развития. Отклонение в поведении называют девиантным поведением. Причиной его являются особенности взаимодействия и связи человека самим собой, с социальной средой и окружающим миром. На основе разнообразия в социокультурном, психофизическом и духовно-нравственном состоянии и поведении  людей и происходит развитие общества. Выходит, что девиантное поведение – это естественное условие развития общества. Но только наркомания как вид девиантного поведения не приводит к прогрессу в развитии.

Каждый новый этап в историческом развитии порождает субъектов нового типа, которые соответствуют духу времени, и маргиналов – личностей, находящихся за пределами социокультурных норм и традиций, характерных для этого общества. Среди этих людей особенно выделяется группа, состоящая из тех, кто употребляет алкоголь и наркотики.

В последние годы наркотизация и алкоголизация общества очень «омолодились». Проблема употребления наркотиков подростками и детьми стала государственной. Масштабы роста наркомании таковы, что социальная стабильность мирового сообщества уже в ближайшей перспективе будет под большим вопросом.

За прошедшие десять лет число подростков, нуждающихся  в лечении от наркомании, увеличилось в десять раз. Каждый наркоман, как показали специальные исследования, вовлекает в наркотизацию еще 5-6 человек. Поэтому наркомания в наше время сравнима с эпидемией. Алкоголизм и наркомания влекут за собой увеличение числа заболеваний СПИДом, венерическими заболеваниями, гепатитами и др. В условиях глобализации общества наркомания становится особо острой социальной и психологической проблемой.

Подростковая наркомания, как и алкоголизм, в большинстве случаев связана с экспериментированием, поиском новых и необычных ощущений. Две трети молодых людей, по наблюдениям наркологов, приобщились к наркотикам именно по этой причине. Иногда первую дозу молодой человек получает обманным путем – под видом обычной сигареты или безобидного напитка.

Наркомания – групповое явление, в котором на первом месте стоят подражание и влияние компании. Практически 90% наркоманов начали употреблять наркотики в компании товарищей. У наркоманов есть свои стереотипы поведения, о которых школа обычно не знает, и поэтому не обращает на эти симптомы должного внимания. Кроме вреда для здоровья, наркотизм опасен тем, что вовлекает подростков в преступную среду. Сфера оборота наркотиков уже сама по себе криминальна, но кроме приобретения наркотиков, подростки вскоре совершают более серьезные правонарушения.

Наркомания негативно влияет на потомство – дети наркоманов рождаются с серьезными психическими и физическими патологиями. Наркоманы деградируют как личности, так как их зависимость от психоактивных веществ становится рабской, и они вынуждены совершать аморальные поступки.

Одна их субъективных причин наркомании – неудовлетворенность жизнью, связанная с личными проблемами, неустроенностью быта, неудачами в работе или учебе, разочарованием в людях.

Большую роль в возникновении наркотической зависимости играет личность самого наркомана. Имеются в виду и возрастной, и демографический, и социально-медицинский аспекты. Среди наркоманов большую часть составляют мужчины. Этим недугом в большей мере поражена молодежь.

**Мотивы наркотизации молодого поколения**

Среди них можно выделить:

* удовлетворение любопытства по поводу ощущений от наркотиков;
* желание принадлежать к определенной группе сверстников;
* выражение личной независимости, а часто – и враждебности к окружающим;
* познание таинственного, волнующего и опасного нового опыта;
* достижение «творческого вдохновения», «ясности мышления»;
* желание достичь чувства полного расслабления;
* «побег» от гнетущих мыслей и проблем.

Питательной почвой для наркотизации является микросреда, в которой вращается молодой человек – его семья, уличное окружение, школьный или рабочий коллектив. Появление в это микросреде хотя бы одного наркомана может пагубно повлиять на окружающих. Сразу наркотики предлагаются как угощение – бесплатно, затем их дают в долг, а когда человек уже не может обойтись без этого яда, за него требуют деньги.

Начинающие курильщики, в основном, молодые, ничего плохого не видят в курении гашиша. Возбуждение и приподнятое настроение, приходящие после употребления этого наркотика, по свое неопытности они принимают за благоприятное воздействие на организм. Но на определенной стадии своей физической и психической деградации большая часть наркозависимых уже отчетливо понимает, что ничего хорошего впереди у них нет, но отказаться от наркотиков они уже не в силах.

Незнание подростками допустимых доз токсических и наркотических веществ часто приводит к острым отравлениям, при которых высок процент летальных исходов. Молодежь полагает, что наркотики доставляют неописуемые удовольствия, «бесконечный кайф», и если захотеть, от них всегда можно отказаться. Но такое мнение наивно и ошибочно, так как подростки ничего не знают о психологической и физиологической зависимости от наркотиков, об ужасном абстинентном синдроме — «ломке».

Незнание разрушительных последствий наркотиков для молодого организма – еще один фактор, толкающий подростков на легкомысленное приобщение к психоактивным препаратам.

Грубость, физическое насилие, жестокость в обращении с подростками создают почву для развития у молодежи чувства ущербности. Это способствует раннему их приобщению к наркотическим веществам. Известно, что в переходном возрасте молодые люди склонны к максимализму, личностному философствованию и самокопанию. Этим и пользуются распространители наркотиков, навязывая молодежи мысли, что их товар поможет найти ответы на все вопросы путем максимального погружения в собственный внутренний мир. Они рассказывают подросткам, что божественные истины откроются им лишь в состоянии экстаза, и ключами к этому являются наркотики.

Как следствие такого «погружения» в иллюзорный мир – неприятие реального мира, утрата способностей получать удовольствие от настоящей жизни, отказ от практических дел, требующих напряжения сил и способностей.

**Причины наркотизации общества**

При комплексном подходе к проблеме наркомании можно сказать, что причины наркотизации общества носят психологический, социальный и экономический характер, и все они тесно переплетены между собой, и часто вытекают одна из другой.

Психологические причины связаны с особенностями личности самих подростков, которые выражаются в их психической неустойчивости, наивности, слабоволии, стремлением к самовыражению и самоутверждению, в подражании взрослым. Во многих случаях безудержное влечение к наркотикам происходит, как желание снять напряжение, тревогу, страх, дискомфорт, избежать ответственности и уйти от проблем в нереальную действительность.

Нередко случается, что психологически неуравновешенные молодые люди, которые очень болезненно воспринимают все происходящее,  прибегают к наркотикам, чтобы поднять свою «ценность» в глазах окружающих, создать иллюзорное чувство собственного достоинства. В этом случае наркотики представляются им спасительным средством, избавляющим от собственных комплексов и тревог.

Однажды достигнув этого состояния, пусть не на долгое время, они думают, что верное решение в их жизни найдено, и теперь вся жизнь будет сплошным триумфом, без препятствий и преград. Стремление постоянно находиться в этом состоянии приводит к систематическому употреблению наркотиков и выработке условного рефлекса. Эта привычка быстро овладевает подростками и становится смыслом их жизни.

Из-за этого лечение наркоманов-подростков не всегда бывает успешным. Ведь устойчивая ремиссия состояния наркотической зависимости зависит от индивидуальных особенностей каждого молодого человека.

Подростки – наиболее мобильная часть молодежи. Они стремятся многое познать, понять, почувствовать, а также изменить, утвердить, поднять в глазах своих друзей. И в этой работе у них случаются как взлеты, так и падения, что присуще любому виду деятельности. Но самые незначительные трудности и неудачи подростки воспринимают очень тяжело, уходя  в себя, замыкаясь, становясь раздражительными и неадекватными.

Если в этот тяжелый для юноши или девушки период найдется человек, который поможет добрым советом, вдохнет уверенность в своих силах, тактично объяснит бессмысленность замыкания в себе, подросток сможет обрести уверенность в себе, воспрянуть духом и взяться за решение собственных проблем. Поэтому очень важно поддержать подростка в сложной ситуации, чтобы он не пошел по ложному пути. И главными советчиками и помощниками в жизни для них должны быть родители.

**Наркомания как социальная проблема**

В современном обществе все страны объединяет глобальная проблема, которая затронула практически все уголки нашей планеты. Это – наркомания. В каждой стране борьба с этим социальным недугом ведется по своей методике.

Например, в США наиболее действенной считают психологическую помощь, цель которой – устранить у наркомана тягу к употреблению одурманивающих веществ. Этот способ лечения наркомании имеет эффект в стране, где люди активно пользуются услугами психоаналитиков, посещают групповые сеансы психотерапии и клубы анонимных наркоманов.



Но в нашей стране лечение людей, зависимых от наркотиков методами внушения обречено на провал, наркомания как социальная проблемаможет быть решена, только если к борьбе с этим недугом будут привлечены все слои населения. Ведь все усилия учителей, объясняющих детям на уроках вред и опасность употребления наркотиков, оказываются напрасными, если они не подкрепляются родителями подростка, которые в силу своей занятости не успевают уделять достаточно вниманию сыну или дочери.

Попадая на улицу, подросток очень часто делает шаг в «бездну» под названием «наркотическая эйфория», обратного пути из которой во многих случаях нет. Иными словами, в молодежной и подростковой среде профилактика наркомании эффективна лишь в том случае, если она одинаково настойчиво ведется на всех уровнях воздействия и охватывает все «рычажки», способные подрастающему поколению противостоять такой «трясине».

Как утверждают статистические данные, наркомания в подростковом возрасте затягивает человека в несколько раз сильнее, чем, если он начнет употреблять наркотики, будучи уже взрослым.  Это еще раз подтверждает то, что эту «чуму» нашего века следует предупреждать, не дожидаясь раскручивания этого «колеса» на полную силу. Тогда уже остановить его или повернуть вспять будет слишком сложно.

Основной процент смертности от наркотиков приходится тоже на молодежь, потому что организм подростка еще не достаточно окреп, да и немалое значение имеет подростковый максимализм. Именно по этой причине у подростков случаются передозировки наркотиков. Нервные срывы и употребление чрезмерных доз наркотических веществ происходит из-за неопытности молодых людей и депрессивного синдрома в период переходного возраста.

Проблематичность борьбы с наркоманией заключается в том, что этим недугом в большей мере заражены слои населения, не способные защитить себя психологически. То есть, социально защищенный человек, имеющий возможность учиться, работать, кормить семью, иметь дом и т. п., никогда не станет употреблять наркотики, потому что в этом нет смысла. Но люди, кто по тем или иным причинам лишенные возможности нормального существования в обществе, часто обращаются к наркотикам, чтобы создать для себя иллюзию жизненного удовлетворения и спокойствия, хоть и кратковременную.

Эта теория подтверждается во всем мире – торговлей наркотиками и их употреблением в большей мере занимаются люди, которые не имеют возможности существовать иначе. В Англии и США это чернокожие, которые  до сих пор имеют меньше прав, чем белые. Вот и получается, что наркомания – логичное социальное явление, выраженное в разделении людей в развитых странах на социальные слои. Из этого следует, что наркоманы – определенная каста людей, смирившихся со своей невостребованностью в обществе и выбравших вместо реального мира, где им не нашлось места, мир иллюзий.

Но наркомания излечима, и об этом следует помнить. Нельзя ставить точку на оступившихся людях, которые выбрали неправильный путь. Ведь сущность наркомании, как и самого наркомана, в слабости характера и неспособности самоконтроля и борьбы. А это говорит о том, что эти люди нуждаются в помощи.

Такая проблема, как наркомания, нуждается в незамедлительных мерах по искоренению. Но заниматься ее, похоже, в современном обществе серьезно начнут лишь когда от этой напасти начнут гибнуть сильные мира сего. А пока проводятся малоэффективные мероприятия с ограниченным бюджетом, приносящие такой же мизерный эффект. Наркоманию как социальную проблему люди должны решать на всех уровнях, стимулируя родителей больше времени уделять воспитанию подрастающих детей.

**Наркомания как социально-педагогическая проблема**

Наркоманию можно назвать социально-педагогической проблемой, так как она охватывает в большей мере молодежь. Возраст среднестатистического наркомана с каждым годом становится все меньше.

В современном молодежном обществе культивируется определенная наркотическая субкультура, особо привлекательная для юных граждан. Этому способствуют откровения кумиров и отсутствие эффективной антинаркотической пропаганды. Установлено, что чем раньше человек приобщается к психоактивным веществам, тем быстрее у него развивается наркозависимость, тем тяжелее течение болезни, тем больше проявляется негативных социальных, личностных и медицинских последствий. И тем менее эффективными являются профилактические, коррекционные и реабилитационные программы.

Сейчас в неотложной профилактической помощи нуждается большая группа детей и подростков, которые из-за особенностей поведения, социальной и школьной дезадаптации «выпадают» из числа благополучных сверстников и не охватываются программами первичной профилактики.

Рост количества наркозависимых подростков и недооценка серьезности этой проблемы обществом, отсутствие моделей антинаркотического воспитания требуют поиска иных форм социально-педагогической работы.

**Наркомания как медико-социальная проблема**

Наркомания и токсикомания — это медико-социальные проблемы, оказывающие влияние на уровень заболеваемости и смертности. Среди токсикоманов и наркоманов очень высок риск заражения СПИДом.

Наркомания – трудноизлечимое заболевание, влекущее за собой гибель больного. Так, наркоманы умирают в среднем, в возрасте до 25 лет, а после начала регулярного приема наркотиков живут не более 4-х лет. Среди наркоманов встречаются даже дети 7-8 лет. Половина наркозависимых умирает до 20-летнего возраста от передозировки во время эпизодического употребления психоактивного средства, даже не будучи наркозависимыми.



Наркомания – причина высокой инвалидизации населения. Находясь в наркотическом опьянении, больные не могут контролировать свои действия, что нередко приводит к суицидам или совершению серьезных преступлений. Нездоровое влечении к наркотикам криминализирует наше общество. А использование общих шприцов, игл при введении наркотиков ведет к распространению гепатита и ВИЧ-инфекции. Но сами наркоманы редко обращаются за медицинской помощью, поэтому различные патологии у этих людей выявляются не часто, и соответственно, также редко лечатся. Запущенность заболеваний и травм создает трудности в эффективном лечении.

Когда видишь кадры из жизни наркоманов, поражаешься тому, сколько физических страданий переносят эти люди от разных ран, язв, возникающих из-за постоянных инъекций наркотиков. И все это они терпят, не желая бросать наркотики, потому что они становятся целью и смыслом их существования. Именно существования, потому что жизнью это назвать трудно.

Почему человек начинает или продолжает употреблять наркотики? Этому способствует ряд причин:  простое любопытство, чувство протеста и вызов обществу, желание уйти от проблем и т. п. Наркотик используется в качестве средства для побега от общества, которое воспринимается как источник опасности для человека. Это бегство может быть как индивидуальным, так и коллективным. Как известно, подростки очень поддаются влиянию сверстников, поэтому более сильные в эмоциональном плане сверстники способны вовлечь в наркотизацию слабовольных подростков, не уверенных в себе и не имеющих сил противостоять компании.

Поведение человека напрямую зависит от благосостояния общества, и условия общественной жизни значительно определяют его взгляды и убеждения. Кризис ведет к различным формам девиантного поведения, среди которых – и наркомания.

Среди факторов, провоцирующих наркотизацию, можно назвать и доступность психоактивных веществ, причем эта доступность как физическая, так и эмоциональная (то есть, в обществе нет установки на неприменение наркотиков).

Среди фактов, свидетельствующих о растущей численности наркобольных, значатся данные о контингенте инфекционных, терапевтических, туберкулезных, хирургических, травматологических, онкологических, токсикологических и других отделений больниц, оказывающих помощь больным в связи с осложнениями, вызванными наркотизацией и алкоголизацией.

Не охвачены статистикой беспризорные, среди которых употребление психоактивных веществ зачастую является неотъемлемой частью бытия.

Единичные энтузиасты-меценаты, религиозные и общественные организации не способны решить эту проблему, тем более, если государственные мужи не только не признают ее существование, а еще и препятствуют организации приютов для таких детей, утверждая, что в стране подобной ситуации нет.

Поэтому увеличение количества анонимных кабинетов, реабилитационных центров, палат интенсивной терапии для оказания неотложной помощи наркобольным является необходимой мерой против роста наркомании.

**Причины наркомании**

С тех пор, как наркомания в нашем обществе приобрела масштабы пандемии, ученые работают над тем, чтобы устранить это негативное явление, забирающее миллионы жизней. Но для этой борьбы необходимо точно определить причины, приводящие человека к развитию наркологической зависимости.

Все известные на сегодня причины наркомании условно подразделяются на психологические и физиологические. Но это не говорит, что в каждом отдельном случае употребления наркотиков виновата только одна группа факторов. Обычно формирование зависимости от алкоголя и наркомании представляет собой сложную картину, в которой переплетены многие аспекты и индивидуальные особенности человека.



**Психологические причины наркомании**

Причины развития наркомании, относящиеся к психологическим, еще называют социальными. Многие из них зависят от психоэмоционального состояния, обусловленного генетикой человека.

***К психологическим причинам наркомании можно отнести:***

* семейные проблемы.

Это и недостаток и избыток родительской любви, когда ребенка чрезмерно опекают, не давая ему возможности развиваться и проявлять себя самостоятельно. Избалованность детей, как и семейная тирания, рукоприкладство в семье также способны повлиять на то, что подросток будет искать утешение в наркотиках. Эта проблема может развиться и в случаях недостаточного воспитания детей, когда им не дают соответствующих знаний о вреде алкоголя, наркотиков и сигарет;

* любопытство.

Часто мотивацией к первому употреблению наркотиков становится простое любопытство перед новыми ощущениями. Причем возникнуть оно может  как самостоятельно, так и от постороннего внушения. Каждый впервые пробующий наркотик, думает, что ничего страшного не произойдет, если сделать это только один раз;

* стремление достичь интеллектуального и творческого успеха.

Обычно этим страдают образованные и творческие люди, считающие, что наркотики дадут им возможность «расширить сознание» и сделать новые открытия, или даже провести эксперименты над самим собой;

* бунтарство против семейных и общественных устоев.

Это нежелание подчиняться законам и устоям общества, семьи, государства в силу юношеского максимализма и индивидуальных личностных качеств;

* внутренняя недисциплинированность, отсутствие ответственности за свои поступки и моральных качеств;
* внутренние конфликты.
* неудовлетворение самим собой, скука, неуверенность в себе и в своем будущем, страх, незащищенность, ощущение тревоги и несчастья;
* подражание кумирам, желание быть похожим на других, повысить свою популярность в компании сверстников, поддержать общение;
* отсутствие интересов к здоровым увлечениям, дурное окружение.

К социальным причинам наркомании, кроме выше названных, можно отнести и такие проблемы государства, как:

* кризис ценностей в современном обществе;
* влияние западной культуры;
* триумф аморальности и отсутствие цензуры в источниках информации, скрытая пропаганда аморального поведения;
* неполноценность системы детско-юношеских организаций и клубов по интересам;
* отсутствие  эффективной пропаганды здорового образа жизни

.

**Физиологические причины наркомании**

Ученые, занимающиеся проблемой патологических зависимостей, представляют результаты отечественных и зарубежных исследований, которые свидетельствуют, что настроение и эмоциональный баланс человека зависят от биохимического обмена в головном мозге. Недостаточная или избыточная выработка нейромедиаторов – особых веществ, участвующих в этом обмене, ведет к развитию тревоги, страха, депрессий. Человек чувствует неудовлетворенность, эмоциональное напряжение, его преследуют навязчивые состояния. Он подсознательно стремится избавиться от этих неприятных ощущений и рано или поздно становится на путь наркотизации.

Наркотик в этом случае заменяет недостающие нейромедиаторы, и дает человеку ощущение комфорта и спокойствия, которых он желал. Для многих людей наркотики становится ключом к виртуальной двери в мир желаемого удовлетворения.

**Психологические проблемы наркомании**

Специалисты, занимающиеся изучением зависимостей, сходятся в том, что как таковых проблем алкоголя и наркотиков по отдельности не существует. Имеет место проблема психических и поведенческих отклонений в развитии личности.

Человеческий мозг вырабатывает эндорфины, которые называют гормонами радости. Они отвечают за состояния эйфории, удовольствия, экстаза, расслабления и обезболивания, которые были названы американским психологом Маслоу «пиковыми состояниями сознания».

Алкоголь или наркотик выступают заместителями или стимуляторами выработки эндорфинов. Уже однократный прием веществ такого рода уменьшает количество собственных эндорфинов. Поэтому для восстановления утраченных «гормонов радости» человеку требуется новая доза. Именно в желании достичь состоянии эйфории в большинстве случаев кроются причины наркомании и алкоголизма.

Стремление человека к счастью, блаженству и полному удовлетворению от жизни вполне естественно. Но все знают, что алкоголь и наркотики – это вредно, страшно и плохо заканчивается. Почему тогда люди выбирают такое нездоровое удовлетворение своих желаний?

Причины любых зависимостей почти идентичны – это недовольство своей жизнью и стремление ее изменить, но нездоровыми, инфантильными методами. Инфантильный означает «психически незрелый», с детским мышлением. Наркотики и алкоголь – это не что иное, как незрелая попытка решения внутренних проблем. Это самый легкий путь, не требующий ответственности и изменений в своей деятельности.

К сожалению, сейчас очень мало полностью зрелых и самодостаточных молодых людей. А инфантильный человек не может понять себя и найти пути решения собственных проблем, особенно если они отяготились наркотической или алкогольной зависимостью. Как говорил А. Эйнштейн, «мы не может решить наши проблемы, оставаясь на своем уровне». С этой точки зрения зависимость является попыткой решить взрослые проблемы детскими методами.

Среди алкоголиков и наркоманов немало успешных и состоявшихся людей – артистов, бизнесменов, политиков. Но инфантильность в их случае проявляется не в умении делать деньги, а в отсутствии социально значимых целей, видения жизни вообще, в     неразвитости духовно-нравственной сферы жизни.

Одним из ярких проявлений инфантилизма является неумение отказываться от удовольствий или откладывать их. И под этими удовольствиями подразумеваются, в первую очередь, низшие человеческие потребности – получение физиологических удовольствий, даже в противовес инстинкту самосохранения.

Почему же инфантильность – такое распространенное явление в социуме? Оказывается, это напрямую связано с родительской любовью. Родители часто буквально уродуют психику детей, не давая им нормально взрослеть, прерывая попытки детей найти собственную манеру поведения, чрезмерно оберегая ребенка или разрушая его доверие к себе в плане способности познать мир. Настоящая родительская любовь должна развивать, воспитывать и побуждать.

Психологическая зависимость возникает задолго до физиологической, и начинается она с того, что преподносится нам в приукрашенном виде. Неопытных молодых людей ловят на психологический «крючок», преподнося товар таким образом, что его хочется попробовать. Целью любой рекламы является убеждение человека с низкой самооценкой в том, что, используя этот товар, он станет привлекательнее и востребование.

Поэтому, чтобы избавиться от зависимости, следует решить свои внутренние проблемы. Пока не изменятся мотивы, не изменится ничего. Как же изменить ситуацию? Это можно сделать с помощью духовного совершенствования – не в религиозном аспекте, а в смысле последовательного преодоления всего инфантильного и зависимого – своего мышления, поведения и взаимодействия с окружающим миром.

О наркомании часто говорят, как о болезни нашего общества, предполагая, что избавляться от нее нужно, ликвидируя торговцев наркотиками, словно болезнетворных микробов. Но ведь здоровым считается не тот организм, в котором нет микробов, а тот, который имеет сильный иммунитет. Поэтому путь борьбы с наркоманией и алкоголизмом  — это создание собственного «морального иммунитета».  А это процесс длительный, требующий глубокого самоанализа, знаний, волевых качеств и серьезной работы над собой.

**Признаки наркомании**

Наркоманию можно назвать медленным самоубийством, причем это самоубийство происходит очень долго и мучительно. Наркомания – это зависимость человека от наркотических веществ и ощущений, вызываемых этими веществами. Будучи под действием наркотиков, человек некоторое время ощущает эйфорию – очень приятное состояние. Но оно проходит, и на смену «кайфу» приходят совершенно противоположные ощущения. Чтобы избавиться от страданий, вызванных ломкой (абстиненцией), наркоман должен снова принять дозу наркотика, несколько большую.

Если наркотик не поступает в организм, приходит боль – сильная и мучительная, от которой невозможно избавиться. Наркоман вынужден искать новую дозу, чтобы избежать страданий. Ради наркотика он готов на все, даже на серьезное преступление.

В жизни наркомана все, кроме наркотиков, становится неважным. Он ставит эти химические препараты на первое место, оттесняя на задний план все хорошее, что у него было – семью, любовь, человеческие приоритеты, друзей. Наркомана легко подчинить, дав ему наркотик – единственную нужную ему вещь.

**Признаки наркомании**

Никто из родителей не желал бы для своего сына или дочери участи наркомана. Зависимость от психоактивных веществ проявляется не после одного приема, если не брать во внимание очень сильные наркотики. Привыкание к наркотику обычно длится примерно шесть месяцев. За это время внимательные родственники и друзья могут заметить у подростка или своего близкого человека первые признаки употребления наркотиков. На ранних этапах употребления наркотиков человека еще можно спасти от ужасной зависимости.

**Каковы же признаки употребления наркотиков? Это:**

* резкая смена настроения, возникающая без видимых причин;

На перепады настроения не влияет ни погода, ни ссоры с близкими или друзьями. Нет ничего, чтобы могло повлиять на изменение настроения человека, но он может стать раздражительным или слишком радостным без всяких причин.

* изменение ритма сна;

Раньше человек ложился спать и вставал рано, днем был бодрым. А в период привыкания к наркотикам его ритмы меняются. Днем он может быть сонным и вялым, а ночью –бодрым.

* изменение аппетита;

Ранее у человека был хороший аппетит, он ел довольно много. Сейчас есть мало, без аппетита. Или наоборот – раньше ел мало, а сейчас появился «волчий» аппетит, и он есть непомерное количество пищи. Нарушается и режим приема пищи – человек может не есть весь день, а вечером с жадностью накидываться на еду.

* перемена в манере еды;

Тот, кто раньше ел размеренно и медленно, теперь употребляет пищу жадно и порывисто. Самостоятельно готовить себе еду он не желает.

* изменение в ритме жизни;

Употребление наркотиков влияет на поведение и состояние человека. Он реже приходит домой, а когда приходит, заметно его заторможенное состояние. Чаще всего он сразу же набрасывается на еду.

Эти первые признаки наркомании помогут заподозрить человека в употреблении наркотиков, но они слишком общие, и повлиять на такое поведение подростка могут и другие причины. Поэтому следует более внимательно проследить за своим ребенком или близким человеком.

Основные признаки наркомании у подростков связаны с изменением их поведения.

В первую очередь, это изменение круга общения. Подросток забывает старых друзей, отказывается от общения с ними, вместо этого у него появляются новые знакомые, с которыми он разговаривает тихо, туманными фразами. Подросток стремится к уединению, часто закрывается в своей комнате. Надолго уходит из дома и возвращается поздно.

У подростка  пропадает интерес к любимым ранее занятиям, вместо этого он может начать интересоваться содержимым домашней аптечки и читать книги или статьи по фармакологии.

Перепады настроения проявляются все чаще, появляются агрессивность, повышенная возбудимость, а иногда – чрезмерная веселость. Они сменяются безразличием. Движения подростка становятся плохо скоординированными, резкими.

Одним из главных признаков, по которым можно заподозрить наркоманию, является увеличенная потребность подростка в деньгах. Под различными предлогами он все чаще требует их у родителей. Из дома начинают пропадать ценные вещи и другие предметы.

Прямым доказательством того, что подросток связался с наркотиками, являются найденные в доме иголки от шприцев, использованные шприцы, фольга, свечки, зажигалки, закопченные ложки, папиросы.

Помимо вышеназванных изменений в ритме жизни и самочувствии подростка, у него могут наблюдаться скачки артериального давления,  кишечные расстройства. Изо рта может ощущаться резкий, неприятный запах – признак курения анаши. У тех, кто употребляет героин, могут быть постоянный кашель и насморк.

**Внешние признаки наркомании** – затуманенный взгляд, нездоровый блеск в глазах, сильно суженные или расширенные зрачки. Цвет лица у наркоманов бледный, даже землистый, волосы безжизненные и ломкие. У курящих анашу возле носа и на щеках может появиться пятно в форме бабочки.

У человека, употребляющего наркотики, появляется неряшливость в одежде и стремление к черному цвету вещей. Наркоманы даже в жаркую погоду носят рубашки и пуловеры с длинными рукавами, чтобы не были видны следы от уколов.



Если вы заметили у подростка несколько из вышеописанных признаков, попробуйте поговорить с ним. В процессе такого разговора можно определить, подтверждаются ли ваши подозрения. Если завести разговор о наркотиках, то подросток сразу насторожится, и после вашего вопроса пройдет длительная пауза, прежде чем подросток на него ответит. А может, ответа не будет вообще, или на вопросы он будет отвечать заторможено. При наркотизации даже самый простой вопрос может вызвать у подростка затруднение.

Существует несколько признаков, по которым можно судить, что у человека развилась наркотическая зависимость, и бороться с ней можно только, прибегнув к помощи специалистов.

**Основные признаки наркомании и токсикомании**:

* возникновение личных и социальных проблем, связанных со злоупотреблением наркотиков;
* рост толерантности (переносимости) к наркотическим веществам;
* непреодолимое влечение к наркотикам и желание употреблять их, приводящие к совершению любых поступков для добычи наркотика.

**Признаки употребления конкретных наркотиков**

**Конопля**

Вызывает сухость во рту, покраснение губ и глаз, расширение зрачков. Наркоман становится неусидчивым, постоянно двигается. Речь его нетороплива. Аппетит «волчий», после того как опьянение пройдет, наблюдается сильная жажда.

**Наркотики опиатной группы**

Вызывают состояние спокойствия, умиротворения и эйфории. Один-два приема этих наркотиков вызывают психологическую и физическую зависимость. У наркоманов, употребляющих опиаты, наблюдается сонливость. Они могут разговаривать, затем провалится в сон, а потом снова проснуться и продолжать разговор. При разговоре растягивают слова и могут по нескольку раз повторять одно и то же.

Об употреблении опиатов свидетельствует суженный зрачок, не реагирующий на свет, бледная кожа и покрасневшие, слегка припухшие губы. Наблюдается пониженная болевая чувствительность. Меняется режим сна и бодрствования.

**Кокаин**

Длительное употребление наркотиков, изготовленных из растений коки, вызывает нечувствительность тела от груди до глаз. Признаками употребления этого наркотика являются: расширенные зрачки, потеря аппетита, бессонница, возбужденность и тревожность, гиперактивность. Кокаин вызывает кратковременное повышение работоспособности и чувство эйфории, стимулирует центральную нервную систему. У наркоманов, употребляющих кокаин, наблюдается повышение кровяного давления, учащение пульса и дыхания, повышенная потливость.

**Психостимуляторы**

Признаки употребления этих препаратов: злобность, агрессивность, тревожность и подозрительность. Может наблюдаться склонность к суициду. Наркоман очень оживлен, он быстро говорит и меняет темы разговора. Все дела «горят» у него в руках. Некоторые виды психостимуляторов вызывают сильное половое желание.

**Галлюциногены**

Вызывают галлюцинации различного типа: зрительные, слуховые, осязательные и обонятельные. Наблюдается повышение давления и учащение пульса, дрожание рук, сухость кожи, расширение зрачков. Утрачивается самоконтроль и нарушается координация движений.

**Состояние наркомана при отсутствии наркотиков**

Человек, недавно попавший в наркотическую ловушку, не хочет, чтобы об этом узнали его близкие. Он старается избежать общения, чтобы никто не заметил, что с ним что-то не так. И эта замкнутость иногда доходит до крайности. Подросток может избегать и игнорировать не только друзей и знакомых, но даже родителей. Когда с ним пытаются завести разговор, он раздражается, разыгрывает обиду или делает другие действия, чтобы уйти от разговора.

Когда зависимый от наркотиков человек перестает выходить из дома, он не получает очередную дозу наркотиков. Это быстро отражается на его состоянии – ухудшается его сон, появляется беспокойство, раздражительность, он не находит себе места. Могут появиться пятна на коже, насморк, хотя эти признаки многие считают следствием простуды. Через 6 часов начинает сильно болеть голова, мышцы сковываются, и наркоман начинает их растирать. Затем приходит состояние обездвиженности, и человек впадает в состояние, пограничное между бодрствованием и сном.

Это состояние – абстиненция, и она очень болезненна для наркомана. По-другому ее называют «ломкой». Многие считают, что во время ломки можно умереть, но это ошибочно. В наркологической практике не было случаев смертей от абстинентного синдрома. Наркоманы иногда преувеличивают свои мучения перед другими людьми, чтобы выпросить дозу наркотика.

Ломка, безусловно, доставляет сильную боль, но давать наркоману очередную дозу – тоже не выход. Но избавить наркомана от его зависимости, полностью изолировав от наркотиков, и оставив наедине с его болью от абстиненции, нельзя. От наркотической зависимости могут избавить только врачи-наркологи, при этом лечение будет мене болезненным и эффективным.

В начале лечения больному дают много витаминов и минералов, чтобы восстановить силы организма для дальнейшей борьбы с наркотической зависимостью. В первые несколько дней больной не может ничего есть, у него наблюдается расстройство пищеварения и отсутствие аппетита. Затем наступает потеря сил и долгая депрессия, когда больного ничего не интересует, кроме очередной дозы наркотика.

В первый период он даже не понимает смысл слов, которые ему говорят, а затем он вполне способен прислушаться к наставлениям врача. Пусть это будет не с первого раза, так как сознание наркомана еще затуманено, но несколько раз повторенные слова все же достигают его сознания. Запугивать наркомана в надежде, что он одумается, бесполезно. В таком состоянии ему безразлично будущее, так как после недавно перенесенных телесных страданий он не боится других наказаний.

Не пытайтесь  лечить наркомана в домашних условиях. Нельзя заставлять его силой терпеть абстиненцию, так как это может больше навредить, чем помочь. В таких случаях по-настоящему помочь зависимому от наркотиков могут только специалисты наркологических клиник.

# Наркотическая ломка

Наркомания – тяжелое заболевание, приводящее к поражению внутренних органов, развитию неврологических и психических расстройств, и приводящее к деградации личности. Наркоман – человек, физически и психически зависимый от психоактивных веществ, нуждается в постепенном увеличении их дозы.

Наркотическая зависимость развивается очень быстро, и человек сам не замечает, как попадает в ее сети. Наркотики действуют на мозг так, что употребляющий их человек долгое время считает, что он контролирует себя, и при желании запросто может отказаться от психоактивных препаратов.

В зависимости от степени тяжести наркотической зависимости, воздержание от употребления наркотиков часто ведет к абстинентному синдрому, или как его еще называют – наркотической ломке.

**Наркотическая ломка**  — это патологическое состояние, которое у разных людей проявляется через разное время употребления наркотиков.  В основном, абстинентный синдром развивается на фоне принятия сильных наркотиков, героина.



Обычно ломка появляется после употребления наркотических веществ в течение нескольких недель. За этот период у человека обычно развивается  наркотическая зависимость, и появляется потребность в увеличении дозы. Чем выше «стаж» наркомана, тем интенсивнее наркотический абстинентный синдром.

Но у людей, имеющих определенные особенности нервной системы или ее болезненные изменения, ломка может появиться даже после двух-трех раз употребления наркотиков.

Осознавать то, что он попал в коварные сети наркотической зависимости, человек начинает только тогда, когда появляется абстинентный синдром. При невозможности принять наркотик больной ощущает ломку. Она у каждого наркомана разная, но по всем своим симптомам всегда болезненна и неприятна.

## Симптомы наркотической ломки

## Первые признаки абстинентного синдрома у наркомана появляются по истечении 8-10 часов от употребления последней дозы. Первые признаки наркотической ломки – нервозность и раздражительность, неспособность контролировать свое поведение и эмоции. Тело содрогается от сильнейшего озноба, наблюдается обильное слюноотделение и слезоточивость, нос закладывает от насморка, повышается потоотделение.

## Через некоторое время расширенные зрачки наркомана перестают реагировать на свет. Начинается сильная рвота. Наркоман не может ничего есть. Аппетита нет вообще, да и старание съесть что-либо оборачивается отечностью. Если больной не употребит наркотик, все симптомы ломки усилятся и достигнут пика интенсивности через трое суток.

## Затем у наркомана повышается артериальное давление, учащается пульс, развивается диарея. Но самый основной и самый болезненный симптом наркотической ломки – сильнейшая боль в костях и суставах. Человека словно ломает. Его мышцы сводят судороги. Измученному болью наркоману даже не удается отдохнуть или отключиться. У мужчин во время ломки может возникнуть самопроизвольная эякуляция.

## Но тяжелее, чем физическую боль, наркоман во время абстинентного синдрома переносит психологические страдания. Оказывается, что боли при ломке являются мнимыми, фантомными. Когда человек начинает употреблять наркотические вещества, он ждет от них чувства удовольствия. Но когда вместо наслаждения приходит ломка, больной понимает, что наркотик не даст ему желаемых удовольствий. После начала развития абстинентного синдрома «кайф» от наркотика вообще пропадает, и наркоман вынужден принимать препараты, чтобы избавиться от страданий.

## Наркотические вещества обладают свойствами угнетать нейроны, поэтому они блокируют болевые ощущения. После регулярного употребления наркотиков нервная система привыкает к такой работе, и ее клетки перестают вырабатывать собственные обезболивающие вещества – эндорфины, отвечающие также за чувства удовольствия и радости. Клетки всех тканей и органов начинают требовать наркотические вещества, отказываясь функционировать без них. Вместо адекватных сигналов мозг получает сигналы о том, что организм страдает. Это и есть наркотическая ломка.

## Снятие наркотической ломки

## Снятие наркотической ломки — это первый победный результат в борьбе с наркотической зависимостью.  Само название «наркотическая ломка» звучит страшно, но еще страшнее увидеть это состояние воочию, не говоря уже о том, чтобы ощутить его на себе. Если бы наркоман был в состоянии безболезненно побороть абстинентный синдром, то он легко смог бы отказаться от наркотиков. Именно болевые ощущения при ломке заставляют наркомана снова и снова употреблять наркотик. После пережитой ломки наркоман уже не может существовать без наркотиков.

## Чем дольше длится прием наркотиков, тем сложнее снять наркотическую ломку. При большом наркотическом стаже ломку следует обязательно снимать в стационаре, чтобы больной постоянно находился под наблюдением врачей. Симптомы ломки заставляют наркомана испытывать сильный дискомфорт, от которого его могут избавить только квалифицированные наркологи.

## Процесс снятия абстинентного синдрома при наркомании подразумевает полное прекращение употребления наркотиков. При снятии ломки у наркомана устраняют болевой синдром и уменьшают нервозность. Исключение из общих правил составляют лишь серьезные случаи наркомании, при которых резкий отказ от наркотиков может привести к смерти пациента. При снятии ломки сначала из организма наркомана выводят токсины и не усвоившиеся яды. Такая процедура называется детоксикацией. Эта фаза лечения является обязательной при устранении наркотического абстинентного синдрома.

**Как снять наркотическую ломку?**

В современной наркологической практике имеется достаточно широкий арсенал средств для снятия ломки, но чтобы достичь нужного эффекта, необходимо в каждом конкретном случае определить состав и количество лекарственных препаратов или назначать иные методы детоксикации. Это по силам лишь квалифицированному специалисту.

Некоторые наркоманы пытаются снять ломку самостоятельно, в домашних условиях. Но такие случаи еще ни разу не приносили нужного результата. Больной принимает алкоголь в надежде, что он избавит его от боли, но этим ситуация только усугубляется. Пытаясь заснуть, чтобы избавиться от ноющих болей, наркоман принимает обезболивающие и снотворные препараты.  Но без всех этих средств ломка даже менее опасна. Особую опасность несет употребление во время абстинентного синдрома различных психостимуляторов, которые в данной ситуации несут огромный риску для здоровья и жизни наркомана.

При снятии ломки на дому всегда есть риск осложнений, к тому же в таких условиях отсутствует строгий контроль за соблюдением больным необходимого режима трезвости. Поэтому снимать ломку и лечить наркотическую зависимость следует в условиях стационара, где для этого есть необходимые условия, оборудование и препараты.

Больной должен знать, что снятие ломки будет продолжаться  5-7 дней, в течение которых его организм будет очищен от токсинов, остатков наркотических веществ и будут смягчены и затем сняты симптомы ломки. В большинстве случаев процедуры начинаются с внутривенного введения больному полиионного солевого раствора, который восстанавливает в его организме электролитический баланс. В этот раствор добавляются успокоительные, снотворные, сосудорасширяющие, мочегонные и другие препараты.

После детоксикации организма больному вводят витамины и минералы, помогающие организму мобилизовать внутренние силы для более скорого восстановления.

Снятие ломки – первый этап в лечении наркотической зависимости. Наркоман должен понимать, что после  устранение абстинентного синдрома обязательно должно последовать лечение губительной зависимости от наркотических препаратов, иначе его жизнь пойдет под откос.

Лечение наркомании начинается со снятия ломки, затем проводится медикаментозная терапия. После этого большое внимание уделяется психологической реабилитации и  социальной адаптации человека. Вместе с больным специалисты наркологических клиник проходят все этапы этого сложного пути и поддерживают его на каждом уровне избавления от наркомании. Если пациент будет строго выполнять все рекомендации врачей и серьезно подойдет к вопросу своего лечения, то он сможет возвратиться к нормальной жизни и снова обрести семью, друзей, работу…

# Психопатические последствия наркомании

# Употребление наркотиков губит не только тело человека, но и его душу. Последствия наркомании страшны как для физического состояния человека, так и для его психики. Среди всех медицинских последствий наркотической зависимости выделяются типичные изменения личности людей, регулярно употребляющих психоактивные вещества.

# Это – обеднение и ослабление психики, утрата эмоций и интересов, уменьшение жизненного потенциала.

# На первых этапах приобщения к наркотическим веществам у людей преобладают аффективные нарушения, то есть происходит увеличение чувствительности, наблюдается склонность к эмоциональной шаткости и неадекватным реакциям на происходящее вокруг них. С течением времени субъективным характеристики личности сглаживаются, и больные по своему поведению становятся похожими друг на друга.

# У наркоманов наблюдается поведение, характеризующееся депрессивностью, лживостью, потерей чувства долга и самокритики. Они перестают реально оценивать опасность последствий наркомании. Происходит психопатическая деградация личности, при которой все мысли и силы человека подчинены одной цели – найти и употребить наркотик.

### Социальные последствия наркомании

### Употребление наркотиков приводит к огромному числу трудностей и тупиковых ситуаций для самого больного. Они проявляются уже после первой дозы наркотика. Человек попадает в совершенно иной мир, где нет никаких забот и тревог. Этот мир вскоре заменит ему реальный, но не надолго, а в реальном мире его ждет настоящий кошмар – психологическая нестабильность, депрессии, постоянные ломки, головная боль, гниющие зубы, выпадающие волосы, хронический кашель, импотенция. Тело человека начинает гнить от яда под названием наркотик.

### В социальном плане наркомана ждет полный крах. Его личная жизнь расстраивается, семья разваливается, работать он уже не в состоянии. Но на вопрос – стоит ли наркотик всего этого? – многие наркоманы отвечают утвердительно.

### Для человека, «севшего» на наркотики, начинается жизнь с постоянным мраком больничных коридоров, скальпелей и фонендоскопов, бесцветным окружающим миром, социальным непониманием, отрицанием со стороны родных людей. Большинство наркозависимых отрицают то, что они уже попались на «крючок» наркотиков, а окружающие на них перестают реагировать.  Ведь каждый сам выбирает свой путь в жизни. Но социальные последствия наркомании нельзя отрицать. Это – растущий уровень преступности с участием наркозависимых, неуверенность в будущем и ставший более опасным уровень жизни людей.

### Социальные последствия алкоголизма и наркомании имеют отношение и к самому важному для каждого человека – последующему поколению. Еще полвека назад про наркотики практически никто не слышал, а сегодня их можно купить, где угодно. Что же ждет нашу молодежь и будущие поколения, если за устранение наркомании не взяться со всей решительностью уже сегодня?

### Медицинские последствия наркомании

### Самыми распространенными последствиями употребления наркотиков для здоровья человека являются инфекции, появляющиеся из-за отсутствия гигиены во время инъекций. Это – гепатиты В и С, заражения крови, СПИД.

### Почти у всех наркоманов увеличена и болезненна печень, наблюдаются нарушения в работе дыхательной, сердечнососудистой, эндокринной, нервной и выделительной систем. Немаловажным является такой показатель тяжести последствий наркомании как преждевременная смертность из-за несчастных случаев, суицидов, интоксикаций при передозировках, травм, насильственных действий и соматических заболеваний. Средний возраст, в котором гибнут наркоманы – 36 лет.

## Наркомания и токсикомания — их последствия

## Для психики человека практически идентичны. Психопатические расстройства наиболее быстро развиваются у больных, вдыхающих испарения органических растворителей, особенно барбитуратов и других седативных средств. На последних стадиях токсикомании у больных созревает  слабоумие.



Тяжелым медицинским последствием наркомании и токсикомании является повышенная склонность больных к самоубийствам. По статистике, наркоманы совершают суицидальные поступки в 5-20 раз чаще нормальных людей. Кроме того, они склонны к причинению себе телесных повреждений – например, порезов. Но чаще всего такие действия наркоманы совершают с целью собственного успокоения — вид крови снимает у них напряжение.

## Производные конопли — марихуана, гашиш

## Конопля приводит к зависимости – сначала психической, характеризующейся сильным влечением к повторному приему наркотика, а затем – к физической, при которой наблюдается абстинентный синдром. Больного преследуют раздражительность, снижение настроения, нетерпеливость, он теряет аппетит, не может заснуть, худеет. Наблюдаются тремор, озноб, тяжесть и сдавливание в висках и груди. Этот продолжается от 3-х дней до нескольких недель.

## Одноразовое употребление производных конопли может привести в потере ощущения времени и пространства, ненормальному восприятию звуков и цветов, потери связи с окружающим миром. Часто происходит нарушение зрения, проявляются симптомы интоксикационного психоза с галлюцинациями, бредовыми идеями, состоянием паники и страха. Могут приходить мысли о самоубийстве.

## Последствия подростковой наркомании при употреблении марихуаны часто проявляются как амотивационный синдром, «выгорание». Пропадает интерес к окружающему миру, учебе и работе. Такой синдром ощущают 40% наркоманов, регулярно употребляющих марихуану. Этот наркотик приводит к серьезному повреждению мозга. Кроме бессонницы и головной боли, наркозависимые от конопли, страдают пониженным аппетитом, желудочными расстройствами или хроническим запором, масса их тела уменьшается до состояния истощения.

## Даже небольшие дозы этого наркотика значительно ухудшается память и способность понимать цели и задачи, ослабевает внимание и сосредоточение. Это приводит к невозможности обучаться. Одна сигарета с гашишем способна подавить память человека на 37 дней! При употреблении производных конопли высок риск развития шизофрении.

## Иммунитет становится мишенью для этого наркотика. Его употребление женщинами приводит к повреждению молекул ДНК, отвечающих за генетическую информацию. Нарушается овуляция, развивается бесплодие. У мужчин этот наркотик снижает подвижность и количество здоровых сперматозоидов, уменьшает сексуальную активность.

## Опиум и его производные

## Кроме психической зависимости, вызывают ярко выраженную физическую.  Опиаты угнетают головной и спинной мозг, приводят к развитию энцефалопатии – снижению умственных способностей. Вещества, которыми обрабатывается сырье для опиатов, отрицательно воздействуют на легкие, сердце и печень.

## Физическая зависимость от этих наркотиков выражается в абстинентом синдроме, возникающем при отсутствии опиата. При этом у больного возникает непреодолимое желание принять наркотик, возникают судороги, теряется аппетит, наблюдается двигательное беспокойство, зевота, слабость, потливость, понос и рвота. Он ощущает стильные боли в мышцах, суставах и животе. Повышаются артериальное давление и температура тела.

## Для поиска очередной дозы наркоман вынужден совершать противоправные действия. У этих людей часто возникают масли о самоубийстве, он не способны концентрировать внимание, утрачивают интерес к работе и становятся бесполезными для общества.

## Хроническое употребление опиатов ведет к истощению иммунитета. Нестерильные шприцы вызывают инфильтраты, воспаления вен, печени, легких, сепсис и эндокардит.  Наркоманы – главные распространители гепатита, венерических заболеваний и СПИДа. Со временем они становятся инвалидами по психическому или другому заболеванию.

## Кокаин и другие психотропные вещества

Кокаин формирует выраженную психическую и слабую физическую зависимость. ЛСД даже при однократном употреблении способен непоправимо повредить клетки мозга и создать симптомы, подобные шизофреническим.

Амфетамины являются стимуляторами центральной нервной системы, и при 3-5 инъекций вызывают зависимость. Эфедрин из-за наличия солей марганца после нескольких лет употребления вызывает паралич ног и специфическое марганцевое слабоумие, которые не лечатся.

Летучие наркотически действующие вещества (ЛНВД) – лаки, дезодоранты, ацетон, бензин, клеи и т. п., быстрее и сильнее разрушают организм, чем некоторые наркотики. У подростков-токсикоманов  быстро возникает отставание в физическом умственном развитии, повреждаются ткани и органы, что приводит к инвалидности.

\* \* \*

Лечение последствий наркомании бывает долгим и мучительным, и не всегда удается восстановить здоровье в полной мере. Многие повреждения организма необратимы. Поэтому перед тем, как принять решение об употреблении наркотика, стоит задуматься о том, во что в скором времени выльется кратковременная эйфория и побег от жизненных трудностей.



Не существует легких, безопасных или маловредных наркотиков. Так называемый «лёгкий» наркотик пробивает путь более «тяжёлому», как правило, им оказывается героин.

Как правило, наркоманы редко доживают до 30 лет. Любой наркотик – это яд, разрушающий здоровье человека и ведущий к гибели.

**Профилактика наркомании**

Наркомания в наше время достигла масштабов эпидемии.Ее распространениеидет гораздо быстрее, чем принимаются меры по борьбе с этим страшным явлением. Поэтому немаловажное значение в современном обществе приобретает профилактика наркомании. Она подразумевает комплекс мер, предупреждающих появления наркомании.

Наркотическая зависимость – это состояние человека, когда он постоянно думает о наркотиках, стремится получить их для определенных приятных  ощущений или избавления от психического дискомфорта. Ради того, чтобы получить ощущение эйфории, наркоман идет на все. Он легко переступает границы морали, разрушает свою семью, становится преступником и даже убийцей. Личность больного наркотической зависимостью становится эгоцентричной, а тело истощается, в результате чего наркоман  с невероятной скоростью «катится» к своей гибели.

Так как интересы наркомана сосредотачиваются только на добыче и употреблении наркотиков, в кругу его общения находятся, в основном, антисоциальные личности. Наркоман с опытом не имеет работы, друзей, семьи. Для общества он совершенно бесполезен и только доставляет проблемы. Поэтому общество не только ради своего комфорта, но и в гуманных целях стремится уменьшить рост наркомании и вернуть к полноценной жизни людей, зависимых от наркотиков.

И самым доступным и современным способом для этого является профилактика наркомании и токсикомании в школах. Ведь именно подростки чаще всего становятся жертвами этих пагубных пристрастий. Дети при нужном подходе и доступной информации способны сформировать собственное мнение о таком явлении, как наркомания. Они в состоянии четко понимать, что такое наркотики, как они действуют на организм, и каковы последствия их употребления.

**Профилактика наркомании среди подростков**

От качества профилактической работы зависит жизнь потенциальных наркоманов, членов их семей и общества вообще. Поэтому  профилактика наркомании у подростков не должна проводится халатно и «ради галочки».



**Мероприятия по профилактике наркомании**

Профилактика наркомании должна стать неотъемлемой частью просвещения. Для этого в школах проводятся  лекции и занятия по профилактике наркомании, демонстрируются документальные и художественные фильмы. Хорошая профилактическая работа среди подростков дает ощутимые результаты, и она должна вестись постоянно и в широких масштабах. Правильно проведенные профилактические мероприятия среди подростков обязательно станут сдерживающим фактором и уменьшат количество молодых людей, «присевших» на наркотики.



Педагоги, психологи и социальные работники в своей работе по профилактике наркомании среди подростков и детей могут пользоваться методами, разработанными в России. Основной принцип этой методики основан на заполнении информационного вакуума и предполагает создание действующего и постоянно финансируемого потока рекламы и публикаций в СМИ о мерах профилактики наркомании и алкоголизма.

**Информация по профилактике наркомании должна соответствовать следующим требованиям:**

* быть позитивной и не иметь оттенка безысходности;
* негативная информация должна освещать трагические последствия употребления алкоголя и наркотиков;
* в СМИ не должны демонстрироваться сцены употребления наркотиков и алкоголя;
* любая публикация должна иметь вывод в виде понятной информации и рекомендациям по профилактике употребления алкоголя и наркотиков;
* каждая публикация должна иметь мотивационное воздействие на адресную аудиторию;
* подготовку материалов должны осуществлять только специалисты – наркологи,  психологи, сотрудники правоохранительных органов, социальные работники;
* любую информацию по профилактике наркомании и алкоголизма должен одобрить специальный экспертный совет.

Также в комплексе мер по профилактике наркомании должно быть организовано телефонное консультирование.

Три телефонные службы, работающие в одной системе, смогут стать своеобразным информационным мостом для населения и помогут отслеживать координаты наркопунктов. Это следующие службы:

1. «Горячая линия». Ее цель – информировать население по вопросам алкоголизма и наркомании, а также давать сведения о лечебных и реабилитационных учреждениях.
2. Круглосуточный телефон поддержки для наркозависимых. На телефоне работают специалисты по химической зависимости.
3. «Телефон доверия». От телефона поддержки отличается тем, что на вопросы отвечают и дают рекомендации профессиональные психологи.

Наркомания, как и алкоголизм – это не личное дело отдельно взятого человека. Из-за наркотизации у зависимых очень высокий риск заболевания СПИДом, венерическими болезнями, гепатитами, и не меньшая возможность их распространения.

Сочетать наркотики и учебу невозможно, поэтому молодежь, втянутая в наркоманию, быстро дезадаптируется в обществе, втягивается в криминал, теряет семью и становится потенциально опасной для окружающих.

Для обеспечения активной работы по профилактике алкоголизма и наркомании, остановки эпидемии и оказания посильной лечебно-реабилитационной помощи больным требуется соответствующая законодательная база. Ведь, в первую очередь, необходима административная ответственность за употребление наркотиков и возможность обследования подозреваемых в наркомании лиц. Первичная профилактика наркомании и реабилитация несовершеннолетних, употребляющих ПАВ, должны иметь широкую основу.

**Виды профилактики наркомании**

В терминологии ВОЗ различают первичную, вторичную и третичную профилактику. В задачу первичной профилактики ставят предупреждение употребления наркотиков. В методике этой профилактики существует четыре основных направления:

1. активная воспитательная работа среди молодежи и подростков;
2. санитарно-гигиеническое воспитание населения;
3. общественная борьба с распространением и употреблением наркотиков;
4. административно-законодательные меры.

Вторичная профилактика наркомании – это раннее выявление лиц, употребляющих психоактивные вещества, и их лечение, а также предупреждение рецидивов и проведение поддерживающей терапии.

В задачу третичной профилактики входит социально-трудовая и медицинская реабилитация больных наркоманией.

Предрасположенность к наркотизму определяется определенными патохарактерологическими особенностями личности. Склонность к употреблению наркотиков имеют подростки с неустойчивым, истерическим характером, терпимые к любым отклонениям от социальных и психических норм, склонные к депрессии, негативно настроенные к основным социальным требованиям.

Профилактика наркомании предполагает и активное выявление пунктов наркотизации. У молодежи сильно развито чувство солидарности, поэтому они употребляют наркотики в группе. Так что от обследуемого подростка вряд ли удастся получить сведения об его «товарищах» по наркотикам. Для этого следует использовать метод фронтального обследования ближайшего окружения нововыявленного потребителя наркотических препаратов.

Немаловажной в профилактике наркомании является санитарно-просветительная работа среди детей и подростков. Но по этому вопросу на сегодня нет единого мнения. Одни специалисты рекомендуют проводить медицинскую пропаганду в школе на протяжении всего учебного года. Другие считают необходимым ввести в учебную программу курс по профилактике наркозависимости.

Представителями наркологической службы в школах и вузах должны проводиться семинары по обучению преподавателей простейшим приемам выявления различных видов опьянения, формированию у подростков настороженности к этой проблеме. Необходимы рассказы о реальных случаях тяжких последствий наркотизма – медицинских и социальных.

Особенно убедительны сообщения о тяжелых отравлениях, ранах, смертельных исходах от передозировок наркотиков и т.п. Необходимо также акцентировать внимание подростков на пагубном влиянии наркотиков на физическое развитие, интеллект и потомство.

Очень важным в профилактических мерах является взаимодействие подростковой наркологической службы и соответствующих подразделений МВД, а также комиссий по делам несовершеннолетних. Сотрудники милиции должны способствовать привлечению молодежи к обследованию и лечению от наркомании. Если подросток уклоняется от посещения наркологического диспансера, не поддается психотерапевтическому воздействию и является лидером группы наркоманов, то здесь необходимо принимать административные меры.

В настоящий момент, к сожалению, медицинская психология, наркология и социология не имеют достаточных знаний для выработки рациональной и эффективной системы профилактики наркомании и алкоголизма среди подростков. До сих пор нет научных данных о биохимических механизмах формирования наркотической зависимости. Эта проблема требует всестороннего изучения, только тогда будет возможна выработка эффективной стратегии профилактики наркомании.

**Реабилитация наркоманов**

Реабилитация – это восстановление какого-либо состояния, способностей и возможностей, которые человек имел в прошлом. Иными словами, это возвращение к оптимальному состоянию, к нормальной жизни. Существует мнение, что наркомания – проблема медицинская, однако исследования этой зависимости показывают, что это не так.

Реабилитация наркоманов проводится различными путями. Существуют общины и центры, где люди живут годами, в изоляции от общества, тяжело работая и самостоятельно себя обслуживая. Немало центров реабилитации, которые сформированы на базе монастырей и церквей. Вних реабилитация наркозависимых основана на вере в Бога и выполнении физической работы. В некоторых центрах больным не разрешается общаться с родственниками, и даже писать письма.

Настоящая реабилитация наркоманов должна учитывать, что наркотическое пристрастие – не что иное, как бессилие человека  перед жизненными трудностями, когда он не использует все свои способности для преодоления проблем и выживания. Еще одна причина пристрастия к наркотикам – желание изменить что-либо в своей жизни. Человек хочет принять наркотик и расслабиться, забыть о проблемах. Он думает, что наркотики – это решение. Но в конечном итоге именно наркотики становятся еще более серьезной проблемой. Реабилитация должна помочь человеку понять это, и осознать причины, по которым он попал в трясину наркотизации.

Еще одна задача реабилитации наркозависимых – восстановить личность человека, потерянную за период употребления наркотиков. Восстановление помогает человеку научиться жить по-новому, отвечать за свои поступки и придерживаться определенных моральных норм и эстетических стандартов.

Если не обращаться к реабилитации, то наркомания, в конце концов, уничтожит человечество. Некоторые считают, что реабилитация наркоманов – это пустая трата времени, что не бывает бывших наркоманов. Но такое мнение распространяют люди, заинтересованные в том, чтобы наркомания распространялась и дальше.

Доказательством тому, что реабилитация наркоманов эффективна, являются люди, справившиеся со своей наркотической зависимостью.



**Этапы реабилитации наркозависимых**

Чтобы преодолеть наркотическую зависимость, не достаточно просто бросить употреблять наркотики и пережить период ломки. Силой воли можно преодолеть только психологическую зависимость, но физическая зависимость останется у человека на долгое время. И при различных внешних факторах – неудовлетворенности жизнью, стрессах, психических расстройствах – наркоман снова начнет употреблять наркотики.

Поэтому реабилитационный курс проходит в два этапа:

* 1-й этап. Физическое избавление от наркотиков.

Проводится очищение организма от продуктов распада наркотических веществ, избавление больного от тяги к наркотикам, ослабление абстинентного синдрома.

Наркоман проходит длительное лечение различными медицинскими препаратами, сочетаемое с оздоровительными процедурами. Общая длительность курса может составить 5-6 месяцев, и даже больше. За это время у наркомана должна пройти болезненная тяга к наркотикам и намного улучшиться его самочувствие и физическое состояние. После успешного проведения первого этапа реабилитации переходят ко второму.

* 2-й этап. Психологическая реабилитация наркоманов.

Этот этап основан на мотивации больного в отказе от употребления наркотических препаратов. С пациентом работают психотерапевты и психологи. В ходе второго этапа реабилитации человек должен вырасти духовно, восстановить здравое мышление и обрести жизненные ценности. Положительным результатом этой работы считается появление у наркомана нового взгляда на жизнь и переосмысливание ее ценностей.

Конечно, обещать 100%-ную эффективность избавления от наркотической зависимости не может никакая программа реабилитации наркоманов. По статистике,лишь 15-20%наркоманов,прошедших реабилитационный курс, полностью отказываются от наркотиков. Остальные через 2-3 года снова возвращаются к наркотизации. Но цифры 15-20% как показатель избавившихся от наркомании – это тоже достойный результат.

В последнее время большинство экспертов и специалистов, работающих над проблемой наркомании, склоняются к тому, что реабилитация наркозависимых должна носить комплексный характер. И социальная реабилитация наркоманов, возвращение их в общество, **з**анимает 90% времени, затраченного на избавление от наркотической зависимости.

Реабилитация наркоманов должна включать в себя восстановление следующих способностей человека:

* способность к обучению,
* способность к решению жизненных проблем;
* способность улучшить свое состояние без наркотика;
* способности отличить правильные действия от неправильных, добро от зла.

Только тогда реабилитация будет высокоэффективной. Некоторые центры реабилитации учитывают лишь физический аспект проблемы и пичкают пациентов препаратами, снимающими ломку, не затрагивая причины, по которой человек стал наркоманом. Религиозные центры основывают реабилитацию на полном уходе от мира, например, в монастырь. По сути это не является реабилитацией.

Хорошая реабилитация – это совокупность медицинских, психологических, социальных, трудовых и образовательных мер. Она обязательно включает в себя восстановление, формирование или коррекцию социально приемлемых личностных, поведенческих и социальных качеств человека.

**Центры и программы реабилитации наркозависимых**

В последние годы самыми распространенными направлениями реабилитации наркоманов являются программы, в основе которых лежат вера в Бога, трудовая терапия, а также программы «12 шагов» и Нарконон.  Стоимость восстановления в каждом центре зависит от места расположения, качества предоставляемых услуг и условий проживания пациентов. Немало центров работает по собственным методикам реабилитации.

Чтобы определиться с выбором реабилитационного центра для наркозависимых, следует знать, что:

* длительность реабилитации не должна быть меньше полугода. Самый распространенный курс восстановления длится 6-12 месяцев;
* программа реабилитации должна быть комплексной, то есть устранять проблемы на физическом и психологическом уровнях. В ходе реализации такой программы восстановление должно коснуться всех сфер жизни больного и сделать его полноценным членом общества;
* реабилитационный центр должен дать возможность пообщаться со своими выпускниками, успешно прошедшими курс и длительное время не возвращающимися к наркотикам.

**Как проходит реабилитация наркозависимых**

Во время восстановительного курса пациент находится в реабилитационном центре минимум 3 месяца, но обычно реабилитация длится 6, 9 и 12 месяцев. Все зависит от динамики самого заболевания. Пациент находится среди таких же больных, как он сам, которые больше не употребляют наркотические препараты.

В первые несколько дней пребывания в центре реабилитации пациента знакомят с правилами учреждения и распорядком дня, индивидуальным планом лечения и обязанностями больного. Индивидуальный план лечения составляется на основе психологических особенностей и личностных качеств пациента. Получив информацию о своем заболевании, наркоман получает поддержку и помощь со стороны персонала центра и других пациентов. Он вливается в общество больных, проходящих реабилитацию, и начинает общаться с ними, дружить, горевать и радоваться, то есть начинает чувствовать.

Ежедневно с пациентом работают психологи и консультанты, которые учат его преодолевать тягу к наркотическим веществам, справляться с чувством тревоги и страха, отвечать за свои поступки, переживать различные жизненные ситуации. Больной учится любить себя и других, заботиться о себе и окружающих его людях и принимать их такими, как есть.

До восстановления его жизнь полностью подчинялась наркотикам. Ему приходилось жить от дозы к дозе, воровать, лгать, унижаться, рисковать для того чтобы добыть деньги на очередную дозу. В реабилитационном центре всему в жизни наркоман учится заново. Специалисты устраняют проблемы, которые могут стать причиной срыва.

На следующем этапе пациента готовят к тому, что он скоро покинет реабилитационный центр и вернется в семью и в общество. Он общается с «младшими» пациентами центра, передает им свой ценный опыт и знания. Многие центры практикуют выходные дни, в которые пациент может покидать центр.

Далее проводится поддерживающая терапия. Выздоравливающий больше времени проводит со своей семьей и не реже 3-х раз в неделю посещает психолога и занятия по групповой терапии. Это дает ему поддержку в выздоровлении и необходимые знания. С психологом он делится новыми эмоциями и чувствами, обсуждает проблемы, появившиеся после его возвращения в общество, и ситуации, которые угрожают его трезвому образу жизни. Продолжительность психотерапии – 2-3 часа, а основная цель – профилактика рецидива наркотизации.

Завершающий этап реабилитации – адаптационная программа. Пациент переходит к самостоятельной жизни и плавно вливается в общество. С психотерапевтом он встречается два раза в неделю в индивидуальном режиме, чтобы обсудить текущие вопросы и выработать оптимальные стратегии  поведения, необходимые для сохранения чистоты и трезвости своей жизни. На завершающем этапе реабилитации центр становится для пациента не строгим наставником, а добрым другом, который сумел понять проблему и помочь возвратить человеку нормальную жизнь.