

Небольшой разговор о большой проблеме

Что нужно знать о наркомании?

Существует немало мифов о наркотиках и наркоманах, вроде «от одного раза зависимым не станешь», «травя – не наркотик» или «многие известные люди принимают наркотики – и создают шедевры». Но те, кто распространяет подобные факты, показывают их лишь издали, не давая рассмотреть детально. Одни из самых популярных заблуждений о наркотиках и вывернули их правдой наружу.

МИФ 1: пробуют все. Это не так: 80% подростков никогда не пробовали наркотиков.

МИФ 2: существуют «безвредные» наркотики. Это не так. Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

МИФ 3: всегда можно отказаться от очередного употребления наркотика. Это не так. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

МИФ 4: наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия. Это не так. Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, головокружением и т.д.

МИФ 5: лучше бросать постепенно. Это не так. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

МИФ 6: если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет. Это не так. Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

Как сказать «НЕТ!», наркотикам:

1. Важно четко понимать, что это опасно с любой стороны (проблемы со здоровьем, с законом, в общении, в социальных связях, в семье, на работе и учебе)
2. Быть готовым к различного рода давлению. Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Важно уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.
3. Иметь рядом человека, который согласен с тобой, — это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
4. Быть подальше от мест, от людей которые употребляют наркотики.
5. Дружить с теми, кто не употребляет наркотики. Настоящие друзья не будут заставлять, принимать наркотики, и не будут делать этого сами.