

## МИФЫ О НАРКОТИКАХ

**1 МИФ.** Существуют «легкие» и безопасные наркотики.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Пагубные последствия для организма вызывает любой наркотик.

**2 МИФ.** Наркоманами становятся только слабые и безвольные люди, меня это не коснется.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Наркомания – заболевание. Оно не имеет отношение к силе воли.

**3 МИФ.** Наркотики помогают общению, сближают людей.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Круг интересов наркомана неизбежно сужается. В конце концов, он ограничивается только необходимостью достать наркотик.

**4 МИФ.** Вредные последствия отсутствуют при однократном употреблении наркотиков.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Физическая зависимость может сформироваться даже от одной дозы, психологическая – практически у всех с первого употребления.

**5 МИФ.** Я могу остановиться в любой момент, когда захочу.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Освобождение от наркотиков дается тяжело, с болью. Отказаться от наркотиков удастся менее 2% наркозависимых.

**6 МИФ.** Курительные смеси состоят из растений, поэтому безвредны.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** На растительное сырье напыляются химические психотропные вещества, вызывающие зависимость. Последствия употребления крайне опасны: судороги, потеря сознания, нарушения психического здоровья.

**7 МИФ.** Насвай – безобидный аналог табака.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Насвай – это вид некурительного табачного изделия, которое запрещено к реализации на территории Российской Федерации. Основная часть его состоит из куриного помета, который разъедает слизистую оболочку рта, образуя язвы, приводит к воспалению ротовой полости, заболеваниям десен, раку губы, желудка, легких. Насвай быстро вызывает привыкание, через короткое время он перестает давать ощущение опьянения, и человек переходит на другие наркотики.

**8 МИФ.** Резкий отказ от употребления наркотических веществ может убить.

**РЕАЛЬНОСТЬ!** Хотя ломка является тяжелым испытанием, однако через несколько недель сильные боли в суставах, ломота в теле, кашель проходят. Резкий отказ от употребления наркотиков – путь к спасению, а не к смерти.

**!** **ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ НАРКОМАНИИ – НИ СЕКУНДЫ НЕ КОЛЕБЛЯСЬ, ТВЕРДО И РЕШИТЕЛЬНО СКАЗАТЬ «НЕТ!»**

### КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Консультативный телефон БУЗ УР «Республиканский наркологический диспансер МЗ УР» по вопросам зависимостей (никотиновой, алкогольной, наркотической)

**8 (3412) 71-53-33**

(будние дни – с 08.30 до 17.00)

Нужна психологическая поддержка?  
Бесплатный круглосуточный телефон доверия психологов и психотерапевтов  
Минздрава Удмуртии

**8 (800) 100-09-06**

Информация подготовлена с использованием материалов ФГБУ «НМИЦ ПМ МЗ РФ»



**ГОД ЗДОРОВЬЯ**  
В УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
БУЗ УР «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР»



**ЗНАТЬ,  
ЧТОБЫ НЕ БЫТЬ  
ОБМАНУТЫМ**

**РЕАЛЬНОСТЬ И МИФЫ  
О НАРКОМАНИИ**



## ЧТО НАРКОТИК МОЖЕТ СДЕЛАТЬ С ТОБОЙ:

- он уничтожит твою душу...
- он разрушит твоё тело...
- он лишит тебя свободы...

Коварство действия наркотиков состоит в том, что первые ощущения очень яркие. Возникает желание их повторить. Но постепенно острота этих ощущений ускользает, меркнет, что толкает человека к увеличению дозы и более частому употреблению наркотика, – так возникает зависимость.

**! ЧТО БЫ НИ БЫЛО В НАЧАЛЕ, В КОНЦЕ КОНЦОВ, НАРКОТИК ОБМАНЕТ ТЕБЯ!**



## НАРКОТИК ВЛИЯЕТ НА ПСИХИКУ

- Твои мысли и чувства уже не будут принадлежать тебе.
- Твой мозг будет отравлен, воля ослабнет.
- Наркотики могут привести к тяжелым психическим и поведенческим расстройствам, вплоть до полной деградации личности и слабоумия.

## НАРКОТИК ДЕЛАЕТ ТЕБЯ ЗАВИСИМЫМ

- Вся жизнь будет подчинена только ему – ты станешь рабом; психологическая зависимость развивается быстро, для этого достаточно попробовать 1 раз.
- Все самое ценное и значимое в жизни будет уничтожено и вытеснено наркотиком.
- Освобождение от наркотиков дается тяжело, с болью и, к сожалению, не всем.

## НАРКОТИК РАЗРУШАЕТ ТВОЁ ТЕЛО

- Органы наркомана живут недолго, особенно такие важнейшие, как мозг, сердце, почки, они быстро теряют свои функции, разрушаются, и, в конце концов, наступает их гибель.
- Наркотики вызывают тромбоз вен, некрозы («гниение») органов и тканей, способствуют распространению инфекции по всему телу.
- Наркотик приводит к снижению иммунитета, наркоман становится уязвимым для любой болезни.
- Даже от самой минимальной дозы гибнут клетки мозга, при этом нарушается мышление, память, внимание, скорость реакции.

## НАРКОТИК УКОРАЧИВАЕТ ЖИЗНЬ

- Передозировка приводит к смерти.
- Высокий риск заражения СПИДом, гепатитом В и С, следствие – ранняя смерть.
- Наркотическое опьянение снижает чувство опасности и скорость реакции – высокий риск самоубийств, ДТП, травм.
- Криминальное окружение наркомана – риск быть избитым, изнасилованным, убитым.

## НАРКОТИК ПОРОЖДАЕТ ПРОБЛЕМЫ

- Наркоман не может добиться успеха в учебе, работе; часто остается безработным.
- Наркоман теряет, а потом и сам разрушает контакты с близкими и друзьями.
- Наркоман приносит боль и страдание всей семье.
- Здоровая семья и здоровые дети – это не про наркомана.
- Наркоман теряет честность, порядочность.
- Хроническая нехватка денег и слабоволие приводят к преступлениям.

