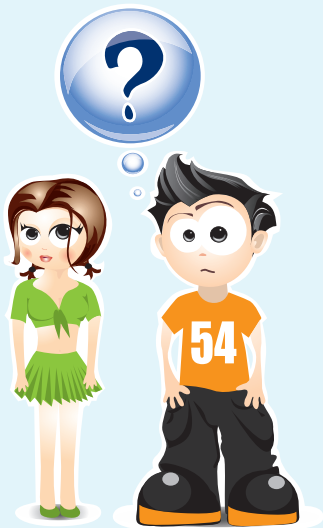


Серия: Просто о сложном

# Наркотики: правда и ложь



## Зачем эта брошюра?



Мы не хотим вмешиваться в твою жизнь и навязывать тебе, что хорошо, что плохо. Ты сам сделаешь свой выбор.

Тем, кто делает на наркотиках миллионы, невыгодно, чтобы мы знали о наркотиках всю правду. Поэтому так широко распространена ложь.

Мы хотим помочь тебе разобраться, где — правда, а где — ложь, и решить, надо тебе это или нет.

## Что такое наркотики?

*Наркотики — это вещества, которые люди принимают для изменения своего состояния. Обычно это опьянение, «кайф», «глюки», обезболивание или расслабление.*

Общим для наркотиков является то, что они рано или поздно вызывают зависимость, когда человека непреодолимо начинает тянуть принимать наркотик снова и снова. Тогда говорят, что человек стал наркоманом, и у него развилась болезнь — *наркомания*.

# Почему наркотики так распространены?



Наркотики-лекарства необходимы при оказании срочной помощи больным (например, во время операции или страдающим от сильной боли, или умирающим от рака), поэтому они продаются в аптеках.

Нелегально наркотики также продаются на улицах, дискотеках и в других местах, потому что продажа наркотиков приносит огромные деньги, и многие люди хотят нажиться за счет болезни других. Борьба с торговлей наркотиками очень трудно. Для этого необходимы усилия всего общества.

## Все ли наркотики опасны?

Очень популярна ложь, что есть «легкие» и «тяжелые» наркотики, «опасные» и «менее опасные».

**Правда** заключается в том, что **ВСЕ НАРКОТИКИ КРАЙНЕ ОПАСНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!** Это лишь вопрос времени. Никто не знает, когда опасность себя проявит.



## Многие пробуют, но не все же становятся наркоманами



Эксперименты с наркотиками не всегда приводят к болезни. Это правда.

Но **правда** и то, что все наркоманы когда-то начинали с так называемых «легких» наркотиков. Никто из них не хотел стать наркоманом.

И ты не можешь знать заранее, как на тебя подействует наркотик, и когда ты почувствуешь, что «подсел».

Подумай, а стоит ли делать первый шаг???

## В чем заключается вред от наркотиков?

Научные исследования доказали, что даже однократное применение наркотиков наносит вред организму человека.

Каждый раз, когда человек принимает наркотик, все его органы попадают под удар. Особенно страдают печень, почки — они начинают работать на грани своих возможностей, чтобы очистить тело от яда. Другие наркотики разрушают головной мозг (экстази, толуол).

Прием наркотиков в детстве и юности особенно опасен, так как останавливается нормальное развитие организма и личности человека.



# Что такое зависимость от наркотиков?



Зависимость — это желание употреблять наркотик, которому практически невозможно сопротивляться.

Ты, наверное, слышал, что есть наркотики, от которых нет зависимости. Это **ложь**.

**Правда** состоит в том, что зависимость от разных наркотиков развивается по-разному. Какие-то наркотики даже с первого раза могут вызывать «ломку». Другие не приводят к физической боли, зато вызывают психологическую зависимость от «кайфа», когда человек хочет употреблять наркотик снова и снова.

Любой наркоман подтвердит — очень быстро наркомания становится не желанием испытать «кайф», а бегством от боли без «кайфа».



## Может ли наркоман держать ситуацию под контролем?

Распространенные **ложь и самообман** у наркоманов — я могу бросить в любой момент.

**Правда** заключается в том, что все наркоманы не раз пытались бросить, но без посторонней помощи это удастся единицам.

Разрушая мозг, наркотики разрушают и нашу способность правильно оценивать свою жизнь и возможности. Главное, что отнимают наркотики — свободу и силу. Наркотик начинает управлять тобой, а не наоборот.



## Можно ли долго и безопасно употреблять наркотики?

Это **ложь**. То, что вред не чувствуется сразу, не означает, что его нет.

«Я уже год дышу и ничего» — ты считаешь, что год для твоей жизни это долго?

По статистике те, кто употребляют наркотики, в основном от них и погибают. В Питере основными причинами смерти наркоманов являются: передозировки, разрушенная печень от цирроза, СПИД или смерть от руки торговца или другого наркомана.

Наркотики не только укорачивают жизнь, они приносят годы болезни и страдания взамен короткого мига удовольствия.

## Что делать, если мне предлагают попробовать?

Трудно отказаться попробовать, когда предлагают знакомые, всем вокруг весело, или когда наркотики — обычное дело там, где ты живешь.

Задай себе вопрос, а зачем это надо тому, кто тебе предлагает? **Правда** в том, что тот, кто предлагает, не думает о тебе. К сожалению, часто так хотят подзаработать сами наркоманы для того, чтобы купить себе дозу. В среднем каждый наркоман за свою жизнь «подсаживает» на наркотики 10 человек.

Но этого его жизнь, а зачем это тебе? У тебя есть право решать самому.



## Что делать, если нужна помощь от зависимости?



Что делать, если нужна помощь от зависимости?

Найти людей и службы, которые могут помочь. Тебе в первую очередь нужна информация и поддержка. И много-много терпения...

Неудачи в лечении часто связаны с тем, что люди думают, что пройдя химическую очистку от наркотика (детокс) за 5–7 дней, они вылечатся. Это **ложь**.

**Правда** заключается в том, что лечение от наркотиков — это долгий путь восстановления не только тела, но и души. Нельзя выбросить наркоманию из своей жизни как ненужный хлам — необходимо заново построить то, что было разрушено наркотиками.

## Куда обратиться за помощью?

В нашем городе есть много людей и различных служб, которые помогают наркозависимым. Для того чтобы понять, что лучше всего подойдет тебе и с чего начать, ты можешь прийти к нам **в Центры помощи для детей и подростков организации «Врачи детям»**, которые находятся по адресам:

1. Ул. Тамбовская, д. 80  
(ст. метро «Лиговский проспект»)  
тел. 954-43-22, 712-94-13

2. Ул. Шелгунова, д. 17  
(ст. метро «Ломоносовская»)  
тел. 956-21-50, 362-87-01

Мы работаем:  
ежедневно с 13.00 до 20.00



**Мы поможем тебе, если у тебя есть еще вопросы, нужна поддержка и сопровождение на обследование и лечение.**

Вот адреса других организаций и служб в Петербурге, которые могут быть полезны.

### **МНД №1 — Межрайонный наркологический диспансер**

Амбулаторная наркологическая помощь, в том числе анонимная (можно не называть свое имя). Консультации психолога и психотерапевта. Для тех, кто прописан в Красногвардейском районе, услуги бесплатны.

Новочеркасский пр., д. 22/15, метро «Новочеркасская»

Тел. 444-22-65

Режим работы: Пн-Пт, с 9.00 до 21.00; Сб, с 9.00 до 15.00

### **Детско-подростковый реабилитационный наркологический центр**

Ул. Республиканская, д. 18, метро «Новочеркасская»

Тел. 528-21-29

Режим работы: Пн-Сб, с 10.00 до 21.00

### **«Гуманитарное действие»**

Санкт-Петербургский общественный благотворительный фонд медико-социальных программ. Содействие в получении комплексной медицинской, психологической и социальной помощи, беспризорным и безнадзорным детям и подросткам, а также лицам, употребляющим наркотики и вовлеченным в проституцию.

Тел.: 237-14-95, 237-18-21

Режим работы: Пн-Пт, с 10.00 до 18.00

### **«Возвращение»**

Помощь наркозависимым и их родственникам — реабилитация, лечение, консультирование, группы поддержки.

Тел.: 233-53-17, 232-65-09

Режим работы: Пн-Пт, с 10.00 до 18.00

### **Фонд «За здоровое поколение на пороге XXI века»**

Реабилитационный центр для несовершеннолетних наркозависимых.

Тел. 299-48-02 (круглосуточно)

### **«Азария»**

Помощь наркозависимым и их родственникам.

Тел. 570-22-52

Режим работы: Пн-Пт, с 15.00 до 21.00



**Благодарим за поддержку наших партнеров:**  
Комитет по труду и социальной защите населения Администрации Санкт-Петербурга,  
Фонд Форда, Фонд «MAC AIDS», Johnson&Johnson

