

## ПАМЯТКА

для подростков по  
профилактике наркомании



Сообщи, где «продают  
смерть» на телефоны  
доверия Отдел МВД России  
по Кавказскому району:  
8 (86138) 6-81-09, 6-12-88,  
6-29-72, 8 (86193) 2-33-67,  
круглосуточно - 02.

## НАРКОМАНИЯ

происходит от греческих  
слов

**narke** –  
**«оцепенение», и**  
**mania** –  
**«бешенство,**  
**безумие»**

Наркомания, как правило, сочетается с алкоголизмом. С одной стороны, те молодые люди, которые начинают в школьные годы начинать употреблять крепкие алкогольные напитки потом быстро переходят на наркотики. С другой стороны, отсутствие наркотиков многие наркоманы стремятся компенсировать алкоголем.



## три разновидности последствий наркомании:

- **биологические**  
прогрессирующее падение активности, энергетического потенциала личности, угасание влечений, биологических потребностей (еда, сон и др.), снижение сопротивляемости, прогрессирующее истощение организма.

- **социально-психологические**  
нравственно-этическая деградация личности, сначала снижается, а затем постепенно утрачивается ценность всех других интересов и потребностей, кроме употребления наркотиков.

- **криминальные**  
наркоман, чтобы удовлетворить свое влечение, вынужден сначала пропускать, а затем совсем оставить учебу или работу, вынужден искать противозаконные пути их приобретения, чаще всего путем краж, ограблений и т.д. При отсутствии денег наркоман не останавливается ни перед какими средствами для достижения цели, в том числе и убийством. Наркомания связана и с самоубийством, где основная причина – неудовлетворенность жизнью.

**ПОХОРОНИ НАРКОТИКИ**



**ИЛИ ОНИ ПОХОРОНЯТ ТЕБЯ**

**\*Преследуется ли  
употребление наркотиков  
законом?**

**\*Могут ли за использование  
наркотиков посадить в  
тюрьму?**

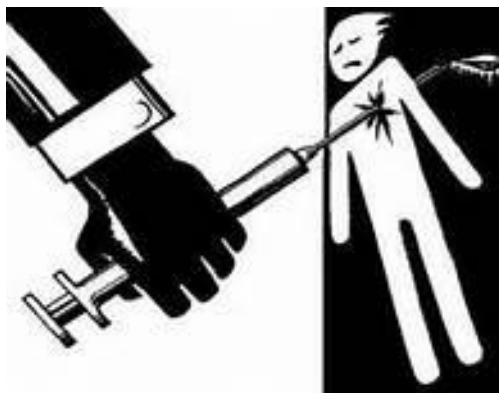
статья 40 закона «О  
наркотических средствах и  
психотропных веществах». Так,  
гласит **«В Российской  
Федерации запрещается  
потребление наркотических  
средств без назначения врача».**

В уголовном и административном  
кодексах РФ есть целый **ряд  
статей, предусматривающих  
наказания за действия,  
связанные с наркотиками.**

Следует понимать, что даже  
ничтожно малое количество  
наркотиков, которое обнаружит  
представитель закона, служит  
основанием для задержания и  
целой цепи неприятностей.



МБОУ СОШ № 1 им. С.В. Целых



## СПИД и наркомания неотделимы друг от друга

Рост наркомании резко обостряет проблему СПИДа. Ежедневно во всем мире 6000 человек заболевают ВИЧ-инфекцией, из них 70% приходят к этому через внутривенное введение наркотиков.



## А ТЫ СОГЛАСЕН?

- Наркомания – это преступление.
- Наркомания – это болезнь.
- Наркомания неизлечима.
- Наркоманы – это зомби.
- Наркоман может умереть от передозировки наркотика.
- Наркоман может умереть от СПИДа.
- Наркомания – это болезнь, которая излечима.
- У наркомана нет друзей.



## Модно быть здоровым и успешным

Как быть здоровым и успешным?

- Будь добрым и приветливым, вырабатывай позитивный взгляд на мир. Это располагает к тебе людей и продлевает жизнь.
  - Правильно питайся, выбирай полезные продукты. Это добавляет до 20 лет жизни.
  - Употребляй витамины. Они прибавляют 5-7 лет жизни.
  - Употребляй продукты, содержащие клетчатку, которая очищает желудочно-кишечный тракт. (Плюс 5-7 лет жизни).
  - Развивай свой ум, интеллект. Доказано, что люди с высшим образованием живут дольше.
  - Тренируй естественные защитные силы организма. Занимайся фитнесом, больше двигайся, ходи пешком, закаляйся. Это добавляет ещё 7-10 лет жизни.
- Не разрушай своё здоровье и жизнь!
  - Не будь злобным, угрюмым, не таи обид, избавляйся от негативного взгляда на мир. Это отталкивает людей и укорачивает жизнь.
  - Помни: - неправильное, неполноценное питание делает жизнь короче.
  - Недостаток движения, физических нагрузок, очень вредны.
  - Откажись от курения, оно укорачивает жизнь не меньше, чем на 20 лет и делает человека больным.
  - Не будь жертвой курильщиков. Пассивное курение (вдыхание табачного дыма) укорачивает жизнь до 10 лет.
  - Не употребляй психоактивных веществ, разрушающих ткани мозга и весь организм (алкоголь, наркотики).

