

**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



1/6



Что нужно знать о наркомании



**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



2/6



Что такое наркомания?

Наркомания – это болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с психологической и физической **зависимостью** от этих веществ. Одной из особенностей является **быстрое привыкание** к наркотическим веществам. Они оказывают сильнейшее воздействие на **головной мозг**, влияют на **психику**, приводят к духовной **деградации** и полному физическому **истощению** организма.



**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



3/6



У человека, пристрастившемуся к наркотикам, изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни. При наркомании уничтожаются нравственные качества, человек становится психически неуравновешенным, зачастую теряет семью и друзей, вовлекается в преступность, приносит горе себе и окружающим.



Влияние наркотиков на организм



Воздействие на дыхательный центр вызывает кислородное голодание организма, что ведет к заболеваниям бронхолегочной и сердечно-сосудистой системы.

Происходит угнетение процессов пищеварения, что ослабляет организм еще сильнее до полного истощения.

Атрофия и отмирание нервных клеток ведут к психическим расстройствам.

Повышается риск онкологических заболеваний, повреждений функций головного мозга.

Происходит ослабление иммунитета, что вместе с отсутствием контроля над собой, влечет риск заражения вирусными гепатитами и ВИЧ-инфекцией.



Как сказать: «НЕТ!»

НЕТ!

- Назови четко причину почему ты не хочешь этого делать:

«Я знаю, что это опасно для меня» или «Я уже пробовал и мне не понравилось».

- Будь готов к различным видам давления.

Предлагать наркотик могут дружелюбно или агрессивно.

Сразу уходи или сделай что-нибудь, чтобы уменьшить давление со стороны.

- **Выбери союзника, который согласен с тобой** – это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.



ПРИМОРЬЕ ЗА ЗДОРОВЬЕ!

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



6/6



Дружи с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики и не будут делать этого сами.



Избегай подобных ситуаций. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах они собираются. Постарайся быть подальше от этих мест, не общайся с такими людьми.



Найди для себя альтернативные увлечения: занимайся в спортивной секции, художественной или музыкальной школе, займись моделированием, волонтерством.

В жизни очень много интересных и полезных дел, в которых ты преуспеешь и найдешь новых друзей.