Министерство здравоохранения иркутской области

Областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Иркутский областной психоневрологический диспансер»

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ИРКУТСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ПЕДАГОГОВ И ШКОЛЬНЫХ ПСИХОЛОГОВ**

**ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ**

**У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

**СИНТЕТИЧЕСКИЕ НАРКОТИКИ – ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ**

**Иркутск, 2015 г.**

Синтетические наркотики – последствия употребления и профилактика наркомании у детей и подростков: Методические рекомендации / Сергеев А.И., Читняев Г.Г., Колесов Д.В. – Иркутск, 2015. – 21 с.

Авторы-составители:

1. Сергеев Андрей Игнатьевич – врач-психиатр-нарколог ОГБУЗ «Иркутский областной психоневрологический диспансер»

2. Читняев Геннадий Геннадьевич – врач-психиатр-нарколог ОГБУЗ «Иркутский областной психоневрологический диспансер»

3. Колесов Дмитрий Владимирович – врач психиатр-нарколог, заместитель главного врача по ОМР ОГБУЗ «Иркутский областной психоневрологический диспансер»

В методических рекомендациях кратко отражена классификация наркотических веществ, дано описание клинических проявлений и последствий употребления наркотиков. Представлены советы родителям по профилактике употребления наркотиков несовершеннолетними.

Проблематика издания согласуется с приоритетами государственной антинаркотической политики Российской Федерации.

Пособие предназначено для родителей, преподавателей ВУЗов и школ, специалистов, занимающихся профилактикой наркомании, школьных психологов.

|  |
| --- |
| © министерство здравоохранения  Иркутской области  © областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Иркутский областной психоневрологический диспансер»  © областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения  «Иркутский областной центр медицинской профилактики» |

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Введение…………………………………………………………………... | 4 |
| 2 | Потребление наркотиков и его  последствия для здоровья человека и общества……………………….. | 5 |
| 3 | Мотивы употребления наркотиков……………………………………… | 6 |
| 4 | Синтетические наркотики……………………………………………….. | 9 |
| 5 | Классификация синтетических наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов………………………………….. | 10 |
| 6 | Общие признаки употребления наркотиков……………………………. | 16 |
| 7 | Советы родителям………………………………………………………... | 18 |
| 8 | Контакты………………………………………………………………….. | 20 |
| 9 | Рекомендуемая литература…………………………………………….. | 21 |

**«Модно - быть здоровым и красивым!»**

*Артемий Троицкий, музыкальный критик*

***Введение***

Наркомания - употребление человеком наркотических веществ, от которых формируется зависимость и возникает устойчивое влечение к наркотикам.

Развивается наркомания вследствие употребления растительных либо химических веществ, которые способны изменить психическое состояние. Повторяющееся употребление данных веществ очень быстро приводит к перестройке биохимических процессов организма, в результате чего организм уже не может обойтись без этих веществ, которые носят название наркотики. Прием наркотиков формирует пристрастие и зависимость, которая требует нового, более частого и регулярного приема наркотика. Синтетические наркотики приводят к необратимым изменениям психики, кроме этого велик риск заражения ВИЧ–инфекцией и вирусными гепатитами В, С.

В России юридический термин «наркотик» определён следующим образом: наркотические средства — вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года.

***Потребление наркотиков и его***

***последствия для здоровья человека и общества***

По оценкам Управления Объединенных Наций по наркотикам и преступности в мире зарегистрировано более 183 000 смертей, связанных с наркотиками.

По оценкам 2013 года, во всем мире какие-либо запрещенные наркотики – преимущественно из группы каннабиса, опиоидов, кокаина или стимуляторов амфетаминового ряда – хотя бы один раз в течение предыдущего года потребляли примерно 324 млн. человек, что соответствует 7,0 процентам мирового населения в возрасте 15-64 лет.

Масштабы проблемного наркопотребления среди хронических наркопотребителей и лиц, страдающих какими-либо расстройствами вследствие наркопотребления или наркозависимостью сохраняются на уровне 16-39 млн. человек.

В 2014 году в Российской Федерации зарегистрировано в специализированных учреждениях наркологического профиля 2 766 025 больных наркологическими расстройствами (алкоголизм, наркомания, токсикомания), что составляет 2 % общей численности населения России. Около 20% из них страдают наркоманиями.

На территории Иркутской области зарегистрировано в 2014 году 55940 (2,3 %) больных наркологическими расстройствами, в том числе потребителей наркотиков – 10107 человек (18 %).

По данным Центра гигиены и эпидемиологии Иркутской области, в 2014 году зарегистрирован 821 случай острых отравлений химической этиологии детей 0-14 лет, в том числе 6 со смертельным исходом. Структура данных химических отравлений детей:

* отравление лекарственными препаратами – 54,6%,
* спиртсодержащей продукцией – 8,5% детей,
* наркотическими веществами – 2,2%.

Зарегистрировано 236 случаев острых отравлений среди подростков 15-17 лет, 4 из них со смертельным исходом.

Структура данных химических отравлений:

* лекарственными препаратами – 45,3%,
* наркотическими веществами – 19,1%,
* спиртсодержащей продукцией – 14%.

***Мотивы употребления наркотиков***

Начальные мотивы употребления наркотиков:

* любопытство,
* подражание,
* влияние окружающих,
* стремление выделяться и отличаться от других,
* желание поднять настроение,
* психологические особенности различных периодов подросткового возраста.

Подростковый возраст – период 10-18 лет.

Общие особенности возраста: стремление к самостоятельности.

1. Предпубертатный период (10-12 лет) проявляется:

* ранимостью,
* капризностью,
* обидчивостью,
* может отмечаться драчливость, даже – агрессивность.

2. Первый пубертатный период (13-15 лет), его проявления:

* упрямство и негативизм,
* заострение черт характера.

Это период бурной эндокринной перестройки организма ребенка, что влечет астению, опережение либо отставание в росте либо половом развитии.

3. Второй пубертатный период (16-18 лет).

Период созревания личности, завершение роста организма и его эндокринной перестройки, психологическое взросление, что приводит к нетерпимости при проявлении воспитательных мер.

В подростковом возрасте подросток стремиться выделиться «из толпы», получить свободу, не зная при этом, что с ней делать (подростковый феномен «опьянения свободой»), подростку интересно «всё сразу и ничего».



Возникает исследовательский инстинкт, при притупленном инстинкте самосохранения, что приводит к попыткам употребления наркотиков. Срабатывает иллюзия подростков о том, что «меня это не коснется». Подросток ищет понимания и поддержки, но помощь взрослых воспринимает как предательство и навязывание мнения. Всё это обусловлено характерными для возраста реакциями эмансипации, группирования, увлечения (хобби), что и формирует «закон подростковой моды»: униформа (джинсы, одинаковые прически, привычки и выражения), возможность достичь авторитета в группе, где подросток не просто проводит досуг, а САМОВЫРАЖАЕТСЯ.

Эти особенности делают подростка особенно уязвимым и склонным к отрицательным влияниям внешней среды.



***Синтетические наркотики***

По своему происхождению наркотики делятся:

* растительные,
* полусинтетические (синтезируемые на основе растительного сырья),
* синтетические.

*Дизайнерские (синтетические) наркотики* (от англ. *to design* – проектировать, разрабатывать) – синтетические заменители какого-либо натурального вещества, полностью воспроизводящие наркотические свойства последнего, либо близкие к нему по строению вещества.

## Как правило, они представляют собой аналоги или производные уже существующих [наркотиков](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8), созданные путём изменений различного характера в их [химической структуре](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0#.D0.A5.D0.B8.D0.BC.D0.B8.D1.8F), реже — путём создания качественно новых препаратов, обладающих свойствами уже известных [наркотиков](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8).

Травяные смеси и соли чаще всего предлагаются как безобидные средства, предназначенные для бытового применения, но это совсем не так.

**ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ОПАСНО!**



***Классификация синтетических наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов:***

**«Спайс»** – синтетические каннабиноиды.

**Spice («спайс»)** – травяные курительные смеси, в основе которых лежит около 25 наименований дикорастущих экзотических растений. В 2008 году было установлено, что действующим компонентом смесей являются не вещества растительного происхождения, а синтетические аналоги тетрагидроканнабинола. Отмечено, что курительные смеси – это измельчённая трава, которую опрыскали синтетическим наркотиком.

Внешними симптомами наркотического опьянения «спайсами» являются:

* покраснение глаз;
* размашистость или заторможенность движений;
* неестественность поз;
* расслабление речевой мускулатуры и, следовательно, невнятность речи;
* беспричинный смех, болтливость и перепады настроения;
* неподвижность мимической мускулатуры, фиксированный взгляд, бред;
* неадекватная оценка происходящего.

Каннабиноиды быстро окисляются в крови, но те, которые поступили в жировую ткань, медленно поступают в кровь.

При хроническом употреблении спайсов адекватность восприятия утрачивается надолго и может привести к психическим расстройствам, таким как гашишный психоз, когда появляются галлюцинации, тревога, рвота, чувство панического страха.

В отличие от растительных препаратов, действие курительных миксов на человеческий организм в 5-10 раз сильнее. Практически сразу после их принятия наступают мощнейшие галлюцинации, которые могут привести к трагическим последствиям, например, возникнет желание броситься под колеса автомобиля или выпрыгнуть из окна дома.

ДАЖЕ ОДНОКРАТНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ СПАЙСОВ МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСНЫМ ДЛЯ ЖИЗНИ!

**Катиноны**

К группе катинонов относятся наркотические средства эфедрон, мефедрон, метилон, психотропное вещество пировалерон.

Свое название эта группа веществ получила от катинона – производного наркотического средства природного происхождения катина.

**Катиноны**  – обширная группа веществ, появившаяся на рынке синтетических наркотиков в США с 2004 г., в Европе в 2008 г., в России – в 2010 г. Однако первое синтетическое наркотическое вещество группы катинонов было синтезировано в 1982 г. в СССР, это был эфедрон, имевший в те годы широкую распространенность. В настоящее время известно более 50 различных производных катинона, обладающих психотропной активностью.

Наиболее известное вещество – мефедрон и его аналоги.

В настоящее время указанные вещества с аналогичным действием продаются как «соль для ванн», «подкормка для растений» и т.д., а структура действующих веществ постоянно меняется с целью обойти антинаркотическое законодательство.



По заявлениям потребителей известно, что при приеме мефедрона возникает сильное желание употреблять его тут же снова и снова, до тех пор, пока весь приобретенный порошок не закончится. При этом возможны:

* кровотечения из носа, ожоги слизистой оболочки (нос, гортань);
* галлюцинации;
* тошнота и рвота;
* также этот наркотик оказывает воздействие на концентрацию внимания, возможны проблемы с памятью;
* беспокойство, депрессия, бессонница;
* увеличенное потоотделение;
* замерзание конечностей и синюшность пальцев;
* неконтролируемое сокращение челюстных мышц.

**Амфетамины**

**Амфетамины** – наиболее многочисленная группа наркотических веществ. Употребление амфетаминов вызывает приподнятое настроение, ощущение физической бодрости и ясности мышления, стремление к деятельности, иногда болтливость и излишнюю суетливость.

Описаны две фазы наркотического опьянения при употреблении амфетамина:

1) прилив энергии, приподнятость настроения, высокая физическая активность (сленг - «приход»);

2) эйфория (сленг - «кайф»), во время которой повышенный психический тонус может сочетаться с тревожностью, настороженностью и подозрительностью.

При интоксикации:

* повышение артериального давления и частоты сердечных сокращений;
* изменчивость настроения;
* тревожность, возбуждение, агрессивность;
* зрительные и тактильные галлюцинации;
* судороги;
* расширение зрачков;
* потливость, повышение температуры тела.

Смертельные исходы наступают в результате нарушений сердечного ритма, неконтролируемого повышения температуры тела, кровоизлияний в мозг, инфарктов любого органа, эпилептического приступа.

Потребление этих наркотиков наиболее опасно в подростковом возрасте из-за того, что разрушительные последствия для психики наступают очень быстро. Множество «дизайнерских» амфетаминов проявляют определенные клинические особенности при употреблении, но дают практически одинаковую клиническую картину при отравлениях.

**Синтетический кокаин**

В Европе появился на рынке синтетических наркотиков в 2010 году.

Начало действия кокаина зависит от пути поступления в организм:

* при вдыхании 1-3 мин.;
* при курении или внутривенном введении – насколько секунд, а пик действия наступает через 3-5 мин.;
* при проглатывании активность достигает пика через 60-90 мин.;

При кокаиновом опьянении наблюдается поведение, проявляющееся, по меньшей мере, одним из следующих признаков:

* эйфория и ощущение повышенной энергичности;
* повышение уровня бодрствования;
* грубость или агрессивность;
* склонность к аргументации;
* лабильность настроения;
* повторяющиеся стереотипии поведения,
* слуховые, зрительные или тактильные иллюзии;

Также у лиц, употребляющих кокаин, должны присутствовать минимум два из следующих признаков:

* учащенное сердцебиение;
* нарушения ритма сердца;
* повышение артериального давления;
* потливость и ознобы;
* тошнота или рвота;
* признаки потери веса;
* расширение зрачков;
* психомоторное возбуждение (иногда заторможенность);
* мышечная слабость;
* боли в груди;
* судороги.

Отравление синтетическим кокаином проявляется клиникой со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем.

* повышение артериального давления и частоты сердечных сокращений; при малых дозах возможно урежение частоты сердечных сокращений;
* нарушения ритма сердца;
* ишемия и инфаркт миокарда обусловлены резким сужением сосудов сердца, который достигает максимума через 30 мин после интраназального употребления кокаина, что совпадает с пиковой концентрацией наркотика в крови.

**НАРУШЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ МОГУТ ВЫЗВАТЬ ВНЕЗАПНУЮ СМЕРТЬ!**

Осложнения со стороны центральной нервной системы:

* Судороги;
* Возможны преходящие нарушения мозгового кровообращения, ишемический инсульт, геморрагический инсульт, кровоизлияние в мозг.

Осложнения со стороны дыхательной системы:

* При курении кокаина возможно развитие пневмоторакса, отека легких.

***Общие признаки употребления наркотиков:***

* Снижение успеваемости;
* Пропуски занятий;
* Потеря интереса к учебе, спорту и другим прежним увлечениям;
* Пропажи из дома денег либо вещей;
* Участившиеся просьбы денег на личные нужды;
* Резкие смены настроения;
* Скрытность, самоизоляция, уединенность;
* Появление лживости;
* Уход от общения с домашним окружением;
* Безразличие к семейным проблемам;
* Пренебрежение к семейным традициям;
* Изменение аппетита;
* Появившаяся неряшливость;
* Частые и резкие смены настроения;
* Наличие постороннего запаха от одежды;
* Чрезмерно расширенные либо суженные зрачки;
* Появление непонятных предметов: флаконов, порошков, измельченной травы, растворителей и пр.;
* Смена круга общения;
* Изменения речи.

Наличие нескольких признаков должно насторожить родителей, в целях снижения степени риска развития у ребенка пристрастия к приему наркотических веществ, необходимо обратиться за разъяснениями и для консультации к специалистам.

Сохраните доверие ребенка к себе, поговорите со своим ребенком на равных. Отсутствие общения приводит к нарастанию непонимания, отдаляет Вас и ребенка друг от друга. Нормальное общение всегда включает в себя способность не только слушать, но и слышать. Оно поможет Вам лучше понять своего ребенка, узнать его взгляды и чувства. У подростков достаточно сильно желание к общению, стремление быть выслушанным.

Чем раньше Вы это сделаете, тем больше шансов сохранить здоровье и жизнь Вашего ребенка и членов Вашей семьи, а также избежать СОЗАВИСИМОСТИ – состояния, когда «стыдно» признаться окружающим о болезни близкого человека, состояния, которое приводит к психоэмоциональному истощению, признаками которого являются:

* Тоска;
* Безнадежность;
* Уныние;
* Чувство вины за происходящее;
* Чувство одиночества;
* Чувство социальной изоляции.

При развитии наркотической зависимости у близкого человека, жизнь всей семьи подчиняется настроению и состоянию зависимого:

* нарушается привычный ритм жизни семьи;
* отказ членов семьи от увлечений;
* возникают взаимные обвинения;
* невнимание к остальным членам семьи.

Это может мешать выздоровлению зависимого члена семьи, потому что созависимые вольно или невольно создают такие условия, при которых у зависимого не возникает мотивации на обращение к врачу, лечение, реабилитацию, т.е. на выздоровление. Члены семьи обеспечивают его жильем, питанием, деньгами, тратят время на уговоры, создавая тем самым угрозу прогрессирования заболевания, развития сопутствующих заболеваний (ВИЧ-инфекция, вирусные гепатиты), угрозу возникновения острого отравления наркотиками, угрозу административного или уголовного преследования и другое.



***Советы родителям***

***Вы можете помочь ребенку избежать зависимости и помочь себе не узнать о созависимости. Только Вы сможете сохранить мир, уважение, здоровье семьи.***

* Не ждите, что Ваш ребенок будет таким, как Вы или таким, как Вам хочется. Помогите ему стать собой.
* Не требуйте от ребенка платы за все, что Вы для него сделали.
* Не относитесь к его проблемам свысока. У ребенка нет опыта, что создает сложности при формировании мнения.
* Не мучьте себя, если не можете сделать что-то для своего ребенка. Гораздо страшнее, если можете – но не делаете.
* Любите своего ребенка любым – неталантливым, неудачным, не таким, «как другие».
* Делая замечания, не унижайте ребенка.
* Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его.
* Учитывайте возможности детей, не требуйте от ребенка того, что он не сможет выполнить.
* Ребенок имеет полное право на свои ошибки, как и вы.
* Создайте в жизни ребенка атмосферу тепла и свободы, и тогда проявятся все его многочисленные таланты.
* Сделайте ваш дом открытым и радушным для друзей ваших детей.
* Участвуйте, когда это возможно, в обсуждении интересующих их вопросов.
* Поддерживайте своих детей, а также участвуйте в их увлечениях.



**МЫ ГОТОВЫ ВАМ ПОМОЧЬ!**

**НАШИ КОНТАКТЫ:**

огбуз «Иркутский областной психоневрологический диспансер»

г.Иркутск, пер. Сударева, 6

**Телефоны: 8(3952) 243959**

**8(3952) 243202**

**ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8-800-2000-122** с единым общероссийским номером.

Звонок бесплатный и анонимный.

Позвонить можно с любого стационарного или мобильного телефона.

К общероссийскому номеру подключены телефоны в Иркутской области:

**8(3952) 24-00-07 – круглосуточно,**

**8-800-350-40-50 – круглосуточно.**

Телефон доверия экстренной психологической и психотерапевтической помощи:

**8(3952) 24-00-09**

**8(3952) 24-00-07**

ГБУЗ ИРКУТСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ ОБЛАСТНАЯ ДЕТСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА

Телефон Центра психотерапевтической помощи детям:

**8(3952) 24-38-93**

**РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Горохова М.В. Доклад о наркоситуации в Иркутской области в 2014 году / М.В. Горохова.- Иркутск. - Заседание Антинаркотической комиссии при Губернаторе Иркутской области. 2014.

2. Иванец Н.Н. Наркология: национальное руководство / Н.Н. Иванец, И.П. Анохина, М.А. Винникова. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2008. – 720 с.

3. Колягин В.В. Наркомании. Медико – социальная реабилитация зависимых и созависимых пациентов, подход и взаимоотношения/В.В. Колягин, А.Додзюк, В.В. Новикова

4. История наркомании. URL: http//www.kantuev.ru/istoria/

5. Брюн А.Е. Практическая психология зависимости /А.Е. Брюн, А.В. Цветков. – М.: Наука, 2014. 124 с.

6. Иванец Н.Н. Лекции по наркологии./ Н.Н. Иванец.

7. Лисецкий К.С. Психология зависимости: профессиональный тезаурус / К.С. Лисецкий, Е.В. Литягина. – Самара: Изд-во «Самарский университет», 2011. – 138 с.