В народе бытует немало мифов о наркотических веществах и наркопотребителях, но те, кто распространяет подобные факты, показывают их лишь издали, не давая рассмотреть детально. Рассмотрим же их более подробно.

## Факт 1.

## Один раз не считается. Зависимость развивается только при регулярном употреблении

Это одно из самых опасных заблуждений, на которое когда-то повелись миллионы наркопотребителей во всем мире. Одним разом, как правило, не обходится. Пройдет время, и в жизни наступит сложная ситуация, захочется заглушить переживания употребив наркотик. Потом снова. Даже первая доза может стать смертельной. А если не станет, то все равно нанесет удар по организму.

## Факт 2.

## Зависимыми становятся только слабаки. Я не такой, я смогу остановиться

Наркопотребители и люди, не употребляющие наркотические вещества, одинаковы в физиологическом плане.  Наркотические вещества стимулируют участок головного мозга, ответственный за «гормоны счастья» (эндоморфины), после чего формируется зависимость.  Причем процесс формирования зависимости закрыт для сознания человека, уловить его невозможно. Никому. Независимо от уровня IQ, пола и возраста.

Многие недооценивают быстроту привыкания к наркотику: зависимость может возникнуть уже после однократного употребления. Момент, когда пришло осознание проблемы, означает только одно: опасная черта пройдена, впереди пропасть.  Теперь без посторонней помощи не обойтись.

## Факт 3.

## «Травка» – не наркотическое вещество

Если кто-то утверждает, что «трава» (растительный галлюциноген) не вызывает привыкания, то он глубоко заблуждается.

Конопля используется как галлюциноген более двух тысяч лет. При созревании, ее листья выделяют смолу с сильным запахом, в которой содержатся каннабиоиды (психоактивные вещества), которые воздействуют на разум, вызывая чувство эйфории.

Употребляя коноплю (марихуану), человек обычно вдыхает больше дыма и дольше задерживает его по сравнению с обычным табачным дымом, серьезно повреждая легкие. Организм получает в пять раз больше химических веществ, чем содержится в сигарете. Боль в груди и воспаленное горло – далеко не все проблемы. Разрушается вегетативная нервная система, серьезно страдают мыслительные способности, ослабевает память.

## Факт 4.

## Легкие наркотические вещества не вызывают привыкания

Легких и тяжелых наркотических веществ не существует и уж тем более не существует их безопасных форм.

К примеру, считающийся легким экстази обладает сильной токсичностью. Поиски эйфории с помощью экстази чреваты не только зависимостью, но и деградацией личности по причине разрушений нейронов головного мозга.

Употребление лёгких наркотиков так же, как от тяжелых, может привести к летальному исходу.

## Факт 5.

## Наркотические вещества без примесей (чистые) безвредны

Зависимость вызывают абсолютно все наркотические вещества. К тому же некоторые из них могут быть загрязнены примесями, в том числе ядовитыми. К примеру, некоторые продавцы наркотических веществ разводят их стиральным порошком или другими вредными наполнителями.

## Факт 6.

## Многие великие люди употребляют наркотические вещества и их карьера идёт в гору

Если наркозависимые кумиры миллионов были когда-то сильными и талантливыми, то теперь за иллюзией их величия скрываются страх и бессилие. Употребление наркотических веществ уж точно не делает их талантливее – наоборот, их мозг разрушается, уничтожается нервная система.

К примеру, вокалист знаменитой рок-группы «Nirvana» Курт Кобейн, пристрастился к наркотикам в 13 лет, начав с марихуаны. Героин не принес ему свободы в творчестве – его песни были наполнены безысходностью и депрессией. После многочисленных безуспешных реабилитаций, попыток суицида, на фоне серьезных проблем со здоровьем, он покончил жизнь самоубийством в возрасте 33 лет.

## Факт 7.

## Наркозависимость это не болезнь, а вредная привычка

Это именно болезнь, и она включена в медицинские энциклопедии и справочники наряду с иными заболеваниями, а по степени тяжести приравнивается к онкологическим. Количество летальных исходов среди больных наркоманией превышает 90%.

В обществе существует стереотип, что наркозависимый человек – в первую очередь безответственный и слабовольный, склонный к порочному образу жизни, не желающий ничего менять и возложивший свою проблему на плечи окружающих. В действительности же наркомания официально является аддикцией (заболеванием из группы зависимостей), ведущей к ускоренному разрушению организма.

## Факт 8.

## Наркотические вещества помогают почувствовать ни с чем не сравнимый «кайф»

Все очень индивидуально. Эйфория, к которой стремятся искатели острых ощущений, – весьма субъективное понятие. Обществом навязан иллюзорный стереотип, в который верят начинающие наркопотребители, пытаясь найти в симптомах отравления удовольствие.

«Фокус» наркотических веществ в том, что пока ты не научился получать от них удовольствие – ты еще не наркопотребитель. Первые употребления у неискушенного пользователя не вызывают ничего, кроме непонятного отупения, рвоты и диареи (организм воспринимает яд именно как яд). Но если удалось «словить кайф» – значит, зависимость уже сформировалась, человек на крючке.

## Факт 9.

## Все от чего-то зависят: если не от наркотических веществ, то от сигарет или кофе

Безусловно, любая зависимость негативна независимо от проявлений. Но утверждение, что все от чего-то зависят, – неубедительная попытка оправдаться. Наркозависимость необратимо разрушает личность и губит здоровье человека, поэтому является наиболее опасной.

Алкоголизм как разновидность токсикомании, характеризующийся психической и физической зависимостью от этилового спирта, также поражает внутренние органы и мешает социализации человека. Мифы об алкоголе и сигарете как о неотъемлемых принадлежностях успешных и талантливых людей давно развенчаны, в моду все больше входит здоровый образ жизни.

Что же касается пристрастия к кофе или чаю, содержащим кофеин, то зависимость это весьма условная – в них скорее больше пользы, чем вреда.  Ежедневное умеренное употребление этих напитков не наносит ущерба здоровью, чего никак не скажешь о наркотических веществах.

## Факт 10.

## Употреблять наркотические вещества или нет – личное дело человека, никого не касается

Всякий наркопотребитель рано или поздно становится преступником, ведь на новые дозы нужно все больше денег.  Заработать же их легально он не может из-за прогрессирующей деградации.

Запрет на употребление наркотических веществ направлен не на ограничение свободы выбора, а на лишение продавцов наркотических веществ права свободно обманывать. Любой наркопотребитель со стажем подтвердит, что ожидания не совпали с реальностью, что поддался на обман – и это привело к боли и безысходности, тяжелым болезням и разрушенной жизни.

Республиканский «Телефон Доверия» по оказанию наркологической помощи:

**8-801-100-21-21** (по будням с 9.00 по 17.00)

«Телефон доверия» Солигорского психоневрологического диспансера:

**26-37-14** (с 8.00 до 16.00)

Министерство здравохранения Республики Беларусь

10 фактов о наркотических веществах, которые ошибочно считаются правдивыми



Отдел общественного здоровья

ГУ «Солигорский зональный ЦГиЭ»