

*«Если у человека
есть здоровье –
у него есть надежда,
если у человека есть надежда –
у него есть все»
(японская мудрость)*

Наркоманию называют чумой XXI века, «белой смертью». Это – не преувеличение.

Влияние наркотиков на организм человека

- ✓ поражают все органы тела человека (печень, лёгкие, сердце);
- ✓ нарушают работу нервной системы, в том числе, головного мозга (человек воспринимает всё медленно);
- ✓ разрушают иммунную систему;
- ✓ вызывают психические расстройства и полную деградацию личности;
- ✓ вызывают потерю массы тела, крайнее истощение организма.

Люди, заинтересованные в увеличении объема продажи наркотиков, усиленно распространяют мифы о наркотиках. Поговорим о том, что правда, а что миф о наркотиках.

Мифы и правда о наркотиках

МИФ

Все пробуют наркотики.

ПРАВДА

Это не так. **80% подростков никогда не пробовали наркотики.**

МИФ

Наркотики раскрашивают красками серые будни.

ПРАВДА

Это состояние мгновенно... Дальше начинаются проблемы, где взять деньги, чтобы купить очередную дозу, жизнь перестаёт быть радужной картинкой... Веселье и новизна ощущений исчезают. Приходят озлобленность, агрессия, депрессия...

МИФ

Наркотики помогают справиться человеку с жизненными проблемами, конфликтами с родителями, неуверенностью в себе.

ПРАВДА

Человек вместо того, чтобы решать сложные вопросы, устраняется от них, позволяет событиям развиваться самостоятельно. А в реальности присоединяются ещё и другие проблемы, как снежный ком. **Проблемы только усугубляются.**

МИФ

Существуют лёгкие наркотики, они безопасны и безвредны.

ПРАВДА

Наркотики не разделяются по степени лёгкости. Любой наркотическое вещество вызывает привыкание и делает человека своим рабом. К тому же, **за хранение и распространение любых наркотиков предусмотрено уголовное наказание.**

МИФ

Можно перестать употреблять наркотики в любое время.

ПРАВДА

Употребление наркотиков очень скоро приводит к возникновению **болезни, название которой - наркомания.** Основным симптомом является зависимость от употребления наркотика, который начинает играть в обмене веществ человека такую же роль, как воздух, вода и пища.

ТВОЙ ЗАВТРАШНИЙ ДЕНЬ ЗАВИСИТ ОТ ТЕБЯ! ЖИВИ ЗДОРОВЫМ!

Тебе даны ключи,
Они от двух дверей:
От счастья твоего
И от беды твоей...

(Р. Гамзатов)

**ПОМНИ, САМЫЙ
ЛУЧШИЙ СПОСОБ
НЕ ПОПАСТЬ
В ЗАВИСИМОСТЬ
ОТ НАРКОТИКОВ-
НИКОГДА ИХ
НЕ ПРОБОВАТЬ!**

**УМЕЙ СКАЗАТЬ
НАРКОТИКУ «НЕТ»!**

- ✓ Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться.
- ✓ Правильно мотивируй причину отказа: **«Мне это не нужно!»**, **«Я не хочу вредить здоровью!»**, **«Это опасно для меня!»**
- ✓ Можно просто сказать **«нет»** и уйти.
- ✓ Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.
- ✓ Умей развлечь себя другим способом. Например, спорт-лучше, чем наркотики.
- ✓ Умей выбрать друзей: настоящие друзья не предложат наркотики.

МБУ «Центр медико-психолого-педагогического сопровождения детей и подростков»:

<http://cmpps.virtualtaganrog.ru>.

e- mail: tg.cmppa@tagobr.ru.

Адрес: 347900, Ростовская обл., г. Таганрог, ул. Москатова 1.
Тел.: +7 (8634) 600-608.



Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр медико-психолого-
педагогического сопровождения
детей и подростков»



**ТВОЁ ЗДОРОВЬЕ
В ТВОИХ РУКАХ!**

Таганрог

