

Как уберечь себя и своих близких от принятия наркотиков?

Основные шаги:

1

Информировать об опасности алкоголя и различных видов наркотиков

2

Научиться говорить «НЕТ»

4

Помогать справляться с неудачами близкими

5

Иметь здоровые интересы и уметь получать удовольствие БЕЗ наркотиков

3

Сохранять доверительные, близкие отношения в семье

Мифы

Существуют легкие наркотики и они совершенно безопасны

Неверно. «Легких» наркотиков не существует. Пагубные последствия для организма вызывают любые наркотики

Наркоманами становятся только слабые и безвольные люди, меня это не коснется

Наркомания — заболевание. Поэтому оно не имеет отношения к силе воли

Наркотики помогают общению: сближают людей

Круг интересов наркомана неизбежно сужается. В конце концов он ограничивается лишь самим наркотиком и всем, что с ним связано

Вредные последствия отсутствуют при однократном употреблении наркотиков

Зависимость может сформироваться с первого употребления наркотиков, а также привести к смерти

Я могу остановиться в любой момент, когда захочу

Многие наркозависимые люди таким образом пытаются оправдать своё употребление. Человек, который говорит это, просто не может прекратить употребление наркотических веществ. И этими словами он просто оправдывает своё употребление, и своё бессилие перед наркозависимостью

Лучше быть наркоманом, нежели алкоголиком

Для многих первый опыт знакомства с алкоголем куда менее приятен, чем первый опыт знакомства с наркотиками. Так создаются предпосылки для восприятия данного мифа

Наркотики держатся в организме не больше года

Большая часть наркотиков попадает и задерживается в организме, откладываясь в жирах. Во время физической нагрузки происходит сжигание жиров и наркотик в малой дозе может попасть в кровоток. Даже такая маленькая доза может вновь вызвать желание употребить запрещенный препарат



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Волонтеры
медики
Всероссийское
общественное движение

