

## Твоя формула успеха

### СВОБОДА



Свободным тебя делают любовь к себе, ответственность за свою жизнь, умение мечтать и достигать целей.

Употребление наркотиков сделает тебя зависимым.



### СЧАСТЬЕ



Счастливым тебя делают близкие люди и друзья, интересные увлечения.

Наркотики лишат тебя способности испытывать удовольствие от реальной жизни.



### ЗДОРОВЬЕ



Здоровым тебя делают активный образ жизни, правильное питание и позитивный настрой.

Наркотики разрушат твой мозг, печень, почки и другие органы.



### БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!

**ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»**

г. Томск, ул. Бакунина, 26, тел.: (3822) 65-02-16, [profilaktika.tomsk.ru](http://profilaktika.tomsk.ru)

Присоединяйтесь к группе «Будь здоров, Томск!»



## Быть свободным, счастливым и здоровым – твой выбор!



Получить больше информации можно:

**Информационный портал «Все зависимости»**

[vsezavisimosti.ru/narkomaniya/posledstviya](http://vsezavisimosti.ru/narkomaniya/posledstviya)

**Раздел на портале Минздрава РФ, посвященный профилактике наркомании**  
[takzdorovo.ru/privychki/narkotiki](http://takzdorovo.ru/privychki/narkotiki)

**ОГБУЗ «Томский областной наркологический диспансер»**  
г. Томск, ул. Лебедева, 4,  
т.: (3822) 44-34-96, 46-87-02

## Знаешь, где распространяют наркотики?

**Телефон дежурной части УМВД России по Томской области**  
**(3822) 271-220**

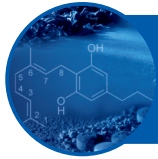
**Звонки принимаются круглосуточно.**

Издано в рамках государственной программы «Обеспечение безопасности населения Томской области» подпрограмма «Профилактика правонарушений и наркомании»

ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»



## Твоя жизнь – твой выбор



## Синтетические наркотики

Синтетические наркотики – химически синтезированные вещества, оказывающие наркотическое действие на человеческий организм («соль для ванн», спайс, экстази и т. д.)

**Синтетические наркотики за короткое время могут полностью разрушить жизнь и здоровье человека.**

### Что характерно для синтетических наркотиков?

#### **БЫСТРЕЕ** возникает зависимость

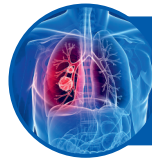
● синтетические наркотики очень опасны, поскольку привыкание к ним возникает быстро, а развивающаяся зависимость относится к категории самой тяжелой, с которой не всегда справляются даже наркологи;

#### **ВЫШЕ** риск преждевременной смерти

● нестабильность состава, отсутствие очистки и контроля качества, экспериментальный характер большинства используемых веществ – все это способно убить потребителя ещё до возникновения зависимости;

#### **СИЛЬНЕЕ** разрушительные последствия для здоровья

● производители и торговцы синтетикой не заботятся о здоровье своих клиентов (им важны лишь наркотический эффект и быстрое привыкание);  
● синтетические наркотики похожи на авиационную бомбу. Ущерб здоровью наносится очень быстро. Восстановление длится месяцами.



## Медицинские последствия

### Изменение внешнего вида

«Стекланный взгляд», красные глаза, зрачки сужены или расширены, речь ускорена или замедлена, бледность, выпадение волос, похудание. Выглядят наркоманы намного старше своего возраста.

### Поражение внутренних органов



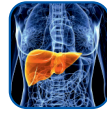
**Нервная система** (особенно головной мозг): ухудшение памяти, мышления, колебания настроения, неврозы.



**Иммунная система:** организм хуже справляется с инфекционными заболеваниями.



**Пищеварительная система:** расстраивается пищеварение, что вызывает значительную потерю массы тела и резкое истощение.



**Печень:** воспалительные, застойные или дистрофические процессы, гепатиты.



**Сердце:** возрастает вероятность инфаркта в молодом возрасте.



**Дыхательная система:** хроническое воспаление, снижение обоняния, его потеря.



**Репродуктивные органы:** у наркоманов-мужчин развивается импотенция, у женщин – половая холодность.

### Склонность к самоубийствам

Повышается в 5-20 раз.

### Преждевременная смерть



## Социальные последствия

● Человек перестает быть частью общества. Все, что раньше было значимым, дорогим, любимым, теряет смысл.

● Попытки родителей помочь ребенку вызывают у него раздражение и злость.

● Появляются проблемы с работой и учебой.

● Понятия о моральных нормах становятся размытыми, что часто приводит к конфликту с законом.

● Зависимый постепенно приспосабливает свою жизнь к тому, чтобы облегчить доступ к наркотику, вся его социальная активность связана с наркотиком и как взаимодействовать с обществом без наркотика он не знает.



## Как избежать зависимости

**1. Быть абсолютно уверенным в опасности употребления любых наркотических веществ.**

Безопасных наркотиков не существует, и единственный способ подтвердить это – никогда их не употреблять.

**2. Принять осознанное решение не пробовать наркотик даже в виде эксперимента.**

Наркотики неприемлемы ни в каком качестве, любая их новизна смертельна, и совершенно не требуется это подтверждать. Избегайте общения с товарищами, которых подозреваете в употреблении наркотиков. Сторонитесь тех, кто предлагает вам попробовать этот «кайф».