

Проблема наркомании актуальна и остра во всём мире на протяжении многих лет. Всё чаще опасное зелье стали пробовать подростки. Какими болезнями грозит употребление наркотических средств и как уберечь молодое поколение от этой беды рассказал главный нарколог Уральского федерального округа, главный врач Областной наркологической больницы **Антон Поддубный**.



- Кто подвержен употреблению наркотиков больше всего? У кого самые высокие шансы стать наркозависимым?

- Категория людей, которые употребляют наркотические вещества, очень сильно изменилась как в социальном, так и в гендерном плане за последние 20 лет в силу того, что появились новые наркотические вещества. И, соответственно, расхожий образ «наркомана», как некоей маргинальной личности с исколотыми венами уже не актуален. Таких в наши дни становится все меньше и меньше. Сейчас большой процент тех, кто употребляет синтетические наркотические средства. И, как бы грустно это не звучало, мы зачастую и не догадываемся, что в нашем окружении есть те, которые так или иначе эпизодически употребляют психоактивные вещества. К сожалению, во всех социальных слоях населения есть люди, которые употребляют наркотики.

- Как вы уже сказали, в последние годы появилось огромное количество совершенно новых наркотиков. Почему так часто сейчас "сходят с ума" под

воздействием этих средств?

- Это сильнейшие токсические яды, которые тропны (прим. – чувствительны) клеткам головного мозга, отчего в первую очередь страдает психика. Наркомания - психическое расстройство, такое же, как и алкоголизм. 10 – 15 лет назад мы столкнулись с так называемыми «солями для ванн», которые до сих пор существуют. Они свободно продавались и не были внесены в перечень наркотических веществ. Но законодатели оперативно приняли все меры, чтобы предотвратить распространение этих наркотиков. Огромной популярностью до сих пор пользуются и клубные наркотики, синтетические психостимуляторы, которые употребляют в ночных увеселительных заведениях. Все чаще их стали употреблять люди молодого возраста для достижения состояния эйфории. Но это состояние длится недолго. Нет наркотиков, которые бы приносили постоянное удовлетворение от употребления. А развитие зависимости всегда происходит одинаково. Сначала увеличивается толерантность к веществу, потом она падает и человек уже не получает физического удовлетворения от приема зелья, ощущает дискомфорт и страдает от соматической и психологической тяги. Поэтому он продолжает употреблять наркотики для того, чтобы просто нормально себя чувствовать, то есть становится наркозависимым.

- Что в организме человека попадает под удар в большей степени? И какими болезнями это грозит?

- Потребителей наркотиков сопровождает огромное количество заболеваний. Среди них гемоконтактные инфекции от инъекционного употребления: ВИЧ, гепатит С, В и т.д. К нам регулярно поступают пациенты с передозировками и отравлениями, которые могут привести к смерти. Поэтому, наверное, не совсем корректно говорить о том, что сильнее страдает от употребления наркотиков. Нет ни одного органа в организме человека, который бы не страдал от употребления наркотических веществ. Ни одного!

- Какой средний возраст наркомана сейчас? И какая средняя продолжительность их жизни?

- Есть хорошее выражение у бывших потребителей наркотиков: «Все рано или поздно прекращают употреблять наркотики. Только кому-то это удастся сделать при жизни». Фраза, которая характеризует весь смысл жизни зависимого человека. Рано или поздно он прекратит. Но чем раньше он это сделает, тем будет лучше для него самого. Как

правило, мотивация на отказ от употребления наркотиков возникает, когда случается что-то серьезное и зачастую практически непоправимое: будь то развитие тяжелых заболеваний, проблемы с правоохранительными органами, травма на фоне употребления наркотиков. Тогда человек начинает задумываться о том, что надо менять свою жизнь и отказываться от употребления. Мотивация - это основной стимул в лечении такого заболевания.

- Подростковая наркомания опаснее взрослой?

- Это опасно в любом возрасте. У детей в 12 – 15 лет происходит формирование не только физического здоровья, но и ментального. Организм ребёнка на пике развития. Как я уже говорил, употребление наркотических веществ ведет к болезням и психическим расстройствам. И употребление наркотиков, это конечно же самое страшное, что могут сделать для своего будущего молодые люди.

- Каким образом можно обнаружить признаки употребления наркотиков у подростков? Что в первую очередь должно насторожить родителей?

- Я бы хотел обратить внимание родителей на то, чтобы они отслеживали и подмечали любые изменения физического и психического состояния своего ребенка. Никто лучше родителей не знает своих детей. Если происходят резкие перемены, например, меняется образ жизни или появляются неконтролируемые вспышки агрессии, то подобные вещи уже должны вызывать подозрение. Обязательно нужно говорить с ребенком, выяснять с чем это связано: гормональными перестроениями, с первой любовью, неудачами, стрессом. Кроме этого, родителям подростка стоит обращать внимание на появление новых вещей, например, дорогого телефона, на который у ребенка не могло быть средств. Как правило, употребление наркотиков сопровождается их распространением, за которое распространитель получает какие-то деньги. У ребенка 15-16 лет не должно появляться больших сумм из ниоткуда. И у взрослых должны сразу же возникнуть вопросы.

Если есть подозрения, то всегда можно провести тестирование на употребление наркотических веществ. Это можно сделать самостоятельно, приобретя тест в аптеке, или обратиться в специализированную больницу. В этом случае лучше перестраховаться, чем кусать локти, когда будет слишком поздно.

- Как родители могут повлиять на то, чтобы у ребенка не возникло желание пробовать наркотики?

- Семья – это основа. Со своим ребенком нужно разговаривать, активно участвовать в его жизни, поддерживать близкие отношения. Зачастую, в силу занятости, родители не могут уделить должного внимания своим детям. Соответственно, они много времени предоставлены сами себе, у них появляется большое количество соблазнов, с которыми «доброжелатели» спешат их познакомить и подсадить.

- Расскажите о мерах профилактики наркомании, проводимых в Свердловской области. Что может отвлечь молодежь даже от желания попробовать наркотики?

- Профилактику можно разделить на первичную, вторичную и третичную. Первичная профилактика – это целое направление работы. Ей занимаются специалисты разных сфер: учителя, правоохранители, социальные работники, психологи. Вся первичная профилактика направлена на позитивные изменения в жизни – это занятия спортом, семейные ценности, здоровый образ жизни, новые знания, интересные хобби. Когда у человека есть альтернатива употреблению наркотиков, у него даже мысли не возникнет их попробовать. Первичная профилактика - это большая регулярная работа, которая требует комплексного и поэтапного подхода. И результаты ее будут заметны в течение нескольких лет.

К примеру, те действия, которые проводились органами исполнительной власти в сфере первичной профилактики табакокурения, мы уже видим. Значительно снизился процент людей, употребляющих табак. А количество тех, кто занимается спортом увеличилось. И это очень хорошо.

Еще хотел бы отметить такой эффективный элемент первичной профилактики, как повсеместное тестирование во время профосмотра школьников и студентов. В ходе скринингового социально-психологического тестирования выявляются группы риска, которые склонны к употреблению наркотических веществ. С такими людьми в дальнейшем работает врач-психиатр-нарколог. И эта работа также дает хорошие результаты.