

Семинар «Дорога жизни»

Подготовила: учитель биологии Ипатова Е.В.

Трудно себе представить то благотворное изменение, которое произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком и опиумом.

Л.Н.Толстой.

Цель:

- формировать отрицательное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотических веществ.
- повысить уровень информированности подростков о вреде курения, употребления алкоголя и наркотических веществ..
- выработать негативное отношение к табакокурению, употреблению алкоголя и наркотических веществ.

Задачи:

- повысить информационность подростков о вреде табака, алкоголя, наркотиков;
- выделить свойства этих веществ и их влияние на организм, в частности, на организм подростка;
- выявить причины, побуждающие подростка к вредным привычкам;
- формировать негативное отношение к вредным привычкам;

Целевая аудитория: 7-9 классы

Волонтёры: 8 класс

Задача волонтёров:

- подготовка докладов по определённой тематике в соответствии с разделением на группы;
- подготовка раздаточного материала (буклеты).

План семинара

1. Вступительное слово.
2. Алкоголь и его история распространения / исторические сведения/
3. Табак, история распространения.
4. Свойства алкоголя и его влияние на различные живые организмы.
5. Свойства табака и его влияние на организм.
6. Влияние алкогольных напитков на организм человека, подростка.
7. Психология употребления алкогольных напитков.
8. Портрет пьяного человека.

Презентация: «Дорога жизни. Контрасты»

Презентация дает определение человека – «чело» - ум, «век» - способный жить вечно. Но так ли это? Что же мешает в большинстве случаев жить человеку долго? Какой путь выбирает каждый из нас в своей жизни?

Ход мероприятия.

В ходе мероприятия ответьте на следующие вопросы.

- Почему тема ЗОЖ актуальна постоянно?
- Какие меры нужно предпринять, чтобы ученики не втягивались в зависимость от табака, алкоголя?

1. Вступительное слово.

Учитель: Тема сегодняшнего классного часа – табак, алкоголь, наркотики, причины их использования и последствия для организма. Начнем со статистики, которую провели среди учеников нашей школы. Слово предоставляется зам. директора по воспитательной работе Финько Е.В. (предоставляется статистика по анкетированию 8-9 классов на отношение к употреблению ПАВ)

Начнем с алкоголя. Алкогольные напитки сейчас льются рекой, пьют их даже дети. Что же такое алкоголь? В справочнике говорится, что алкоголь это винный спирт. По действию на организм он относится к наркотикам.

Алкоголь является наркотическим ядом, и действует, прежде всего, на клетки головного мозга, парализуя их. Алкоголь – яд для любой живой клетки. Доза в 7-8 г чистого спирта на 1 кг веса тела является смертельным для человека. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), алкоголизм ежегодно уносит около 6 млн. человеческих жизней. По официальным данным только в Москве до 30% больных поступают в больницы с тяжелыми травмами, находясь в состоянии опьянения.

Похититель разума – так именуют алкоголь с давних времен.

Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее 8 тыс. лет до н.э. - с появлением керамической посуды и плодовых деревьев.

Давайте заглянем в прошлое и послушаем, когда и где появился алкоголь.

2. Информационный блок. Исторические сведения.

Первый ученик.

Чистый спирт начали получать арабы в 7-8 вв. и называли его «алькоголь», что означает «одурманивающий». Первую бутылку водки изготовил араб

Рагез в 860 году. С тех пор на протяжении нескольких столетий спиртное стало распространяться с начало в странах Азии, затем в западной Европе и по всему миру. Известный путешественник Н.Н.Миклуха – Маклай наблюдал папуасов Новой Гвинеи, не умевших еще добывать огонь, но уже знавших приемы приготовления хмельных напитков.

Учитель:

Существует мнение, что пьянство на Руси – старинная традиция русского народа. Так ли это на самом деле?

Второй ученик:

Русский историк и этнограф, знаток обычаев и нравов народа, профессор Н.Н.Костомаров полностью опроверг это мнение. Он доказал, что в Древней Руси пили очень мало. Лишь на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво, крепость которых не превышала 5-10%. Чару пускали по кругу, и из нее каждый отпивал несколько глатков. Пьянство в будни дни считалось грехом и позором. Каждая деревня или село имели свой питейный дом или корчму, а в городках их было несколько. В корчме подавали различного рода напитки, содержащий небольшое количество алкоголя: пиво, брагу, меды, квасы.

Учитель:

Когда в летописях стали упоминать о производстве хмельных напитков на Руси?

Третий ученик:

Водка стала проникать в страну вначале из-за границы, а потом появилось и собственное винокурение. Начиная с правления Ивана 111, государство стремилось сохранять за собой право изготовления и продажи водки в кабаках. Доходы поступали в государственную казну. При Иване Грозном корчмы уничтожились и насаждались царские кабаки. Население было вынуждено тайно варить мед и пиво. Кабацкие головы выслеживали нарушителей и доносили властям. Провинившихся подвергали штрафу и наказывали: били палками – батоками, часто забивая до смерти. Если население не выпивало на планируемую государственную сумму, недоимки раскладывали на всех.

Учитель:

Сейчас никто насильно не заставляет людей пить. Так почему же люди продолжают это делать?

Ответы учащихся:

- выпить, чтобы согреться,
- лечебная доза для аппетита,
- против усталости,
- снять стресс,
- настроение поднять,
- отметить праздник,
- свадьба,
- проводы,
- новоселье,
- вещь купили – обмыли,
- успех в делах.

Учитель:

О причинах употребления спиртных напитков задумывались многие выдающиеся люди. Послушаем их.

Четвертый ученик:

Об употреблении спиртного написал английский поэт РОБЕРТ БЕРНС (перевод С.Я.Маршака).

«Для пьянства есть такие поводы:

Поминки, праздник, встреча, проводы,

Крестины, свадьба и развод,

Мороз, охота, Новый год,

Выздоровление, новоселье,

Печаль, раскаяние, веселье,

Успех, награда, новый чин,

И просто пьянство без причин».

Пятый ученик:

Выдающийся психиатр и общественный деятель, борец с алкоголизмом, академик Владимир Михайлович Бехтерев так охарактеризовал психологические причины пьянства: «Все дело в том, что пьянство является вековым злом, оно пустило глубокие корни в нашем быту и породило целую систему диких питейных обычаев. Эти обычаи требуют питья и угощения при всяком случае».

Шестой ученик:

Поэт Владимир Котов написал такие строки:

Среди традиций самых разных

Есть нелегкая одна,

Если встреча, если праздник,

Значит пей и пей до дна!

Пей одну, и пей другую,

И седьмую, и восьмую,-

Просят, давят, жмут «друзья»!

Ну, а если не могу я,

Не, а если мне нельзя?

Не, а если есть причина

Завтра утром в форме быть?

Значит, я уж не мужчина

Хоть давись, но должен пить!

3. Исследовательский блок.

Учитель:

Какой вред организму наносит алкоголь?

Ученые долгое время проводили опыты на растениях, жуках, птицах, животных. Все опыты показали, что алкоголь вреден для живых организмов.

(В классе несколько экспертов, которые приведут примеры опытов).

Первый ученик:

Если какие-либо семена положить в чистую воду, то вскоре они прорастут. Но, если в стакан воды вылить чайную ложку спирта, то ростки этого же растения будут слабыми, неспособными к жизни. Если же в стакан добавить еще 2 ложки спирта, ростки и вовсе погибнут. Таким образом, спирт ослабляет рост семян растений и убивает в них жизнеспособность.

Второй ученик:

При попадании спиртного раствора в улей, через некоторое время пчелы прекращали рабочие вылеты и начинали вести себя странно: целыми днями оставались в улье и гудели, абсолютно забывая о работе. Ученые установили, что у животных и птиц поведение под действием алкоголя становится похожим на поведение пьяного человека.

Третий ученик:

Писатель А.Серафимович в своем рассказе «Гуси» описывает забавный способ поимки диких гусей: Вечером на берегу на месте кормежки гусей рассыпают горох, замоченный в спиртовом растворе. Утром гуси едят этот горох и пьянеют. В таком состоянии гусей ловят просто «голыми руками».

Вставка: Картинка с кошкой. Опьяняющее действие алкоголя на кошку.

Учитель:

Если человек употребляет алкоголь, то и далее в нем рождается неистребимое желание к такой пище. Это объясняется наркологическим действием алкоголя. При систематическом приеме алкоголя ослабевает сила воли человека, и тяга к пьянству становится привычкой. Алкоголь разрушает клетки головного мозга, образуются мертвые клетки, так называемые, мертвые зоны головного мозга, снижается интеллект. Все это ведет к деградации личности человека.

Четвертый ученик:

Физиологи выяснили следующее: алкоголь в организме остается надолго. Более двух недель длится его вредное действие на организм. Даже после одного приема небольшой дозы спиртного алкоголь сохраняется в мозгу, сердце, почках, желудке от 2-х до 15 суток.

Люди, употребляющие спиртное еженедельно, хотя бы раз, никогда не смогут очиститься от алкоголя. В этом случае затормаживается нормальная деятельность головного мозга, человек теряет контроль над собой. Большой вред наносится сердцу. Оно досрочно изнашивается, и жизнь человека сокращается на 8 лет.

Пятый ученик:

Происходит раннее старение организма, наступает ранняя смерть. 95% увлекающимся спиртными напитками обречены на заболевание гастритом, болезнями желудка, цирроз печени. Смертность среди пьющих в два раза выше, чем среди непьющих.

Учитель:

Женщина, злоупотребляющая спиртными напитками – это само по себе бедствие. Недаром в народе говорят: «Муж пьет - пол дома горит, жена пьет - весь дом горит». А древнегреческий писатель Плутарх говорил: «пьяницы рожают пьяниц».

Шестой ученик:

Еще в конце прошлого века французский врач Демме, изучая потомство семей алкоголиков, установил, что почти 50% их детей погибли в раннем детстве, а из оставшихся 10% страдали эпилепсией и водянкой головы, 12? Росли идиотами и только 10% были здоровы.

Седьмой ученик:

Алкоголизм ведет к слабоумию. В нашей стране в коррекционных школах для слабоумных детей обучается около 300 тыс. школьников. Мировая статистика утверждает, что 50% слабоумных детей рождается от пьющих родителей.

Учитель:

В древнем мире до 26 лет запрещали употреблять спиртное, так как считали, что до этого возраста человеческий организм является не полностью окрепшим. Сегодня алкоголизм молодеет. Если в 1925 году подростков, употребляющих алкоголь, было 17%, то сейчас эта цифра достигла 95%.

Учитель: Ребята, давайте составим портрет пьющего человека
(ребята описывают пьющего человека)

Вставка - «портрет алкоголика»

- Бледная кожа,
- неприятный запах изо рта, от одежды,
- нездоровые волосы,
- раздражительность,
- невнимательность,
- рассеянность,
- головокружение,
- отсутствие аппетита,
- агрессивность,
- бессонница.

О том, что табак вреден для здоровья, знали давно. Видели, что курильщиков мучает надсадный кашель, знали, что в накуренном помещении трудно дышать, что табак мешает умственной работе.

Опыты показали, что животные гибнут под действием никотина. Тогда и родилась фраза: «Капля никотина убивает лошадь». Если быть точным, то капелей чистого никотина можно убить не одну, а целых три лошади.

Никотин – нервно-паралитический яд, входящий в группу зарина, замена газов, находящихся на вооружении в химических войсках, блокирует сердечно-сосудистый и дыхательный центры в головном мозге.

Рак – во вдыхаемом дыме содержится 40 веществ, вызывающих рак легких. Наиболее опасен бензопирен, который используется в лабораторных экспериментах на крысах по образованию раковой опухоли.

Вредные вещества: синильная кислота, аммиак, полтора литра дегтя за год (если курильщик выкуривает одну пачку в день), СО (угарный газ связывает гемоглобин в эритроцитах крови, что приводит к кислородному голоданию организма, в первую очередь мозга).

ТВС, бронхит, пневмония – ослабление иммунитета клеток эпителия бронхов, легких, что приводит к проникновению микробов в клетки органа и вызывает данные заболевания.

Сокращение жизни – при выкуривании курильщиком 1 пачки в день продолжительность жизни сокращается на 9-13 лет. Одна сигарета сокращает жизнь на 12 минут.

Привычка=зависимость – при снижении концентрации никотина в крови у человека появляется раздражительность, невозможность сконцентрировать внимание, мысли; снижает работоспособности, навязчивая потребность вновь и вновь закурить.

Трудно даже перечислить вредные вещества, содержащиеся в табаке, их ведь насчитали почти 1200!

В течение нескольких лет ученые проводили наблюдения над 200 курящими и 200 некурящими школьниками. А теперь посмотрим, какими оказались сравнительные результаты.

болезни	курящие	Не курящие
1.нервные	14%	1%
2.понижение слуха	13%	1%
3.плохая память	12%	1%
4.плохое физическое состояние	12%	2%
5.плохое умственное состояние	18%	1%
6.нечистоплотны	12%	1%
7.плохие отметки	18%	3%
8.медленно соображают	19%	3%

Оказалось также, что на организм девочки табак действует гораздо сильнее: «вянет кожа», быстрее сипнет голос.

Доклад учащегося.

Врачи также выяснили, что рост числа курящих параллельно увеличивает количество опасных болезней. Оказывается, если человек курит в день от 1 до 9 сигарет, то сокращает свою жизнь в среднем на 4,6 года по сравнению с некурящими; если курит от 10 до 19 сигарет - то на 5,5 года; если выкурено от 20 до 39 сигарет – на 6,2 года.

Установили, что люди, начавшие до 15-летнего возраста, умирают от рака лёгких в 5 раз чаще, чем те, которые начали курить после 25 лет. Длительно и много курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12-инфарктом миокарда, в 10 раз - язвой желудка и в 30 раз- раком лёгких.

Нет такого органа, который бы не поражался табаком: почки и мочевой пузырь, половые железы и кровеносные сосуды, головной мозг и печень.

Сердце у курящего делает в сутки на 15 тысяч сокращений больше, а питание организма кислородом и другими необходимыми веществами происходит хуже, так как под влиянием табака кровеносные сосуды у подростка сжимаются. Вот почему у курящих ребят слабеет память, вот почему среди них чаще встречаются неуспевающие в учебе.

Ученые выяснили, что в табаке содержится масса ядовитых веществ. Среди них наиболее известен никотин: по своей ядовитости он равен синильной кислоте.

В последние годы, ученые уделяют пристальное внимание веществам, вызывающим рак. У них в первую очередь относятся бензопирен и радиоактивный изотоп полоний – 210. Если курильщик наберет в рот дым, а затем выдохнет его через платок, то на белой ткани останется коричневое пятно. Это и есть табачный деготь. В нем особенно много веществ, вызывающих рак. Если ухо кролика несколько раз смазать табачным дегтем, то у животного образуется раковая опухоль.

Статья «Всесильная сигарета» из газеты.

Я не могу писать спокойно о табаке, о дыме, о курящих в подъездах подростках, о матерях с сигаретой в зубах – вообще о курении не могу писать и говорить холодно, рассудочно. Мне до боли жаль человеческого здоровья, бездумно переведенного в дым. Мне нестерпимо жаль жизней, истлевших на кончике сигареты.

Выкуренная сигарета, каждая, стоит курящему 15 минут жизни. Последствия курения для человека надо рассматривать не только с точки зрения смертности, но и заболеваемости.

Да, курение, к счастью, не всегда приносит смерть, но всегда приносит смерть, но всегда приносит или усугубляет болезнь. Известно, что среди курильщиков смертность от болезней вдвое выше, чем у некурящих. Особенно долго у них процесс выздоровления хирургических операций. Чаще других маются курильщики кашлем, простудами.

...Курение мужчин – беда. Курение женщин – дважды беда, ибо угроза от женской сигареты двойная и для самой курильщицы, и для ее ребенка.

Выяснилось, что дети отстают в физическом и умственном развитии не только потому, что их отец пьет, но и потому, что мать курит.

Механика отравления детского организма проста: в табачном дыме, помимо никотина, содержатся вещества высочайшей токсичности – угарный газ и бензидин. Это нервные яды. А центральная нервная система ребенка не защищена: доступ яда к мозгу плода свободен.

...Люди, давно хотели каким – либо образом уменьшить вредное влияние курения на организм человека. И в настоящее время специалисты разных стран стремятся к этому.

Они хотят, оставит от табака лишь вкусовые качества и запах. Но пока самые лучшие сигареты в мире калечат здоровье людей. Фильтр задерживает часть никотина. Но смолистые и другие вредные вещества проходят через фильтр беспрепятственно. Современные сигареты мягче, но не безвредны.

Исследования показали, что некурящей взрослый под воздействием рекламы курить не начинает, но если человек уже курит, то постоянная реклама стимулирует его, и шансов бросить у него меньше. А подростки и дети становятся буквально жертвами ярких роликов. У них создается впечатление, что курение – это широко приемлемая и, главное, одобряемая общественная норма.

Умный и образованный человек не может не знать, насколько курение вредит его здоровью. Если он это знает и продолжает курить, значит, он необразованный или неумный.

В табачном дыме более 400 компонентов, 40 их них имеют канцерогенные свойства, способное вызвать раковые заболевания. Наиболее опасен радиоактивный полоний 210. Попадая с табачным дымом в организм, он накапливается в бронхах, а также в почках и печени. Содержащийся в табаке никотин относится к ядам. Курение – это вредная привычка, она стара, как мир.

Просмотр фрагмента из новостей Россия 1 от 15.01.2017 г

В нашей стране нельзя курить во Дворцах спорта, бассейнах, спортзалах, учебных и медицинских заведениях, санаториях, курортах, на транспорте.

Вред табака доказан, многие люди бросили курить, идёт борьба против «пассивного курения»...сторонники же табака часто ссылаются на то, что многие выдающиеся люди, например, Дарвин, Ньютон, А.М.Горький и учёный- терапевт С.П. Боткин, курили. Значит, курение не мешало им достичь успехов?

Хочу привести здесь некоторые высказывания известных деятелей культуры и науки.

Великий врач С.П.Боткин был заядлым курильщиком. Умирая, ещё сравнительно нестарым (57лет), он сказал: «Если бы я не курил, то прожил бы ещё 10-15лет».

Л.Н.Толстой, бросив курить, сказал так: «Я стал другим человеком. Просиживаю по пяти часов за работой, встаю совершенно свежим, а прежде, когда курил, чувствовал усталость, головокружения, тошноту, туман в голове...».

В Россию табак, по-видимому, попал в конце XVI в. и тоже был встречен не очень приветливо. За курение полагалось весьма серьезное наказание – от палочных ударов и порки кнутом до отрезания носа и ушей и ссылки в Сибирь. Торговцев табаком ждала смертная казнь.

Но постепенно запрет на курение отменяется в разных странах. С годами к вредной привычке и даже дети. Возникла мода на курение: сигарета, мол, придает девушкам особую элегантность, а юношам – мужественность. Сигарета стала обязательной принадлежностью теле- и киногероев.

Поговорим о самых страшных веществах – наркотиках.

1 ученик. О том, что проблема наркомании на слуху у всех членов общества. Все о ней знают или слышали, все пытаются существовать с этой проблемой параллельно. Да, наркомания это тяжелая болезнь. Она заключается в нарастающем изменении чувствительности организма к действию наркотиков - в формировании жесткой зависимости состояния человека, его психического и физического самочувствия от наличия или отсутствия наркотика в организме. Распространение наркомании происходит угрожающими темпами. За последние 10 лет число смертей от употребления наркотиков увеличилось в 12 раз, а среди детей _ в 42 раза.

Три разноречивых понятия заключается в переводе с греческого, слово “наркоман” - восторг , оцепенение, магия . Но не только восторга , а даже слабого блеска радости жизни не видим.

Мы в глазах тех, кто находится во власти наркотиков. Истощенное, с исколотыми венами тело. Отрешенный взгляд ничего не выражающих глаз. Бессвязная речь, ответы невпопад на, казалось бы, самые обычные вопросы. А главное, полное безразличие к происходящему вокруг, отсутствие интереса к жизни. Путь туда лёгок и прост, вернуться оттуда почти невозможно.

Учитель: Природа создала всё, чтобы человек был счастлив. Деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас, людей - сильных, красивых, здоровых и разумных. Человек рождается для счастья, и, кажется, нет места в его душе для злого духа и неизменного порока. Но некоторые губят свою жизнь наркотиками. Её губят и простые люди, и очень талантливые. Перед страшной бедой ни у кого нет защиты.

2 ученик. Наркомания – патологическое влечение к приему наркотических средств. Термин "наркотик" происходит от греческого глагола "narkoo", что означает оцепенеть, сделаться нечувствительным. Наркотики–это ядовитые вещества и их соединения.

Основные группы наркотиков:

Стимуляторы

Галлюциногены

Транквилизаторы

Препараты конопли

Опиаты

Ингаляннты

Стимуляторы – вещества, стимулирующие центральную нервную систему. К ним относятся: кокаин, эфедрин, кат.

Галлюциногены – наркотики, вызывающие зрительные и слуховые обманы (галлюцинации). К ним относятся: ЛСД – мескалин, экстази, димедрол и другие.

Транквилизаторы – лекарственные средства, подавляющие нервное напряжение и расстройство. К ним относятся: седуксен, элениум, нитрозепам, реланиум и другие.

Препараты конопли (вещества, получаемые из различных сортов конопли) вызывают гашишную наркоманию (гашишизм). К ним относятся: гашиш, анаша, марихуана

тяжелую, широко распространенную опииную наркоманию, конкретно – героиноманию. К ним относятся: опий, героин, морфин, промедол и пр.

Ингаляннты – вещества, которые вводят в организм через дыхательные пути. К ним относятся: бензин, растворители, клей «Момент», эфир, хлорэтил и другие.

3 ученик. Как человек втягивается в употребление наркотиков? Кто становится наркоманом?

Условно процесс втягивание в употребление наркотиков можно разделить на несколько стадий: первая проба происходит, как правило, в группе сверстников по совету более «опытных», из стремления «быть как все», значительно реже – самостоятельно, из любопытства или по каким-то личным мотивам. Далее наблюдается знакомство с разными видами наркотиков или так называемое «поисковое» поведение. Затем возникает групповая зависимость, т.е. наркотики употребляются только в определенных условиях, например в знакомой компании. Отсюда рукой подать до формирования психической зависимости – наркотик употребляется для того, чтобы вновь испытать наркотическое опьянение или улучшить настроение. И, наконец, неизбежно формируется физическая зависимость: наркотическое вещество включается в систему обмена веществ в организме. Подростки чаще и легче становятся наркоманами из-за неустойчивости обмена веществ и психики. Среди подростков наркоманами становятся те, кто избегает физических и психологических нагрузок, нуждается в притоке легкой развлекающей информации. Другой тип характера подростков-

наркоманов проявляется в склонности к «сильным» ощущениям, наркотическое опьянение для них – способ «разрядиться». Еще одна категория подростков – те, кто любит покрасоваться перед сверстниками, быть в центре внимания. На самом деле, они нередко испытывают сильную неуверенность в себе и используют наркотик для повышения активности, преодоления страха. Стать наркоманом может как человек, имеющий наследственную предрасположенность в семье есть наркоманы), так и успешный и благополучный человек. Важную роль играет и возраст. В подростковом возрасте риск формирования наркотической зависимости наиболее высок.

4 ученик. Почему подростки более подвержены наркомании? Можно ли узнать наркомана по внешнему виду?

Наркомания в России продолжает "молодеть". По последним данным, более 60 % наркоманов – люди в возрасте 18-30 лет и почти 20 % - школьники. Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15-17 лет, но участились случаи первичного употребления наркотиков детьми 11-13 лет.

Отмечены и случаи употребления наркотиков детьми 6-7 лет.

В подростковом возрасте очень сильно желание освободиться от контроля и постоянного руководства со стороны взрослых, от необходимости выполнять «взрослые» правила и нормы. Особенно привлекает то, что не дозволено. Подростки часто стремятся доказать в группе свою «крутизну», употребление в этих целях наркотиков представляется им сильным аргументом. Если же в компании кто-то предлагает попробовать наркотики, то не каждый сумеет отказаться, т. к. именно группа становится для подростка источником норм и ценностей, стандартов поведения. Часто именно окружение начинает «давить» на подростка, провоцировать его, вынуждать попробовать наркотики. Чтобы избежать этого необходимо помнить: совсем необязательно выполнять требования группы. Умей сказать «НЕТ!». Иногда бывает проще избежать подобных ситуаций (места, компании), где предлагают наркотики.

Достоверно определить, является ли человек наркоманом, может только специалист. Однако среди внешних признаков чаще всего выделяют: бледность кожи, расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или помутневшие глаза, замедленная речь, плохая координация движений, похудение или прибавка в весе, блеск в глазах, нарушение пищеварения.

Очевидные признаки наркозависимого человека:

Следы от уколов, порезы, синяки, свернутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылочки, пузырьки, запахи табачного дыма с примесью запахов трав или синтетики.

Изменения в поведении: нарастающее безразличие, невозможность сосредоточиться, болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения, нарушение сна.

Наркоман представляет опасность как для окружающих, так и для себя самого, если он находится в состоянии сильного опьянения, с потерей способности адекватно воспринимать окружающий мир. Когда наркоман страдает от отсутствия наркотика и пытается добыть деньги для его покупки, то он может причинить вред здоровью и благосостоянию окружающих и себе самому.

5 ученик. Как лечат наркоманов? Есть ли противоядие от наркотиков? Можно ли излечить наркомана насильно?

Если говорить о видах лечения, то их существует достаточно много, но все они сводятся к двум основным подходам, дополняющим друг друга: медикаментозному и психотерапевтическому. Лечение наркомании – сложный, длительный процесс, который может растянуться на годы. Он проходит в несколько этапов: устранение острых проявлений заболевания с помощью медикаментов. А затем начинается самый продолжительный этап: психологической и социальной реабилитации.

В случае передозировки героином очень часто возникает состояние, когда прекращает работать так называемый дыхательный центр. Для того чтобы спасти человека, врачи вводят препарат, который блокирует действие героина на организм, что приводит к восстановлению дыхания и нейтрализует введенный наркотик. Но для других видов наркотиков таких «противоядий» не найдено. Лечить наркоманов трудно, но и не всегда обеспечен успех. Сроки лечения зависят от того, в течение какого времени подросток употреблял наркотики. Чем дольше оно, тем процесс лечения длительнее, сложнее.

Решающую роль в лечении наркомании играет желание самого больного, но бывают ситуации, когда человек погибая от наркотиков, не может решиться обратиться за помощью к врачу. В этом случае возможно применение принудительных мер. Теоретически можно создать условия, в которых больной не сможет принимать наркотики, но, в конце концов – выбор погубить от наркотиков или стараться выжить – делает сам больной.

Средняя продолжительность жизни активного наркомана составляет 3 года. Дети, рождённые от наркоманов, умирают очень быстро, доживая максимум до 4 месяцев. Наркотик губит наше будущее поколение, наших детей, а значит, и будущее всей страны.

6 ученик. Что делать, если твой друг (подруга) наркоман? Как тебе вести себя с ним: а) бороться с его привычкой; б) продолжить общаться с таким, какой он есть; в) прекратить общение с ним?

На этот счет существуют различные точки зрения. Профессиональные психиатры советуют держаться от него подальше. Исправить его самостоятельно тебе не удастся. Здесь возможны две ситуации: либо ты не употребляешь наркотики, в таком случае 80 % за то, что он приучит тебя к ним со временем. Либо ты уже принимаешь наркотики и тогда не сможешь прекратить, пока будешь общаться с другом-наркоманом. Даже если вы оба решили бросить наркотики и лечиться одновременно, само общение будет постоянно провоцировать вас к возобновлению наркотизации.

Если твой друг не хочет ничего слушать и лишь упрямо твердит: «Никого не должно касаться то, что я делаю», докажи, что это не так. Покажи ему, как от его пристрастия страдают все окружающие: ты сам, друзья, родители, родственники и так далее.

Если ты решил идти до конца, но твой друг и после этого отказывается прекратить принимать наркотики, сообщи ему, что ты собираешься все рассказать его родителям, его любимой, тренеру или заслуживающему доверия преподавателю, врачу, школьному психологу.

Одна из главных причин того, что все больше молодежи вступает на преступный путь и связывается с наркотиками, – то, что взрослые говорят одно, а делают другое. Взрослые просят и угрожают, но угрозы ничего не значат – они не выполняют их. Поэтому они не имеют никакого влияния, и парень (или девчонка) продолжает спокойно предаваться своему пороку.

Так что, если ты заявил, что ты собираешься поговорить с родителями, подругой, преподавателем или неважно с кем там еще, – сделай это!

Пристрастие к наркотикам не излечивается быстро, так что наберись терпения, может быть, понадобится не один месяц, чтобы твой друг расстался с ними. И еще, знай, что, несмотря на всю твою открытость и добрые намерения, тебя все равно воспримут как доносчика. Поэтому, прежде чем ты вообще что-либо начнешь делать, подумай, сможешь ли ты выдержать такие обвинения? Если нет, походи сразу к своим родителям и расскажи им о том, что тебя беспокоит. Кто-то должен что-то делать, иначе твоему другу придется плохо.

Помни, что мудрый человек отличается от умного тем, что не попадает в такие ситуации, из которых умный с блеском выкручивается.

Если ничего не помогло, и твой друг все же принял наркотик (на дискотеке, вечеринке или где-нибудь еще), не упускай его из виду. Постарайся быстрее доставить его в безопасное место – где он не сможет ввязаться в драку, не попадет под машину, где его не заберут в милицию и т.д. (лучше всего привести его домой – если только родители не избивают его). В любом случае не оставляй его одного, чтобы не пропустить момента, когда потребуются помощь трезвого человека. Такой момент может наступить, если:

от передозировки у него остановится дыхание;

у него начнутся головокружение, рвота или случится обморок;

у него будет судорожный припадок;
у него появятся галлюцинации;
он почувствует панический страх;
он получит какую-либо травму;
к нему привяжутся хулиганы или преступники, чтобы обокрасть или избить его.

7 ученик. Почему наркоманы приобщают людей к наркотикам?

Первая причина в том, что наркоман ощущает чувство вины или неполноценности из-за употребления наркотиков. Наркоман чувствует, что окружающие его трезвые люди не понимают его, не хотят с ним общаться, поэтому предлагает наркотики кому-то еще, что бы снять с себя чувство вины. Предлагая наркотики неопытным подросткам, наркоман нередко добивается успеха.

Вторая и главная причина в том, что наркоман вынуждено становится распространителем наркотиков – дилером. Что бы заработать побольше, наркоман стремится найти неопытных, неинформированных новичков. Иногда наркоманы просто грабят или вымогают ценности и деньги.

8 ученик. В чём же конкретно заключается социальная опасность, вред наркомании?

Во-первых, наркоманы плохие работники, их трудоспособность, физическая и умственная, снижена, все помыслы, доминанта связаны с наркотиками – где и как его добыть, употребить.

Во-вторых, наркомания наносит большой материальный и моральный ущерб, являясь причиной несчастных случаев на производстве, на транспорте, в быту, причиной травматизма и заболеваемости, различных правонарушений.

В-третьих, наркоманы создают невыносимые условия для своей семьи, отравляя её своим присутствием, поведением, лишая средств к существованию, совершают тяжёлое преступление по отношению к потомству.

В-четвёртых, наркоманы, деградируя физически и морально, являются обузой для общества, втягивают в этот порок других людей, в первую очередь молодёжь, а затем преждевременно погибают.

В-пятых, употребление наркотических средств безнравственно.

В-шестых, наркологическая болезнь во всех её видах – социально опасное психическое заболевание, угрожающее самому будущему нации, благополучию и здоровью населения всего государства.

Уголовная ответственность за некоторые виды действий с наркотиками наступает с 14 лет.

Простая передача наркотика от одного человека другому является преступлением, за которое грозит лишение свободы

Если ты взял наркотик всего лишь на некоторое время что бы потом вернуть его назад, это называется хранением без цели сбыта и наказывается лишением свободы на срок до 3 лет.

Эти же действия с целью сбыта наказываются лишением свободы сроком от 3 до 7 лет.

Помни! Ты в ответе за своё благополучие и благополучие своих близких!

6. Заключительное слово.

Сейчас в России много трудностей и проблем. Наша страна богата природными ресурсами, народ наш талантлив и образован, но наркомания, токсикомания, алкоголизм и курение губит молодое поколение. И это сопровождается повальной эпидемией сквернословия. Так, может быть, нужно прислушаться к древней библейской мудрости, которая гласит: «если тебя преследуют неудачи, наведи порядок в своей голове». Порядок в мыслях приведет к порядку в словах, а доброе слово очистит и тело от болезней и вредных привычек. А здоровые люди – это здоровый народ, процветающая страна.

Мы выбираем здоровый образ жизни.

7. Рефлексия

-У вас на столах лежат листочки, напишите своё отношение к ЗОЖ после нашей беседы, а также попробуйте ответить на вопрос «Почему люди, зная пагубность привычек, всё равно курят, употребляют алкоголь»