

Тема :Мой город без наркотиков



- **...Истощённое, с исколотыми венами тело, отрешённый взгляд, ничего не выражающих глаз, бессвязная речь, ответы невпопад на, казалось самые обычные вопросы.**
- **А главное, полное безразличие к происходящему, отсутствие интереса к жизни...**
- **И всё это в 14-16 лет! Да, страшная картина, название которой – наркомания.**

Никифорова Татьяна Константиновна,
Молодёжеская СОШ №1,
учитель биологии

Классный час по теме «Я выбираю жизнь»



• В чём вред наркомании?

- Организм начинает разрушаться, сгорают нервные клетки, снижаются защитные реакции организма, человек подвержен заболеваниям. Наркотики вызывают предраковые процессы в лёгких, атрофию мозга, разрушается кровь.
- Идёт полная деградация личности в 15-20 раз быстрее, чем от алкоголя.
- Наркоманы – потенциальные преступники: стремясь получить свою дозу наркотика, часто прибегают к насилию, преступлению.



- **Опасен любой наркотик**, даже одноразовая проба, при отсутствии наркотика человек испытывает мучительное состояние – абстиненцию.
- Его преследует отчаяние, беспокойство, раздражительность, нетерпение, боли в костях и мышцах, страдает от тяжелой бессонницы, кошмарных снов.
- Прием наркотиков прекращает эту муку, но не надолго.



- **Вызывает большую тревогу, что:**
- Число подростков, студентов, больных наркоманией за последние 4 года выросло в 6-8 раз; число женщин- наркоманок за последние 10 лет увеличилось в 6,5 раза.
- По некоторым данным, в стране сейчас 2 млн. людей это регулярно употребляющих наркотики; примерно 4 млн. человек уже пробовали их; 3\4 из них молодёжь от 14 до 30 лет.
- Каждый десятый школьник уже пробовал наркотики в разных регионах России это 25% старшеклассников.



- **Наркотики порождают ряд проблем:**
- В школе тебе больше не добиться успеха: изменяются цели, мысли о будущем только мешают.
- В семье ты теряешь контакт с близкими тебе людьми – изменяются ценности, привязанности мешают.
- В твоём окружении - многие друзья перестают тебя понимать, они растут, а ты – нет.
- Настоящие чувства не для тебя.

Психоактивные вещества

К психоактивным веществам относятся:

- ❖ наркотики;
- ❖ некоторые лекарственные средства;
- ❖ токсические вещества (клеи, бензин);
- ❖ алкоголь (обладает наркотическим действием, но официально не относится к наркотикам);
- ❖ табак.



- **ПОСЛЕДСТВИЯ:**
- Наркотики влияют на психику.
- Твои мысли и чувства уже не принадлежат тебе.
- Твой разум засыпает, слабеет воля.



• **Наркотик укорачивает жизнь.**

- За удовольствие надо платить – отдавать приходится драгоценное время.
- Опасность заражения СПИДом неминуемая гибель.
- Передозировка – часть её последствия – быстрая смерть.
- Окружение наркомана – сплошной криминал, убийство наркомана – обыденный случай.
- Часто жить настолько «хорошо», что больше и не хочется.
- Не бывает пожилых наркоманов, средняя продолжительность жизни наркоманов 3 года.

• **«ЧТО МИФИЧНО , А ЧТО НЕТ»**

- **Миф 1. Употребление наркотиков это не болезнь, а баловство, дурная привычка.**
 - Употребление наркотиков очень скоро приводит к болезни название которой наркомания.
 - Если эту болезнь вовремя не остановить, она приводит к ранней мучительной смерти, поскольку изменения в организме становятся необратимыми.
- **Миф 2. Наркомания излечима.**
 - Иногда болезнь переходит в скрытую форму, и стоит только попробовать наркотик, как болезнь вспыхивает снова, приобретая ещё более тяжёлые формы. Поэтому наркоман, воздерживающийся от наркотиков является хронически больным.
- **Миф 3. Наркотиком могут поделиться просто так, по доброте душевно.**
 - Есть такая поговорка: «Бесплатный сыр бывает только в мышеловке».

- Наркотики сначала предлагают бесплатно, человек привыкает и вот тогда с него требуют деньги. Человеку с каждым разом всё больше требуется наркотиков и денег. И вот, чтобы каждый день иметь дозу наркоман приучает наркотиков своих знакомых. За каждого новичка он получает бесплатную дозу.
- ***Миф 4. Нюхать клей, глотать таблетки – это баловство, не имеющее отношения к наркомании.***
- Это токсикомания. Употребление этих веществ вызывает привыкание и зависимость, таким образом, токсикомания является разновидностью наркомании.
- ***Миф 5. При употреблении наркотика ощущения настолько приятны и необычны, что стоит ради этого рискнуть.***
- Эйфорическое состояние, ради которого человек начинает принимать наркотики, длится от 3-5 минут, а остальные 1-3 часа сопровождаются бредом и кошмарным бредом, галлюцинациями. Часто наркотик вызывает тошноту, рвоту, сухость, сердцебиение. Иногда вместо удовольствия наступает страх, так называемая «измена». Без наркотиков больной испытывает ужасное состояние «ломку».

- **Миф 6. По внешнему виду и образу жизни наркоманы ничем не отличаются от окружающих.**
- По мере привыкания к наркотикам меняется внешний вид и образ жизни наркомана. Часто появляется бессонница. У наркомана расширенные зрачки, застывшее, лишённое мимики бледное лицо, дрожащие с исколотыми венами руки, очень сильная худоба. Кожа становится серо-жёлтой, дряблой, появляется ломкость костей и волос, наступает преждевременное старение и снижение интеллекта, вплоть до слабоумия. Меняется поведение и жизнь наркомана, его мысли об одном – «добыть» и принять дозу.

- **Каждый человек должен осознать, что его здоровье, жизнь – это то, что он получил от прошлых поколений и то, что он спустя время должен передать грядущим поколениям!**