

# Вред психотропных веществ



Приготовил ученик 71 класса школы Гимназии  
г.Вольска Мартынов Виталий

# ВЛИЯНИЕ НА СЕРДЕЧНУЮ СИСТЕМУ

- Сердечно-сосудистая система страдает при употреблении любых наркотиков. Прием опиатов приводит к угнетению сердечно-сосудистого центра, находящегося в продолговатом мозге. По итогу сосуды расширяются, артериальное давление резко падает, урежается сердцебиение. Сердце еле-еле перекачивает кровь, из-за этого внутренние органы не получают кислород в полной мере, развивается кислородное голодание. В условиях гипоксии нарушается метаболизм сердечной мышцы, развивается ишемия. За короткий промежуток времени сердце молодого наркомана становится похожим на сердце пожилого, больного человека.

- Психостимуляторы действуют несколько иначе, они наоборот стимулируют работу сердечно-сосудистого центра. В итоге давление повышается, сердцебиение учащается. Происходит спазм сосудов, из-за чего нарушаются процессы терморегуляции и человека бросает в жар, повышается температура. При такой чрезвычайной нагрузке нередко возникают инсульт и инфаркт.

Употребление наркотиков неизбежно приводит к «изнашиванию» сердечной мышцы. И если наркоман не скончается от передозировки или инфекции, то спустя три-четыре года это наверняка произойдет от сердечной недостаточности.



## Как избавиться от наркотической зависимости

- Избавление от наркотической зависимости означает упорную борьбу против вашей внутренней потребности, которая контролирует вас, владеет вами и в конечном итоге может погубить вас. Решение об избавлении от наркотиков – это, возможно, самое важное решение, принятое вами. Ваша жизнь принадлежит вам, поэтому научитесь контролировать ее. Попробуйте перенести ломку только в том случае, если у вас крепкое здоровье. Ломка (абстинентное состояние) наступает в результате полного отказа от приема наркотиков и продолжается в течение 5-7 дней (симптомы как при гриппе и сильные боли). Ломка может травмировать вас как психологически, так и физически, поэтому переносить ее рекомендуется только тем людям, у которых относительно хорошее здоровье. Ходьба или бег – это самый эффективный способ избавиться от судорог ног и болей в суставах, которые вы будете испытывать на протяжении всего периода ломки. Даже если у вас нет болей или других симптомов, сделайте физические упражнения или просто походите по комнате, а затем примите теплую ванну.