**Смертельная «мода»**

Наркомания – это одна из разновидностей деструктивного поведения, когда человек стремится уйти от реальности, изменив своё психическое состояние с помощью психоактивных веществ (ПАВ). Так формируется зависимость от наркотического вещества.

Врачи считают, что современные наркотические средства способны сформировать зависимость буквально за 1-2 приёма. При употреблении наркотиков происходят грубые нарушения функций внутренних органов, нервной системы и происходит деградация личности. Наркоманы подвержены риску заражения и способствуют распространению ВИЧ-инфекции, вирусного гепатита, венерических болезней и других опасных инфекционных заболеваний.

**\* Опасны ли для подростков «модные» снюсы, соли и спайсы?**

Постепенно стали популярными некурительные табачные изделия. К ним относятся табачные изделия, предназначенные для сосания, жевания или вдыхания и иных способов потребления, не связанных с курением – сосательный табак (снюс), жевательный табак, нюхательный табак, насвай. Как правило, эти продукты содержат никотин в очень высоких дозах. Исследования показывают, что никотин негативно влияет на сердце, репродуктивную систему, легкие, почки и т.д. Многие исследования продемонстрировали его канцерогенный эффект.

При употреблении снюсов появляется вялость, раздражительность или возбудимость и агрессивное поведение. Даже недолгое употребление снюса подростком вызывает снижение концентрации внимания и ухудшение памяти. Учитывая, что внимание и память являются предпосылками интеллекта, падает его учебная продуктивность, задерживается когнитивное развитие.

К группе дизайнерских наркотиков относятся также соли и спайсы. Соль – это синтетическое психоактивное вещество, которое действует как стимулятор. Спайсы – это курительные смеси из трав и синтетических продуктов, действие которых имитирует действие марихуаны. Все они опасны для здоровья и жизни человека.

Дизайнерские наркотики оказывают негативное влияние на все органы и системы, но особенно опасны для подростка, чей организм еще не сформирован, находится в стадии роста и развития. Среди негативных последствий: нарушение работы сердца и сосудов, повреждение головного мозга, частые респираторные заболевания, патологии легочной и ЛОР систем – из-за вдыхания и курения смесей; нарушения работы пищеварительной системы. Самые тяжелые из возможных последствий употребления и передозировки – кома, остановка дыхания, кровоизлияние в мозг и летальный исход.

**\* Как помочь подростку избежать развития зависимости?**

Профилактические меры должны быть комплексными, системными и охватывать все стороны жизни подростка. Первичная профилактика в первую очередь проводится в семье. Родители должны объяснить ребенку пагубность увлечения наркотиками, следить за его эмоциональным состоянием, интересоваться окружением, друзьями и знакомыми, обращать внимание на круг общения в соцсетях.

Отсутствие психологических травм, дружелюбные, доверительные отношения, понимание между родителями и детьми значительно снижают риск увлечения ребенка наркотическими веществами. Нужно сделать так, чтобы жизнь детей была наполнена положительными эмоциями и впечатлениями. Это могут быть разнообразные факультативные занятия, увлечение спортом или искусством. Если подобное времяпровождение детей сделать доступным, это значительно снизит уровень наркомании в данной возрастной группе.