

Берегите здоровье

НАРКОТИКИ - СТРАШНЫЙ И КОВАРНЫЙ ВРАГ

Хочу тебя попросить я,
Не уходи на тот свет, ты нужен здесь
И мне и стране, скажи НАРКОТИКУ НЕТ!

Илья Лагутенко

Одной из наиболее страшных проблем современного общества является проблема наркомании. По данным сайта www.netnarkotico.ru в России регулярно употребляют наркотики 5,99 млн. человек. По статистике от общего числа наркоманов в нашей стране 20% - школьники, 60% - молодежь в возрасте 16-30 лет и ещё 20% - это люди более старшего возраста. Средний возраст приобщения к наркотическим веществам составляет 15-17 лет. Очень грустным является тот факт, что резко увеличивается процент употребления наркотиков среди детей 9-13 лет, а также зафиксированы случаи наркотического опьянения и среди детей 6-7 лет. По мнению экспертов, каждый наркоман вовлекает вслед за собой в среднем 13-15 человек. В последние годы число смертей от употребления наркотиков увеличилось в 12 раз, а среди детей - в 42 раза. Средняя продолжительность жизни наркомана от 1 года до 5 лет. Эти цифры не могут не ужасать.

Как же, казалось бы, умные, самостоятельные и умеющие позаботиться о своем здоровье подростки попадают в сети к наркоторговцам?! А всё очень просто! Большинство современной молодежи из всего обилия доступных развлечений выбирает ночные клубы, а это как раз и есть то самое место, где оборот наркотических средств наиболее высок. Молодые люди идут в клубы, как они сами это называют, «оторваться, поколбаситься, оттянуться»

и именно там встречаются дилеров, предлагающих в той или иной форме попробовать стимулирующие наркотические средства для того, чтобы «колбасило» на полную катушку. Самыми популярными «клубными» наркотиками являются синтетические - амфетамины и различные производные LSD. Действие этих наркотиков позволяет танцевать до 12 часов без остановки и в некоторой степени даже чувствовать себя лучше, чем обычно. Первую дозу, скорее всего, предложат бесплатно, со словами: «Попробуй, от одного раза ничего не будет, просто почувствуешь себя уверенней и бодрее», но эти слова будут означать другое: «После этого тебе будет скучно танцевать просто так, и ты захочешь потратить приличную сумму денег для того, чтобы приобрести этот допинг». К «клубным наркотикам», как и к большинству



других, формируется физическая и психологическая зависимость. При продолжительном употреблении для достижения ожидаемого эффекта необходимо постоянное увеличение

дозы. Со временем человек становится вспыльчивым и агрессивным, появляется необоснованная тревожность и подозрительность, суицидальные наклонности.

Также остро стоит проблема употребления марихуаны («травки», «плана»), так как бытует мнение об отсутствии негативных последствий такого увлечения. Но последствия в большинстве случаев необратимы. При употреблении данного вида наркотиков происходит нарушение памяти и умственных способностей, затормаживается половое созревание, формируется психологическая зависимость. Примерно через год эффект «травки» ослабевает и начинается поиск более сильного наркотика. Часто им становится какой-либо опиат. Наиболее распространённым видом опиаатов является героин. Он обладает очень высокой токсичностью и самой быстрой способностью формировать физическую зависимость. Во время употребления героина и других наркотиков внутривенно высока вероятность заражения ВИЧ-инфекцией и гепатитами, поражается печень, снижается иммунитет, возникают заболевания вен, снижается уровень интеллекта. Героиновая зависимость трудно поддается лечению. В случае с героином максимально велика опас-



ность передозировки с тяжелыми последствиями, вплоть до смерти.

Причины употребления наркотиков различны, но можно выделить несколько встречающихся наиболее часто. Первая из них - это обычное любопытство, жажда испытать новые ощущения, проверить себя в новой ситуации. Зачастую дети пробуют наркотики с познавательной целью, но лучше бы они верили ТВ-передачам и статьям в журналах! Вторая причина это желание получить удовольствие. Третья - стремление уйти от реальности, снять напряжение после перенесенной неприятности, ведь всем известно, что наркотики изменяют сознание, но это не является решением проблемы. В целом причин употребления наркотиков множество и у каждого они свои, но одно можно сказать с полной уверенностью - не одна из них не

оправдывает наркомана!

Всегда необходимо помнить, что наркомания - это страшная болезнь, которую не так просто вылечить. Врачи-наркологи обычно не говорят о «выздоровевших наркоманах», они говорят о «неактивных наркоманах», тех, которые на данный момент смогли преодолеть болезнь и не употребляют наркотики. Эти люди могут в любое время сорваться, и всё начнётся заново с большей силой. Наркоманы нуждаются в наблюдении врачей, но в первую очередь им необходима поддержка близких людей, а не осуждение. **Наркотики - страшный враг, коварный и безжалостный. И избежать несчастий, которые несет в себе наркомания, легче всего одним способом: никогда не пробовать наркотики.**

Подготовила Е. БУГАЕВА

2011 - Международный год лесов

Очистим леса от мусора

Нынешний год объявлен Международным годом лесов. В связи с этим 10 сентября по всей России прошла Всероссийская национальная акция по очистке лесов от мусора «Чистый лес».

Объектами прохождения акции в основном являются участки с высокой рекреационной нагрузкой, которые находятся в неудовлетворительном санитарном состоянии. К сожалению, пластиковые бутылки и металлические банки стали неотъемлемой частью пригородных лесов и берегов рек. И это - признак не самой высокой культуры тех, кто любит «отдыхать» на природе.



Учащиеся Шестаковской средней школы на уборке леса

двух гектаров леса. Конечно, это капля в море, если сравнить со всей площадью Кардымовского лесничества, протяженностью 29000 га. А если еще учесть, в каком состоянии

находятся наши леса вблизи населенных пунктов: несанкционированные свалки, кучи мусора и бытовых отходов, которые оставляют после себя любители пикников на природе. Мы впервые провели подобное мероприятие и намерены сделать его традиционным.

Во время акции «Чистый лес» были полностью очищены от мусора наиболее загрязненные участки лесных насаждений.

Нужно отметить, что задача акции, это не только уборка леса от мусора, но и приобщение людей к соблюдению элементарных правил поведения в лесу, а также воспитание у подрастающего поколения экологического сознания, заложение любви и уважения к природе! Ни для кого не секрет, что основной причиной появления свалок в лесу является деятельность отдыхающих, которые после пикников не потрудились довести свои отходы до ближайшего мусорного контейнера.

Акция «Чистый лес» проходит с целью экологического воспитания населения, пропаганды по охране окружающей природной среды, природоохранного законодательства, вовлечения широких слоёв населения в работу по охране, рациональному использованию природных ресурсов. Ведь, чисто там, где не сорят.



Чисто там, где не сорят

Подготовила О. ЗЕЛЕНЕЦКАЯ