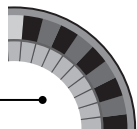




# Оглавление

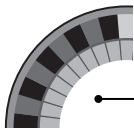
<b>Введение</b> .....	9
<b>Глава 1. Наше общество     предрасположено к наркомании?</b> .....	20
<b>Глава 2. Существуют ли предпосылки     к наркомании</b> .....	36
Что заставляет ребенка употреблять наркотики.....	37
<b>Глава 3. Застрахованы ли наши дети     от наркотиков</b> .....	56
Памятка родителям от ребенка.....	63
<b>Глава 4. Трагические этапы развития     химической зависимости</b> .....	68
<b>Глава 5. Почему происходит привыкание     к наркотикам</b> .....	76
Физическая зависимость (био).....	77
Психологический аспект (психо).....	84
Социальные аспекты химической зависимости.....	87
Духовные аспекты.....	88
<b>Глава 6. Женщины и наркотики</b> .....	90

<b>Глава 7. Что такое наркотики</b> . . . . .	94
Препараты конопли . . . . .	97
Опиатные наркотики . . . . .	101
Снотворно-седативные средства . . . . .	116
Психостимуляторы . . . . .	119
Галлюциногены . . . . .	129
Токсимания . . . . .	135
<b>Глава 8. Причины развития наркомании.</b> . . . . .	139
<b>Глава 9. Признаки употребления наркотиков.</b> . . . . .	155
Экспресс-анализ . . . . .	156
Неспецифические признаки употребления наркотиков . . . . .	157
Признаки употребления отдельных наркотиков . . . . .	169
<b>Глава 10. Наркоманы и их окружение</b> . . . . .	179
<b>Глава 11. Советы родителям</b> . . . . .	200
Памятка родителям от ребенка-наркомана . . . . .	212
<b>Глава 12. Как вести себя с наркоманом</b> . . . . .	231
<b>Глава 13. Любовь и наркомания</b> . . . . .	245
<b>Глава 14. Программа «12 шагов к счастью в семье»</b> . . . . .	251
<b>Глава 15. Надо ли лечить наркоманию?</b> . . . . .	270
Что делать и где искать помощи . . . . .	271
Как все же уговорить наркомана лечиться . . . . .	273



Надо ли лечить наркоманов принудительно .....	275
Где лучше лечиться .....	283
Этапы лечения наркомании .....	286
Что делать при наркотической ломке .....	293
<b>Глава 16. Можно ли самостоятельно избавиться от наркотической зависимости .....</b>	<b>309</b>
<b>Глава 17. Почему большинство людей возвращаются к употреблению наркотиков .....</b>	<b>321</b>
Почему же так получается? .....	322
<b>Глава 18. Реабилитация — обязательный этап лечения .....</b>	<b>330</b>
Анонимные наркоманы .....	338
Пожелания родственникам и друзьям наркоманов-гашишистов .....	345
Миннесотская модель лечения и реабилитации наркоманов и алкоголиков .....	347
Терапевтические сообщества .....	349
<b>Глава 19. Первая помощь при состояниях, угрожающих здоровью и жизни .....</b>	<b>355</b>
Передозировка наркотиков .....	356
Инфекционно-токсический шок .....	361
Нарушение терморегуляции .....	363
<b>Глава 20. Профилактика наркомании ...</b>	<b>368</b>
<b>Глава 21. Игровая зависимость .....</b>	<b>380</b>
Азартные игры .....	380
Компьютерная зависимость .....	391





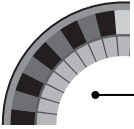
<b>Заключение</b> .....	407
<b>Приложения</b> .....	411
Тест на зависимость .....	411
Словарь наркотического аргю .....	415
<b>Литература</b> .....	439

# Введение

**М**оей внучке исполнилось 13 лет. Мы часто беседуем о школьных делах, иногда обсуждали проблемы наркомании в объеме, доступном, в моем представлении, для понимания ребенком. Когда мне попадались интересные статьи на эту тему, старался ненавязчиво «подбросить» их и ей. Она учится в гимназии, в которой, по слухам, благополучно с проблемой наркомании.

Но недавно я узнал, что и в этой школе дети «балуются» наркотиками. Я заволновался, вновь завел разговор на эту тему. Расспросил о подругах и товарищах, их интересах и хобби. Поинтересовался, говорят ли учителя о наркомании. Выяснилось, что в школе проводится определенная работа с детьми по профилактике наркомании.

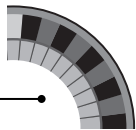
Тем не менее, факты на лицо. Тогда мне показалось, что я, к счастью, успел в какой-то мере подготовить ребенка к восприятию этой темы. Достаточно ли? Задумался, когда же лучше начинать беседы с детьми, чтобы сформировать у них стойкое мнение о недопустимости вредных привычек, о пагубном воздействии на организм различных факторов, приводящих к зависимому поведению? Всё ли мы, взрослые, делаем для того, чтобы дети пришли подготовленными к подростковому периоду, когда опасность вовлечения



их в круг наркоманов неизмеримо возрастает? А сами мы готовы к тому, чтобы встретиться с этой проблемой в своей семье? А если это случилось, что же делать?

Цепь вопросов вернула меня к теме, которой я интересовался еще в молодости со студенческих лет, что, как известно, в середине прошлого века в нашей стране не поощрялось. Дело в том, что в те исторические времена проблемы наркомании, как и некоторых других, у нас просто не было. Впрочем, вспоминаю свои первые годы работы в Южном Казахстане. В местной очень крупной психиатрической больнице, где я работал еще в студенческие годы, уже тогда было специальное отделение, где пытались лечить наркоманов (чаще всего избранных). Их можно было встретить на улице, а по вечерам наиболее активные из них блуждали вокруг станции скорой помощи в надежде выпросить ампулу морфия. Нельзя сказать, что эта тема совсем не обсуждалась. Просто это делалось дозированно в специальной печати. А таких специалистов, как наркологи, тогда не было. Сегодня нет ни одного серьезного периодического издания, в котором бы не публиковались материалы на эту тему, вышло немало книг по проблеме зависимости. А количество наркоманов катастрофически растет. Более того, статистические данные последних лет просто устрашающие.

Впрочем, вряд ли кто-либо может сказать, сколько представителей молодежи увлекается так называемыми «легкими» наркотиками. Чаще всего для куража, для хорошего настроения



в компании, под звуки рэя и хипхопа. Кокаин, спид (не путать с устрашающей болезнью СПИД, о которой мы еще неоднократно вспомним), экстази уже давно и прочно прижились на дискотеках и почти перестали считаться опасными в молодежной среде.

По статистике...

---

Между тем, по данным ООН, наркотики употребляют около 200 000 000 жителей Земли.

---

По статистике...

Возможно, что это было бы не так и страшно, если бы мы не знали, что где-то около 6 миллионов из них приходится на Россию. При этом давно известно, что пристрастие к наркотикам затягивает не только выходцев из асоциальной среды, но и представителей вполне благополучных семей. Очень не хочется называть процесс наркотизации молодежи новомодным явлением, но цифры настораживают.

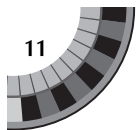
По статистике...

---

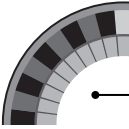
Распространение наркомании в России в последнее десятилетие происходило угрожающими темпами. За последние 10 лет количество наркозависимых граждан в России выросло на 60%. Только за последние годы число больных наркоманией в стране выросло более чем в 10 раз, а количество регистрируемых наркопреступлений возросло в 15 раз, выявленных фактов наркоторговли — в 80 раз, а проявлений групповой преступности — почти в 9 раз!

---

По статистике...





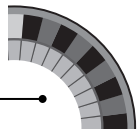


При этом основным «поставщиком» будущих наркоманов являются подростки. Представители наркобизнеса стремятся вовлечь их в свои сети, наращивая свои прибыли. Именно поэтому мы призываем родителей познакомиться с этой проблемой до того, как беда пришла в семью. И для этого существует ряд предпосылок.

Давайте попробуем подойти к этой теме изнутри, попытаемся понять механизм развития наркотической зависимости. Вряд ли кто из родителей заранее задумывается над этой темой. Сомневаюсь, что многие читают книги о наркомании, когда у них еще маленькие дети. Напрасно, ибо время воспитания детей, как известно, начинается от рождения, а духовная связь с родителями зарождается с момента зачатия ребенка.

Многие родители считают, что в ситуации, когда их ребенок начал употреблять наркотики, виноваты все, кроме них. Уточним, а обладает ли сегодняшнее поколение молодых родителей знаниями, которые могут помочь своевременно увидеть приближающуюся опасность и предупредить ее? Сомнительно. И не потому, что эта тема была «табу» для них, просто большинство из нас старалось ее как бы не замечать. Ведь, по представлению большинства, события разворачиваются где-то в стороне. Увы, практика показывает, что наркомания активно наступает.

Отмечая то, что в России на протяжении последних десятилетий наметился резкий рост наркомании, специалисты указывают при этом, что большинство потребителей наркотиков и больных наркоманией составляют подростки и моло-



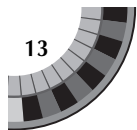
дежь. С распространением наркомании увеличивается вероятность столкновения детей 7–12 лет с наркотическими веществами, а последствия употребления наркотиков в раннем возрасте оказываются более серьезными.

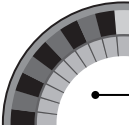
Давайте посмотрим, о чем идет речь.

**Мы обсуждаем с вами психоактивные вещества (ПАВ), которые при введении в организм человека могут изменять восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. К ним относятся не только наркотики, но и алкоголь, табак (никотин), кофеин и ряд других химических веществ.**

При этом их воздействие может быть как непосредственным, возникающим после введения (приема) вещества, так и длительным, когда поражаются различные органы и системы организма, формируется физическая и психическая зависимость, а вслед за этим изменяются социальные условия, идет практически разрушение личности. Понятно, что следствием этого является крушение межличностных отношений и надежд на нормальное будущее. Стоит ли говорить, что приобретение, хранение и употребление наркотиков и, естественно, торговля ими является антисоциальным поведением и несет юридическую ответственность.

Как всегда, возникает вопрос, *зачем же они это делают?* Наиболее частыми причинами употребления наркотиков являются низкая самооценка, трудности в общении со сверстниками и взрослыми, отсутствие навыков решения своих быто-

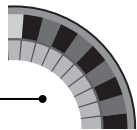




---

вых проблем, неумение противостоять давлению окружающих. Жизненные стрессы существовали всегда, но раньше искали пути их преодоления вполне лояльными способами. В то же время употребление наркотиков создает иллюзию избавления от стрессов, возможности преодоления своих проблем, снятия состояния напряжения и тревоги. К тому же оно в определенной степени изменяет эмоциональное состояние и повышает настроение. К несчастью, это достигается дорогой ценой. Не давая оценки стремительным изменениям в нашем обществе, вынуждены признать, что именно в последние годы отмечается неумолимый рост наркотизации среди молодежи. Несмотря на осуществляемую борьбу с этим явлением, доступность приобретения многих препаратов из имеющегося арсенала никак не уменьшается.

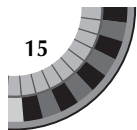
Родителей всегда интересует, как же происходит процесс «становления» наркомана. Мы уже не говорим о том, что об этом надо думать задолго до того, как ребенок подошел к подростковому возрасту. Если этого не происходит, трудно предупредить период проб различных психоактивных веществ. И все-таки не поздно вмешаться на этой стадии, когда еще не возникает физической зависимости, когда можно предупредить стремление к регулярному употреблению наркотиков до развития заболевания. Вряд ли сам ребенок будет вникать в последствия употребления этих веществ, хотя большинство из них неплохо осведомлены о возможных осложнениях. Но молодость отвергает вариант личного «участия» в бу-

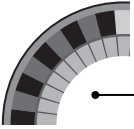


душих страданиях. А вот родители должны в спокойной форме объяснить возможные последствия этой зависимости, ибо, когда наступает следующий этап болезни, когда ребенок осознанно стремится получить «кайф», сделать это будет очень сложно.

Не стоит забывать, что при раннем столкновении несовершеннолетних с ПАВ у них катастрофически быстро формируется установка на дальнейшую наркотизацию и одновременно останавливается личностный рост, разрушаются ценностные ориентации, нарушаются семейные отношения. У подростков и молодежи разрываются или деформируются связи с их ближайшим позитивным социальным окружением и появляется реальная угроза оказаться в социальной изоляции. Нередко затруднено последующее образование семьи и рождение потомства, устанавливаются устойчивые отношения со средой наркоманов и даже криминальным окружением. В целом, жизненная ситуация, в которой находится несовершеннолетний, также становится безысходной, поскольку болезнь практически прекращает его социальный прогресс, уровень его образования остается низким, затрудняется профессиональная ориентация и овладение специальностью, совершение криминальных поступков ведет к проблемам с законом.

Это обуславливает необходимость не только усиления мер, направленных на предупреждение употребления психоактивных веществ (ПАВ), но и разработки дифференцированных программ реабилитации для несовершеннолетних. При

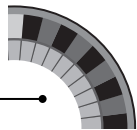




этом следует подчеркнуть, что очень часто употребление ПАВ несовершеннолетними является симптомом жизненного — личностного или социального (семейного) — неблагополучия, по крайней мере, поначалу. Это предполагает приоритет педагого-психологических воздействий при решении данной проблемы.

Перечисленные социальные и психологические проблемы показывают, что чисто медицинский подход и ограниченные лечебные мероприятия принципиально не в состоянии обеспечить практическое выздоровление несовершеннолетних, злоупотребляющих ПАВ и зависимых от них, и их успешную интеграцию или реинтеграцию в общество. Эта конечная цель достижима, если период собственно отказа от наркотика и активного лечения дополняется длительным реабилитационным периодом, благодаря которому восстанавливается способность полноценно функционировать в обществе. Надо заметить, что в России ученые активно разрабатывают программы, следуя которым, можно добиться серьезных успехов в реабилитации молодых наркоманов.

Очень часто возникает вопрос: **почему дети это делают?** Как понять, что наш ребенок начал «баловаться» наркотиками? Существует ряд признаков, которые должны зародить сомнения и привлечь внимание занятых родителей к поведению собственного ребенка. И еще: как нужно себя вести, что делать, чтобы помочь ребенку? Этим вопросам в книге уделено особое внимание.

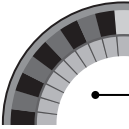


Хотим мы того или нет, но, вероятно, можно найти немало людей, кого в той или иной мере интересовала бы тема «патологического влечения». В то же время многие уверены, что этот вопрос никак не может их касаться, что явно является обманчивым заблуждением. Даже если мы не будем говорить о наркотиках или других химических веществах, то еще существуют курение, алкоголь и целая группа зависимостей: медикаментозная, от приема пищи, сексуальная, психостимулирующая, электронная, которые активно проникают в нашу жизнь.

Можно предположить, что члены вашей семьи счастливо избавлены от некоторых неприятных, скажем мягко, привычек, но нельзя не знать, что наркоструктуры обладают достаточной силой и ищут любую возможность привлечения в свои ряды слабых характером молодых и совсем юных людей, получая при этом потрясающие финансовые выгоды.

Вот почему автор стремится осветить множество вопросов, связанных с наркоманией, чтобы в книге могли найти для себя ответ все члены семьи, независимо от того, в каких «отношениях» они состоят с данной проблемой. Эту книгу можно использовать как источник информации и как практическое руководство для решения многочисленных ежедневных ситуаций, возникающих у людей, страдающих патологической зависимостью. Это не «грамматика» для них, но автор испытывает искреннее желание помочь им найти себя в поистине беспомощном состоянии, преодолеть бессилие, добиться стойкой ремис-

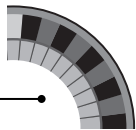




сии. Здесь нет места морализации или насмешкам, так же как и напыщенным рекомендациям. Каждый из нас имеет свои слабости, любой человек имеет право на ошибку и может оступиться вследствие различных обстоятельств. Не всем хватит сил вести борьбу с искушением, не всем повезет и удастся справиться с болезнью. Но если опустить руки и выйти из борьбы, неминуемо ожидается печальный конец. Бороться с наркоманией очень трудно, но ведь есть тысячи примеров, когда люди с честью выходили из этой схватки и продолжали свою профессиональную и личную жизнь, получая не меньшее удовольствие, чем от наркотиков.

Мы постараемся дать **характеристику наиболее распространенных наркотиков**, что будет способствовать быстрейшему выявлению тех случаев, когда в семью приходит беда. Без этих базисных знаний легальных и нелегальных наркотических средств трудно сделать конкретные шаги для поддержки и оказания помощи зависимому человеку. И эта важная информация поможет также избежать многих ошибок и разочарований. Ведь родители должны знать уже первые признаки, на основании которых можно заподозрить употребление наркотиков.

Да разве это касается только родителей? Учителя, другие родственники должны быть ознакомлены с первыми сигналами нарастающей зависимости. Автор будет рад, если некоторым читателям книга поможет лучше узнать себя, найти пути к профессиональному, семейному и индивидуальному изменению. Нельзя забывать, что



наркомания — не мужская проблема. Тысячи девушек и женщин вовлечены в эту патологическую страсть. Мы поговорим и на эту тему.

Материал книги построен так, что основные позиции поведения родственников и близких наркоманов повторяются в разных главах, что дает возможность использовать рекомендации в конкретных ситуациях.

Известно, что избавиться от наркотической зависимости очень трудно, но возможно. Вот этот факт и следует учитывать всем близким наркомана, способствуя его лечению и реабилитации. Это очень тяжелый путь, на котором многие зависимые и их родственники совершают немало ошибок, но тем он и значим, что дает силы для борьбы с наркоманией. Мы же в свою очередь постараемся дать рекомендации, которые можно использовать в различных актуальных ситуациях.

Ряд практических рекомендаций предоставлен Немецким центральным представительством объединения против опасности зависимости (DHS) в городе Гамм (Hamm), ФРГ.