

ГБУ РД  
"Городская  
клиническая  
больница"

# Неделя профилактики употребления наркотических средств

Выпуск 20/26

22.06.2026

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

Таблица с признаками употребления ПАВ	2
Памятка для родителей о наркотической зависимости у подростков	2
Как уберечь ребёнка от наркотиков	3
Безопасных наркотиков нет	3
Как зависимость разрушает жизнь	3
«Наркомания: признаки, зависимость и	4

## Сделай правильный выбор

С 22 по 28 июня 2026 года Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило неделю профилактики употребления наркотических средств (в честь Международного дня борьбы со злоупотреблением наркотическими средствами и их незаконным оборотом 26 июня).

Употребление наркотических средств – это серьёзная социально-экономическая проблема, представляющая угрозу здоровью и благополучию отдельных людей, семьи и общества в целом. Наркомания приводит к разрушению личности, ухудшению физического и психического здоровья. Эффективная профилактика является ключевым элементом борьбы с этой угрозой. Наркотики – это вещества, способные оказывать воздействие на нервную систему и вызывать изменение сознания человека. Наркотики

участвуют в химических процессах, происходящие в головном мозге, изменяют их и приводят к развитию зависимости – необходимости постоянно принимать психоактивное вещество. Наркомания – это непреодолимое влечение к психоактивному веществу. Основной признак развития наркомании: привыкание к наркотику, необходимость увеличивать дозу и частоту приема, появление физической зависимости от наркотика – появление абстинентного синдрома, или «ломки», в отсутствие очередной дозы. Все психоактивные вещества – яды, из-за гибели клеток мозга у наркомана нарушается мышление, снижается интеллект и память. Профилактика употребления наркотических средств должна быть комплексной и охватывать различные сферы жизни: Первичная профилактика направлена на предот-

ращение первого употребления наркотиков: Развитие навыков принятия решений, умения говорить "нет", справляться со стрессом, решать конфликты, общаться с другими людьми, популяризация здорового образа жизни, пропаганда спорта, активного отдыха, правильного питания, отказа от вредных привычек. Вторичная профилактика направлена на раннее выявление лиц, употребляющих психоактивные вещества, и оказание им помощи: Проведение скрининговых исследований: тестирование на употребление наркотиков в образовательных учреждениях, на предприятиях. Третичная профилактика направлена на предотвращение рецидивов употребления психоактивных веществ после прохождения лечения и реабилитации. Жизнь без наркотиков – это здоровая, счастливая и полноценная жизнь.

### Обратите внимание:

- **Между пистолетом и пулеметом – большая разница.** Но убить можно и из того, и из другого. Главное – хорошо прицелиться. Любой наркотик бьет без промаха!
- **Существуют слабые и тяжёлые наркотики.** Это, пожалуй, самый живучий и самый опасный миф, активно продвигаемый наркодельцами как маркетинговая уловка.
- **Есть люди, которые употребляли наркотики много лет и прекрасно живут сейчас.** Этот миф особенно опасен тем, что создаёт иллюзию «исключительности».

## Здоровье — бесценное богатство

Здоровый образ жизни — образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. Здоровый образ жизни помогает нам выполнять наши цели и задачи, успешно реализовывать свои планы, справляться с трудностями, а если придется, то и с колоссальными перегрузками. Крепкое

здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полную радостей жизнь.

Здоровье — бесценное богатство каждого человека в отдельности, и всего общества в целом. При встречах и расставаниях с близкими нам людьми мы всегда желаем им хорошего здоро-

вья, потому что это — главное условие полноценной и счастливой жизни.



## Таблица с признаками употребления различных психоактивных веществ (ПАВ)

Вид ПАВ	Прямые признаки употребления	Косвенные признаки употребления
Марихуана, «Спайс»	Покраснение лица и глаз, расширенные зрачки, сухость во рту, повышение артериального давления, учащение пульса, повышенный аппетит, жажда, тяга к сладкому	Приступы смеха и веселости, которые могут сменяться тревогой или испугом, выраженная потребность двигаться, ощущение «невесомости», неудержимая болтливость, изменение восприятия пространства, времени, звука, цвета
Мак, героин, кодеин, дезоморфин	Бледность кожных покровов, резкое сужение зрачков, слабая реакция на свет, пониженное артериальное давление	Оживление или заторможенность (полуприкрытые веки, неподвижность, «клюют носом», не реагируют на внешние раздражители), «поза эмбриона», нарушение сна (отсутствие сна ночью, долгий сон утром)
Амфетамин, кокаин	Бледные кончик и крылья носа и слизистых, иногда покраснение лица, расширенные зрачки, воспаление конъюнктивы, повышение артериального давления, учащённый пульс, повышенная температура, повышенный аппетит	Состояние повышенной активности, самоуверенности, оживление, быстрая речь, маниакальность, гневливость
Экстази	Покраснение лица и глаз, расширенные зрачки, повышение артериального давления, учащение пульса, повышенный аппетит, повышение температуры, потливость, нарушение сердечного ритма, отсутствие аппетита	Состояние безмятежного счастья, чувство эмоциональной близости и любви к окружающим, повышенная активность, потребность постоянно двигаться

## Памятка для родителей о наркотической зависимости у подростков

Наркотики сегодня стали большой проблемой для многих молодых людей. Из-за них гибнет много людей. Некоторые подростки начинают распространять наркотики через интернет, думая, что если их поймают, то дадут условный срок и они смогут остаться с родителями. Но сбыт наркотиков - это серьезное преступление, за которое можно получить большой срок в тюрьме. Кроме того, если подростка поймают за употребление наркотиков, его поставят на учет в полицию, и ему будет трудно устроиться на работу или учиться в будущем.

Чтобы проверить, употребляет ли подросток наркотики, можно купить специальный тест в аптеке. Этот тест может показать, были ли наркотики в организме в течение 5 или 14 дней, даже если человек употреблял их только один раз.

Если полиция обнаружит, что

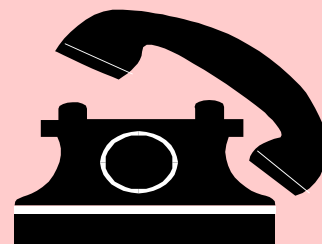
подросток употребляет наркотики, и он откажется пройти медицинское освидетельствование, это будет считаться признанием

**«Все победы начинаются с победы над самим собой»  
Л.Леонов**

вины.

Обратите внимание на то, что пишет ваш подросток в интернете. Если он использует слова вроде "плюшка", "кристалл", "эски", "кеды", "соль", это может быть признаком того, что он связан с наркотиками. Также стоит проверить, есть ли у него на телефоне приложения, такие как "TOR-Spazyep", "VPN", мессен-

джеры "Telegram", "ViPole", "Kik", "Criptogramm", а также сайты вроде "Гидра" и биржи, где можно переводить деньги в криптовалюту. Если у него есть приложение, которое удаляет историю в телефоне, это тоже может быть подозрительно. Помните, что наркотики - это болезнь, и справиться с ней в одиночку очень сложно. Если вы подозреваете, что ваш подросток употребляет наркотики, обратитесь за помощью к специалистам.



**наркодиспансер  
+7 (8722) 63-00-63 Махачкала ул. Салаватова,72**

## Как уберечь ребёнка от наркотиков

Наркомания — серьёзная проблема, которая может коснуться каждого, даже подростков. Как защитить ребёнка от этой угрозы? Ответ прост — помочь ему вырасти в счастливой и благополучной семье.

Что могут сделать родители, чтобы снизить риск:

Показывайте пример здорового образа жизни. Не курите и не пейте, занимайтесь спортом и правильно питайтесь. Пусть это станет привычкой для всей семьи.

Любите ребёнка просто за то, что он есть. Показывайте, что вы цените его, даже если он не всегда получает хорошие оценки или ведёт себя идеально.

Будьте на связи. Регулярно разговаривайте с ребёнком о разных вещах. Это поможет вам сохранить его доверие и заметить, если он чем-то встревожен.

Цените его мнение. Слушайте подростка, когда он делится своими мыслями и идеями. Это поможет ему чувствовать себя увереннее.

Уважайте его интересы. Признавайте, что у него есть свои увлечения и желания, и давайте ему возможность заниматься тем, что ему нравится.

Найдите ему занятие. Запишитесь вместе в спортивную секцию или на кружок. Интересные дела помогут ребёнку меньше времени проводить в плохих компаниях.

Воспитывайте ответственность. Давайте подростку возможность принимать решения и отвечать за свои поступки. Это поможет ему стать более самостоятельным.

Научите говорить «нет». Помогите ребёнку научиться отказываться от предложений, которые

могут быть вредными.

Прививайте любовь к жизни. Учите радоваться мелочам, заботиться о своём здоровье и гордиться своими успехами. Это поможет ему стать сильнее и устойчивее.

Помните, что доброта, доверие и уважение — это основа общения с подростком. Следите за его интересами и друзьями.

Если вы подозреваете, что ребёнок столкнулся с проблемой, не откладывайте помощь. В республике есть специальный центр, где помогут справиться с наркоманией



## Безопасных наркотиков нет

Важно рассказать молодёжи и родителям о том, какой вред наносят наркотики. Это касается здоровья, отношений, карьеры и общества в целом.

Развенчать мифы. Например, что есть «безопасные лёгкие наркотики» или что «разовое употребление» ничего страшного не сделает.

Подчеркнуть важ-

**«Побороть дурные привычки легче сегодня, чем завтра»  
Конфуций**

ность здорового образа жизни. Показать, что спорт, творчество, волонтерство и хобби могут дать радость и смысл жизни без наркотиков.

Научить замечать подозрительные признаки. Говорить о том, как распознать, что кто-то может употреблять наркотики: резкие перепады настроения, смена компании, потеря интереса к любимым де-

лам, неопрятный вид, странные вещи вроде шприцев или свёртков, проблемы с деньгами.

Дать информацию о том, куда обратиться за помощью. Если проблема уже есть, важно знать, куда пойти: в региональный наркологический диспансер, к психологу, в центр реабилитации. (См стр 2)

## Как зависимость разрушает жизнь

Наркотики очень опасны. Они вызывают сильную зависимость, и люди, которые их принимают, начинают хотеть их снова и снова, не думая о том, какой вред могут себе причинить.

Наркотики вредят организму, особенно мозгу. Они разрушают его постепенно, и иногда это разрушение необратимо. Из-за наркотиков могут плохо работать память и другие важные функции мозга. Это влияет на поведение человека: он становится менее

активным на работе и в учебе, перестает участвовать в общественной жизни, все его мысли заняты только наркотиками. Из-за этого люди часто пропускают занятия или работу, бросают учебу, перестают заботиться о семье и доме. В итоге человек становится эгоистичным и замкнутым, думает только о том, как бы снова испытать наркотическое опьянение.





Адрес: г. Махачкала, ул. Лаптиева, 89

Телефон: Телефон регистратуры:

(8722) 55-37-60 вызов на дом врача к взрослому  
(8722) 55-37-61 вызов на дом врача к ребёнку  
(8722) 55-37-62 запись на приём к врачу  
Эл. почта: gbu\_gkb@e-dag.ru

**ГБУ РД "ГОРОДСКАЯ  
КЛИНИЧЕСКАЯ  
БОЛЬНИЦА"**

*В выпуске использована  
информация из  
интернет*

[https://  
gkb05.ru/](https://gkb05.ru/)



## «Наркомания: признаки, зависимость и опасность»

Наркомания представляет собой патологическое влечение к психоактивным веществам, которое вызывает серьезные нарушения в функционировании организма, в первую очередь, психического и физического характера. Наркотические вещества, вне зависимости от дозы, оказывают деструктивное воздействие на здоровье человека, приводя к необратимым изменениям.

Наркомания характеризуется тремя основными признаками: формированием физической и психологической зависимости, а также развитием толерантности к действию психоактивных веществ. Физическая зависимость проявляется в виде абстинентного синдрома, который включает в себя комплекс симптомов, таких как болевые ощущения, тошнота, рвота и дисфункция внутренних органов. Психологическая зависимость выражается в непреодолимом стремлении к повторному употреблению наркотика, не-

смотря на осознание возможных негативных последствий.

Основной опасностью наркомании является развитие непреодолимой тяги к повторному употреблению наркотических веществ, что приводит к игнорированию потенциальных рисков для здоровья и жизни. Наркоти-

и иногда последствия могут быть необратимыми. Из-за наркотиков могут плохо работать отдельные части мозга, которые отвечают за память и мышление. Это сильно влияет на поведение человека. Он становится менее активным на работе, перестает участвовать в общественной жизни, а все его свободное время занимает только мысли о наркотиках. Из-за этого человек часто прогуливает работу или учебу, перестает заботиться о семье, детях и родителях, а также игнорирует домашние дела. В итоге он становится эгоистичным и безразличным ко всему, кроме своих наркотических привычек.

Все наркотики, независимо от того, как они попадают в организм, наносят вред разным органам: нервной системе (включая мозг), иммунной системе, печени, сердцу и легким.



ки очень вредны для организма. Они постепенно разрушают нервную систему и мозг человека. Это происходит постепенно,