

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Военный учебный центр




ЦИКЛ ОБЩЕВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**ТЕМА №1 «Обеспечение личной безопасности и сохранение
здоровья населения»**

Занятие 4. «Вредные привычки и их профилактика»

Учебные вопросы

1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.
 2. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.
 3. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.
- 

Первый учебный вопрос

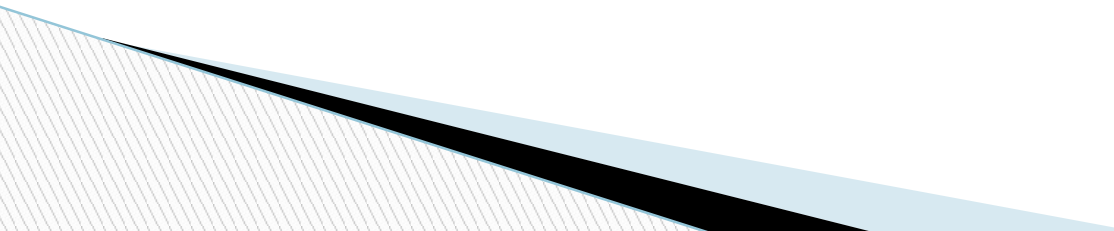
«Алкоголь и его влияние на здоровье человека,
социальные последствия употребления алкоголя,
снижение умственной и физической
работоспособности»

Что же такое алкоголизм!?



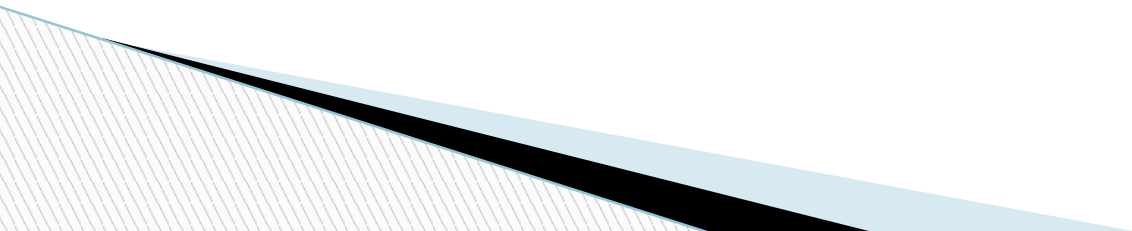
- Алкоголизм, по определению – заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся влечением к ним, приводящее к психическим и физическим расстройствам и нарушающее социальные отношения лица, страдающие этим заболеванием.

Что делает алкоголь с организмом?

- ▣ При употреблении алкоголя страдают:
 - ▣ Нервная система(мозг)
 - ▣ Пищеварительная система(печень, кишечник)
 - ▣ Сердечно-сосудистая и кровеносная система(сердце)
 - ▣ Репродуктивная система
- 

□ Алкоголь нарушает кровообращение в кожных капиллярах- эти малые сосудики сжимаются, загустевают, лопаются (всем известен синдром «красного носа»), Поэтому сердце плохо снабжается кровью и испытывает кислородное голодание.

□ В сердечной мышце накапливается Избыточное количество жира, она Перерождается, становится дряблой и сердце с трудом справляется с работой. Результат- преждевременный атеросклероз И гипертоническая болезнь

- ▣ При приеме алкоголя происходит:
 - нарушение работы тонкого кишечника (неспособность всасывать питательные вещества)
 - разрушение поджелудочной железы (риск возникновения диабета)
 - поражение печени, жировая дистрофия, гепатит, цирроз(приводит к летальному исходу)
- 

Влияние алкоголя на репродуктивную систему.

Приводит к таким последствиям как:

- нарушение созревания половых клеток(бесплодие)
- патологии беременности
- преждевременные роды
- патологии развития плода



Когда алкоголь попадает в кровь плода, то в первую очередь поражают печень, сосудистую систему, а также те структуры мозга, которые определяют умственную деятельность.





Алкоголь – это яд!

Он уничтожает все живое, он убивает надежды и мечты о прекрасном будущем...



Пить или отказаться – это выбор каждого, но прежде чем его сделать, подумай, нужно ли тебе это!? За несколько часов веселья ты, после, можешь расплачиваться всю жизнь... не забирай эту жизнь у себя и своих детей – задумайся...

Причины алкоголизма

Таблица 1. Факторы, определяющие генезис злоупотребления алкоголем

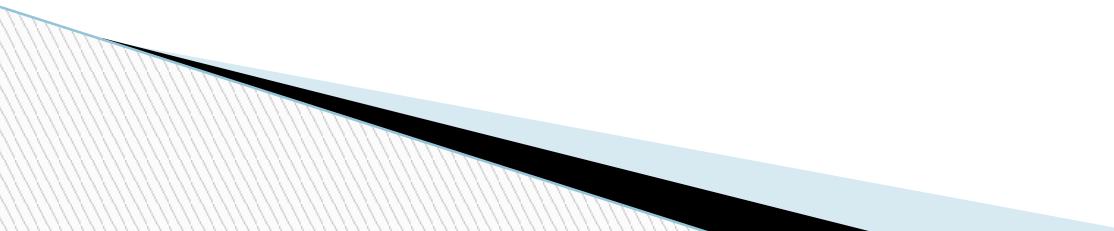
Период	Возраст	Социальные факторы
I — начальный	До 15 лет	Неблагоприятные отношения между родителями; алкогольные традиции в семье; отсутствие одного из родителей; раннее приобщение к алкоголю
II — определяющий	16-19 лет	Обычаи окружения, алкогольные традиции; самовыражение своего Я
III — «особого положения»	20-25 лет	Установка на привычное употребление алкоголя; экономическая самостоятельность и бесконтрольность; «питейный» обычай бывалых, опытных людей, «дружба до гроба» и т.д.
IV — установочный на пьянство	После 25 лет	Конфликт в семье, низкий культурный уровень; высокий достаток; нецеленаправленность в использовании свободного времени; «профессиональная» взаимозависимость

- Эта схема дает представление о социальных факторах, способствующих злоупотреблению алкоголем, и отражает возрастную динамику развития алкоголизма, а также различные значимые причины алкоголизма — материально-экономические, санитарно-гигиенические, нравственно-культурные, профессиональные и политические.
- Бытовое пьянство. В обыденной жизни мы чаще всего говорим о бытовом пьянстве — явлении злоупотребления алкоголем, еще без признаков болезни и психической зависимости от алкоголя. Обратимся к общепринятой классификации (табл. 1). 1-я группа — употребляющие алкоголь редко (праздники, торжества, не чаще 1 раза в месяц) в небольшом количестве (2-3 рюмки вина или крепких напитков). Как правило, в настоящее время таких можно встретить немного; 2-я группа — употребляющие алкоголь умеренно (1-3 раза в месяц, но не чаще 1 раза в неделю) по поводу праздников, семейных торжеств, встреч с друзьями. Количество напитков —

ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНЫ И СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА

- ❑ Мозг является самым активным потребителем энергии. Отрицательное действие алкоголя на мозг связано с нарушением доступа кислорода к нейронам в результате алкогольной интоксикации. Алкогольное слабоумие, развивающееся при длительном употреблении алкоголя, является результатом гибели мозговых клеток.
- ❑ Необратимые последствия интенсивного употребления алкоголя: повреждения мозговых функций, обусловленные поражением клеток коры больших полушарий — «думающей» области головного мозга. Вскрытие умерших даже в относительно молодом возрасте алкоголиков часто показывает существенное истощение мозга, особенно коры больших полушарий.
- ❑ Вредное воздействие алкоголя сказывается на всех системах человеческого организма (нервной, кровеносной, пищеварительной). В настоящее время доказана пагубная роль алкоголизма в развитии острых и хронических заболеваний.
- ❑ Болезни сердечно-сосудистой системы занимают ведущее место в структуре смертности населения. Под влиянием алкоголя поражается сердечная мышца, что ведет к тяжелым заболеваниям и смерти. При рентгеновском обследовании обнаруживается увеличение объема сердца, которое развивается не у всех больных, страдающих хроническим алкоголизмом, но может встречаться у больных со сравнительно небольшим алкогольным стажем. Даже у здоровых людей после большой дозы алкоголя могут проявляться нарушения сердечного ритма, но они постепенно самопроизвольно исчезают. Злоупотребление алкоголем способствует развитию и прогрессированию гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, часто является непосредственной причиной инфарктов.

Психические отклонения. При алкоголизме обнаруживаются самые разнообразные психические отклонения — галлюцинации, онемение частей тела, судороги мышц, иногда резкая слабость в конечностях («ватные ноги»). Нередко развиваются параличи отдельных групп мышц, в основном нижних конечностей. При воздержании от алкоголя эти симптомы могут пройти.



В 30-50% случаев у злоупотребляющих алкоголем развиваются кожные заболевания. Поражения кожи являются результатом прямого действия алкоголя, нарушения работы печени и плохого питания.

Белая горячка — самая тяжелая форма алкогольной интоксикации. Она дает 1-2% смертных исходов даже при интенсивном медикаментозном лечении, а без лечения смертность может достигать 20%. Для белой горячки характерны галлюцинации, помрачение сознания и дезориентация; при этом отмечаются дрожь, возбуждение, учащенный пульс, высокое кровяное давление и лихорадка. Многие люди, имеющие алкогольную зависимость, в период детоксикации («сухой период») нуждаются в медицинской помощи. Этот период может длиться от одного-двух дней до недели.

Продолжительность жизни. Систематическое употребление алкоголя приводит к преждевременной старости, инвалидности; продолжительность жизни лиц, склонных к пьянству, на 15-20 лет короче средней статистической

АЛКОГОЛЬ И ПОТОМСТВО

О пагубных последствиях алкоголя на потомство человечеству известно давно. Так, в древней Спарте действовал закон, запрещающий молодоженам пить вино в день свадьбы. В Древнем Риме говорили: «Пьяницы рожают пьяниц» и вообще запрещали пить до 30 лет, т.е. до того возраста, пока мужчины не обзаведутся семьями. Древнегреческий философ Платон добивался введения закона, по которому категорически запрещалось пить до 18 лет, т.е. до созревания организма. В Карфагене действовал закон, запрещающий пить вино в те дни, когда исполнялись супружеские обязанности. Персонаж древнеримской мифологии Вулкан родился хромоногим, так как Юпитер в момент зачатия был пьян.

Сейчас накоплены большие статистические данные о пагубном влиянии алкоголизма на потомство. Например, болгарский врач Г. Ефремов, длительное время наблюдая за 23 хроническими алкоголиками, зафиксировал 15 мертворожденных и 8 детей-уродов в их семьях. Французские ученые на большом статистическом материале доказали, что максимальное число мертворожденных было зачато в период карнавалов и празднования урожая молодого вина. Появился даже термин «дети карнавалов». Разумеется, далеко не все родители, о которых здесь говорится, были хроническими алкоголиками. Все дело-в «пьяном зачатии».

Пагубное влияние алкоголя на потомство зависит не только от биологических причин, но и от социальных факторов. Неблагоприятное социальное влияние алкоголизма родителей на развитие их детей связано с нарушениями психологических взаимоотношений между ними. Любой член семьи, живущий рядом с больным алкоголизмом, находится в состоянии психологического стресса. Особенно тяжелая психологическая обстановка возникает в семье, где алкоголизмом больна мать, хотя, конечно, и алкоголизм отца крайне неблагоприятно отражается на психологическом развитии ребенка.

Неблагоприятные условия воспитания в семье пьющих родителей обуславливают замедленное формирование коммуникативно-познавательной активности детей в раннем возрасте. Как правило, такие дети испытывают выраженные трудности в обучении, которые обусловлены, с одной стороны, патологическим состоянием их нервной системы, а с другой — педагогической запущенностью.

Конфликтные переживания приводят к различным формам неправильного поведения у детей, прежде всего к реакциям протеста. Такие реакции возникают при наличии алкоголизма у одного из родителей. Ребенок стремится все делать назло, не выполняет требований взрослых, становится агрессивным, хмурым, недоброжелательным. Наряду с активными реакциями протеста возможны и пассивные реакции, когда ребенок бросает учебу, старается избежать встреч с пьющим отцом, прячется, боится идти домой. У ребенка возникают невротические расстройства: нарушение сна, плаксивость, обидчивость, иногда наблюдаются тики, заикание, ночное недержание мочи. Более резким проявлением протеста является попытка суицида (самоубийства), в основе которых — чрезмерно выраженное чувство обиды, желание отомстить обидчикам, напугать их.

Болезни от алкоголя:

Анемия

Регулярное и избыточное употребление алкоголя приводит к существенному падению количества эритроцитов – главных переносчиков кислорода в крови. Это состояние под названием «анемия» вызывает появление целого ряда симптомов, таких как утомляемость и постоянная усталость, одышка, головокружение.

Злокачественные опухоли

Ученые полагают, что повышенный риск рака при алкоголизме связан с избыточным образованием ацетальдегида – одного из продуктов переработки спирта в организме. А это вещество, в свою очередь, является потенциальным канцерогеном, то есть способствует развитию рака. У пьющих людей нередко возникает рак слизистой оболочки ротовой полости, глотки, гортани, пищевода, желудка, кишечника, а также опухоли печени и молочной железы. Риск рака увеличивается в разы, если наряду с потреблением алкоголя, человек еще и курит.

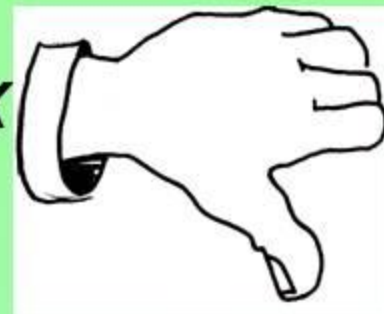
Цирроз печени

Алкоголь – это сильнейший яд для печеночных клеток. А поэтому у многих сильно пьющих людей развивается цирроз печени – тяжелое заболевание, при котором печень постепенно перестает выполнять свои функции. Однако вероятность развития этого состояния невозможно предсказать точно. Один человек может поглощать алкоголь в огромных количествах, и цирроз у него не возникает. А другому достаточно всего лишь пары кружек пива в неделю, что отражается на здоровье печени. Но известно точно, что циррозу больше подвержены женщины, чем мужчины.

Второй учебный вопрос

«Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье»

Курение – одна из вреднейших привычек.



Исследованиями доказано, в чем вред курения. В дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ: никотин, углекислый газ, окись углерода, синильная кислота, аммиак, смолистые вещества, органические кислоты и другие.


1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина.

Никотин влияет на деятельность нервной системы.

Рак у курящих людей возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих.





Это надо знать!

 Курение поражает органы дыхания, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт.

 Курильщики болеют раком лёгких в несколько раз чаще, чем некурящие и составляют 96-100% всех больных раком лёгких.

 Курение увеличивает вероятность других видов злокачественных опухолей

 Курение способствует развитию инфекционных заболеваний органов дыхания.

 Курение увеличивает вероятность рака лёгких у окружающих (пассивное курение).



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

**СЕРДЦЕ
ИНФАРКТ**



**МОЗГ
ИНСУЛЬТ**

**ОРГАНЫ
ДЫХАНИЯ
РАК, БРОНХИТ,
ЭМФИЗЕМА**



**ОРГАНЫ
ПИЩЕВАРЕНИЯ**



**РАК, ГАСТРИТ,
ЯЗВА**

**КОСТНАЯ
СИСТЕМА
ОСТЕОПОРОЗ**

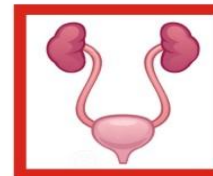


**НЕРВНАЯ
СИСТЕМА
НЕВРИТЫ**

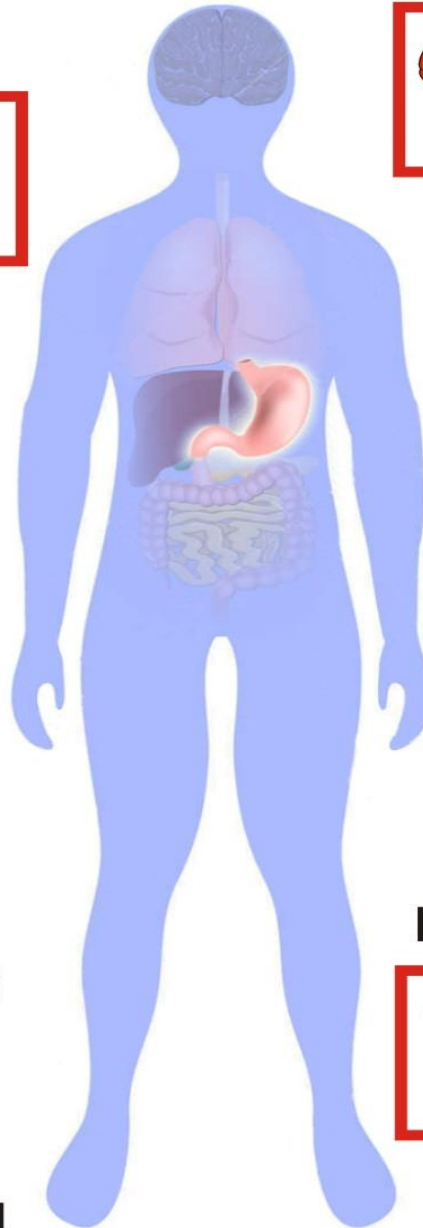
**ПЕРИФЕРИЧЕСКИЕ
СОСУДЫ
ГАНГРЕНА,
АМПУТАЦИЯ
НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ**



МОЧЕПОЛОВАЯ



**СИСТЕМА
РАК, БЕСПЛОДИЕ,
ВЫКИДЫШИ,
ИМПОТЕНЦИЯ**





Курение приводит к кровоизлиянию в мозг



Курение приводит к инфаркту миокарда

Курение - причина гангрены ног



Курение приводит к импотенции



Курение - причина болезней ротовой полости



Ваше курение - причина болезней Ваших детей



Табачные смолы в легких курильщика



Курение причина врожденных пороков



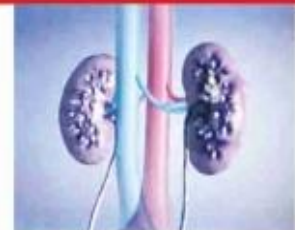
Курение приводит к преждевременной старости



Курение причина рака легких



Курение во время беременности вредит здоровью Вашего будущего младенца



Курение - причина болезней почек

КУРЕНИЕ - ЭТО БОЛЕЗНЬ!

SUPPORTED BY OFFICIAL DEVELOPMENT AID FROM THE MINISTRY FOR FOREIGN AFFAIRS OF FINLAND

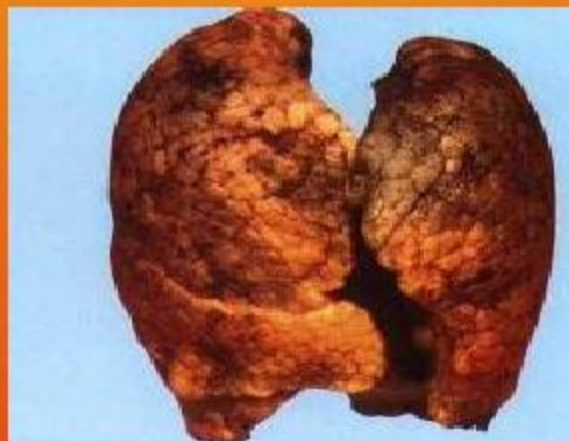
Влияние никотина на опорно-двигательную систему человека



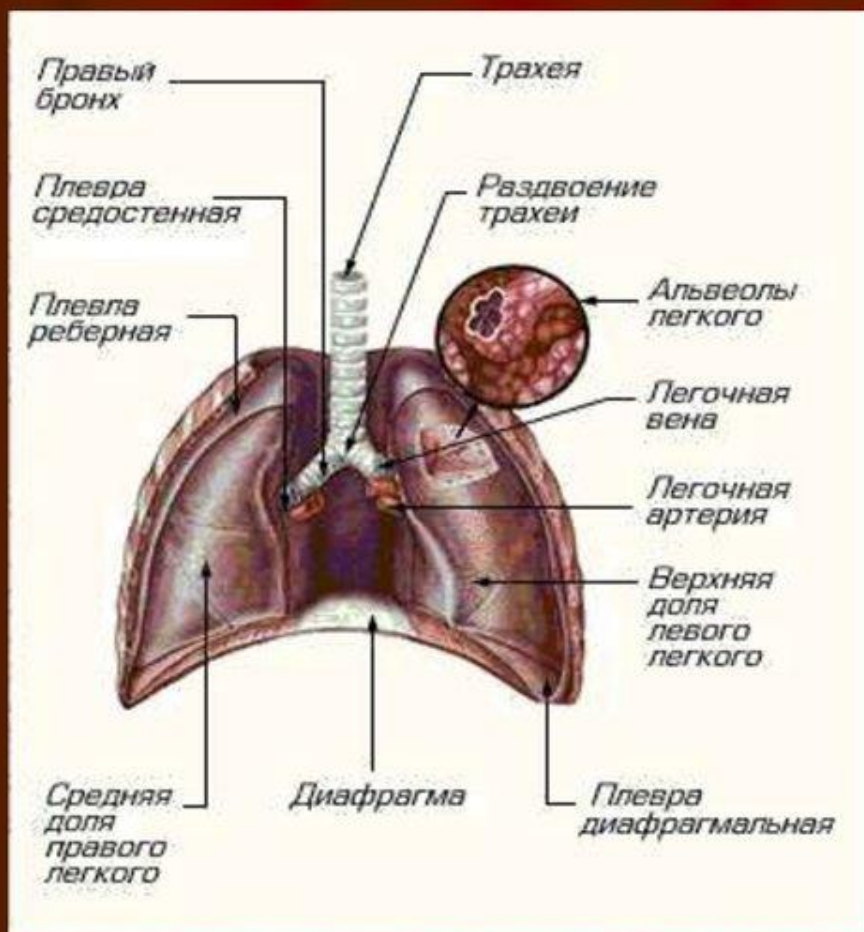
- Ухудшается кровоснабжение из-за спазма кровеносных сосудов, что приводит к снижению работоспособности мышц (может привести к гангрене конечностей с последующей ампутацией).
- Вызывает эндартериит-перемежающая хромота, требующая ампутации ног.

Органы курящих людей

Зубы **Лёгкие** **Печень**



Влияние курения на органы дыхания



- Бронхит
- Трахеит
- Эмфизема легких
- Туберкулез
- Рак легких

Легкие курильщика



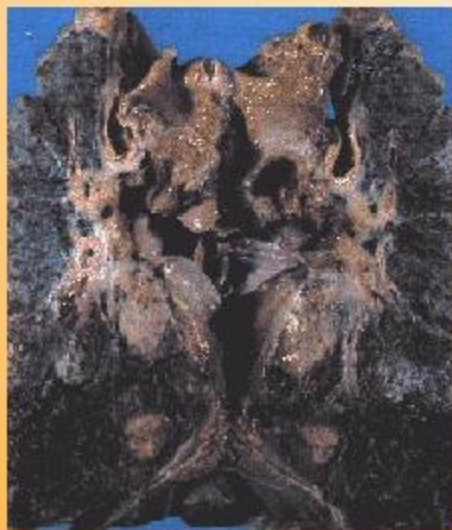
стаж 5 лет



стаж 10 лет



стаж 15 лет



стаж 25 лет

Влияние курения на организм мужчины


- 1. Спазм кровеносных сосудов (нарушение кровообращения);*
- 2. Повышение давления и учащение пульса;*
- 3. Хронические бронхиты (воспаление органов дыхательной системы);*
- 4. Кашель с выделением мокроты;*
- 5. Неприятный запах из рта, воспаление горла и десен, желтизна зубов и разрушение эмали;*
- 6. Нарушение вкусовых ощущений, плохой аппетит, язвы органов ЖКТ;*
- 7. Бесплодие;*

Влияние курения на организм женщины

- 1. Снижается плотность костной ткани;*
- 2. Кожные заболевания (псориаз) и аллергические реакции;*
- 3. Бессонница, апатия, усталость;*
- 4. Морщинистая и желтоватая кожа;*
- 5. Преждевременная старость;*
- 6. Преждевременная менопауза;*
- 7. Ломкость ногтей, волос, желтизна зубов;*
- 8. Рождение ребенка с патологиями либо бесплодие;*



Табачные изделия содержат около 4000 химических соединений, а табачный дым - около 5000 химических соединений, из которых примерно 60 вызывают рак



Как
долго
ТЫ
будешь
жить?

- ▣ **1 сигарета сокращает жизнь на 15мин;**
- ▣ **1 пачка сигарет — на 5 ч;**
- ▣ **тот, кто курит 1 год, теряет 3 месяца жизни;**
- ▣ **кто курит 4 года — теряет 1 год жизни;**
- ▣ **кто курит 20 лет — 5 лет;**
- ▣ **кто курит 40 лет — 10 лет**



ГЛИЦЕРИН

Используется в парфюмерии для смягчения кожи и в пищевой промышленности как загуститель. Вызывает сухость во рту. Может ухудшать состояние кровеносных сосудов и нарушать кровообращение. Является хорошей средой для развития бактерий.

НИКОТИН

Алкалоид естественного происхождения (в электронных сигаретах синтетический). Угнетает нервную систему, ухудшает зрение, вызывает поражение органов пищеварения. Вызывает выработку адреналина, что повышает нагрузку на сердце. Провоцирует выработку дофамина – гормона удовольствия, что дает основания считать никотин наркотическим веществом.

ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ

Используется как пищевая добавка. Может вызывать заложенность носа, кожную сыпь и прочие аллергические реакции.

АРОМАТИЧЕСКИЕ ДОБАВКИ

Вызывают ускоренное всасывание никотина в кровь и тем самым усиливают его поражающее действие.

МЕТАЛЛЫ, В ЧАСТНОСТИ, НИКЕЛЬ

Могут вызывать интоксикацию организма.

Вред электронной сигареты

Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему



Табак вредно действует на организм, и в первую очередь на нервную систему, вначале возбуждая, а затем угнетая её. Память и внимание ослабевают, работоспособность понижается.

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА НЕРВНУЮ СИСТЕМУ

Курение отрицательно сказывается на нервной системе человека, постепенно ухудшая ее работу. Нарушение деятельности нервной системы приводит к расстройству функций сердечно-сосудистой системы и органов пищеварения. Отрицательное действие никотина на центральную нервную систему выражается вначале в ее возбуждении, затем в угнетении. В результате курящие становятся раздражительными и легко возбудимыми, у них нарушаются сон, аппетит.



Влияние никотина на нервную систему человека



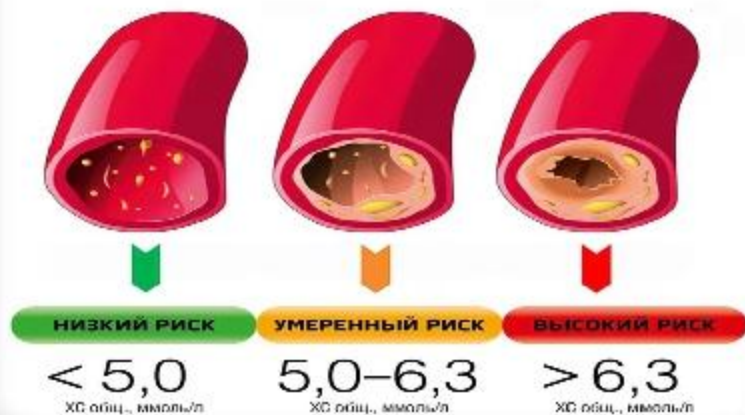
- Никотин в первой короткой фазе расширяет сосуды мозга(создает обманчивое впечатление улучшения умственной деятельности), затем резко снижает их.
- Отравляет клетки мозга(ухудшает память, головные боли, бессонница).
- Курящие ученики отстают в учебе, становятся нервными, рассеянными, ленивыми, грубыми и недисциплинированными.
- Развивается нервное заболевание-**неврит**.



Влияние курения на кровеносную и сердечно-сосудистую системы

- снижается количество эритроцитов и гемоглобина;
- повышает кровяное давление: кровеносные сосуды сужаются, но при этом сердце сокращается на 20 -25 тысяч больше нормы в сутки, и как результат сердце курящего расширяется и повреждается;
- способствует возникновению **атеросклероза, гипертонической болезни, кровоизлияния в мозг**;
- способствует увеличению **холестерина** в крови, приводящее к образованию **тромбов**.

Уровень холестерина (ХС) и развитие атеросклероза сосудов

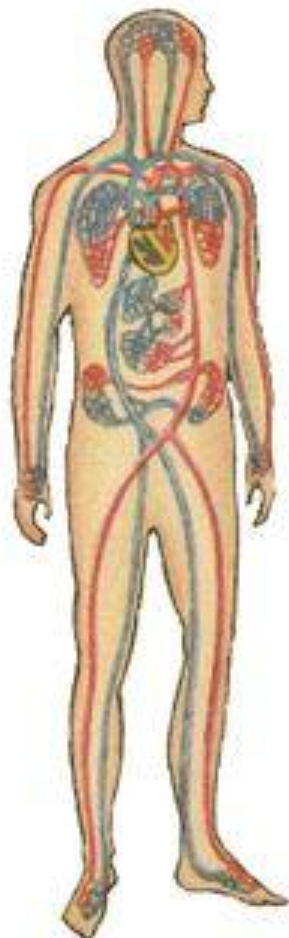


Сосуды курильщика частично или полностью, словно пробкой, забиты атеросклеротическими бляшками. Стенки поражены язвенными образованиями и даже сквозными дырами.

Влияние никотина на сердечно-сосудистую систему человека

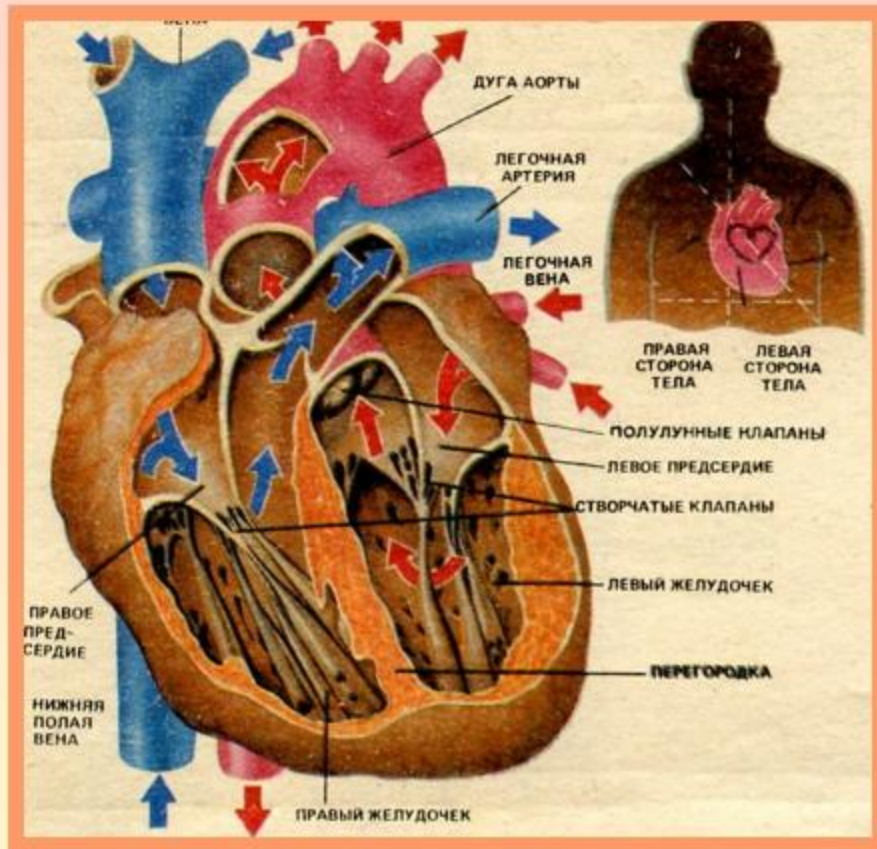


Влияние никотина на кровеносную систему человека



- Снижает количество эритроцитов и гемоглобина.
- Инфаркт миокарда у курящих в 13 раз чаще (до 40 лет).
- Острый инфаркт миокарда (у 80% курящих со школьной скамьи).

Влияние курения на сердце

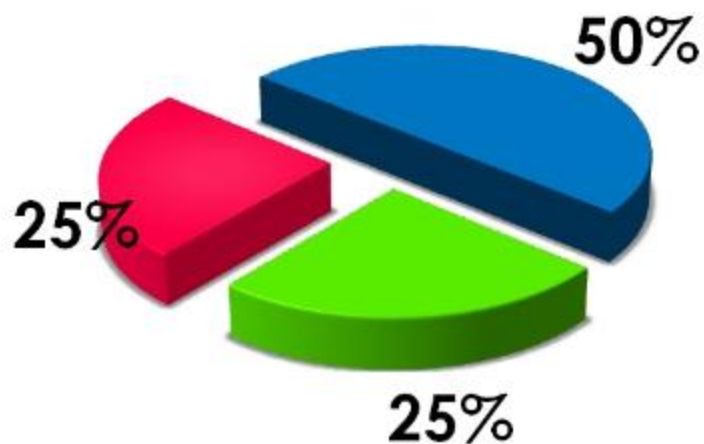


- **Повышается риск сердечных заболеваний (особенно инфаркта миокарда);**
- **Возбуждается нервная система, что влияет на ритм сердцебиения;**
- **При больших дозах яда алкоида может случиться паралич, при котором есть опасность остановки дыхания и сердца.**

Пассивное курение

- 1 час в накуренном помещении равен 4 сигаретам
- люди, которые в детском возрасте подвергались воздействию табачного дыма, на 60 % чаще болеют раком

Яды сигаретного дыма

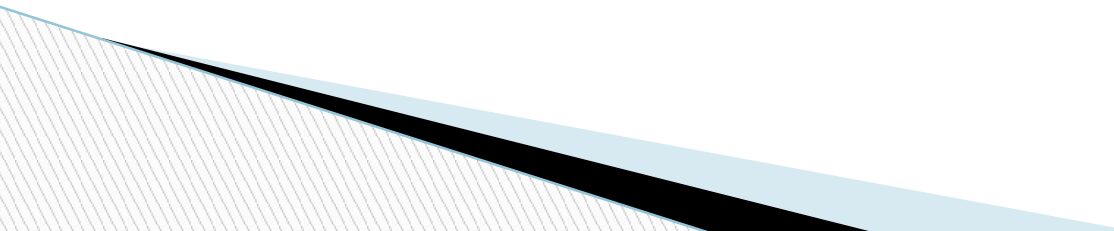


- сгорают
- поглощает курящий
- отравляют воздух

Угроза «пассивного курения»



Третий учебный вопрос
«Наркотики, наркомания и токсикомания, общие
понятия и определения. Социальные последствия
пристрастия к наркотикам. Профилактика
наркомании.»



НАРКОМАНИЯ - ЭТО:

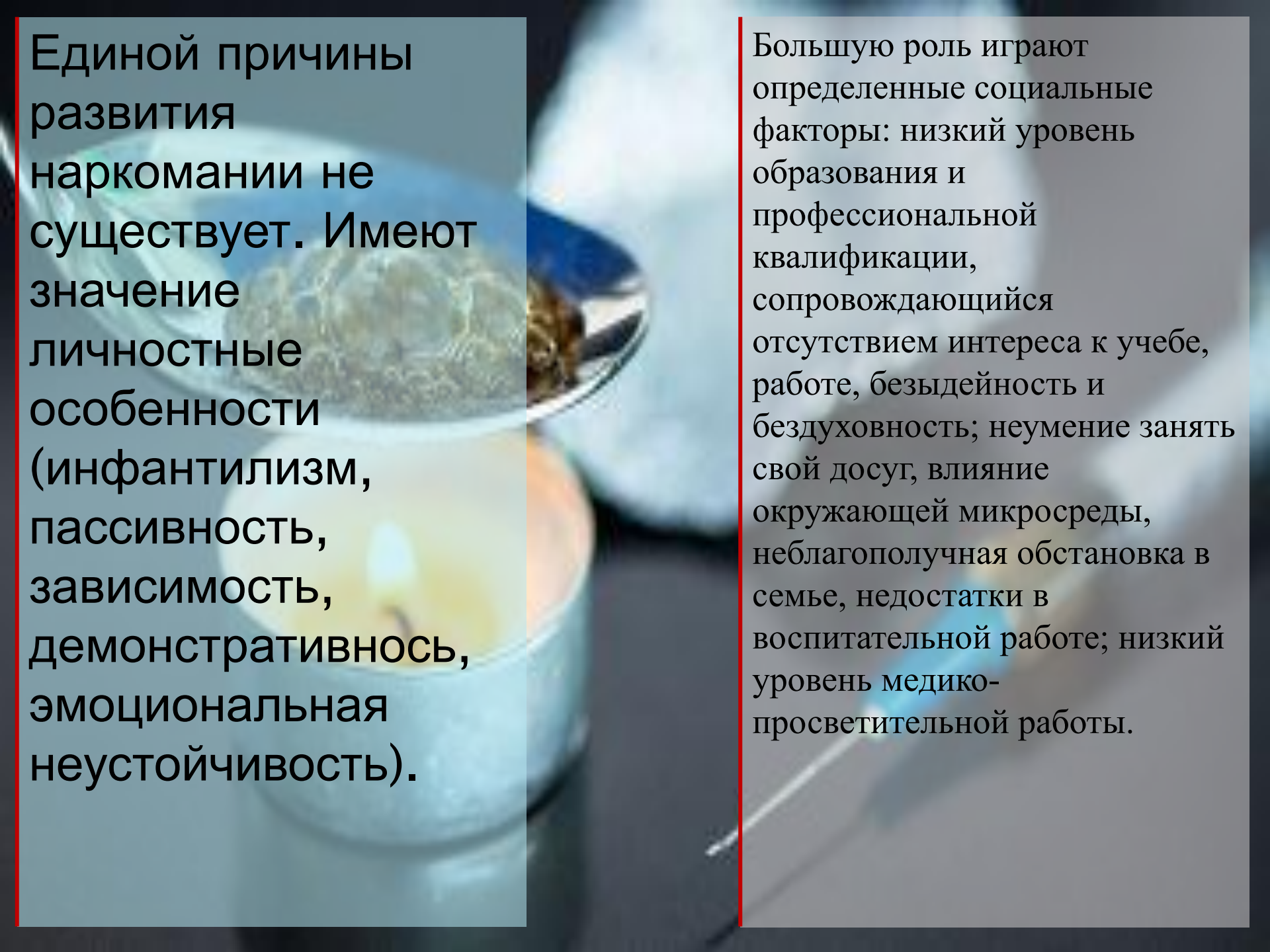
состояние
периодической
или
хронической
интоксикации,
вызванной
употреблением
натуральных
или
синтетических
наркотических
веществ.



Выделяют следующие группы наркотических и токсических веществ:

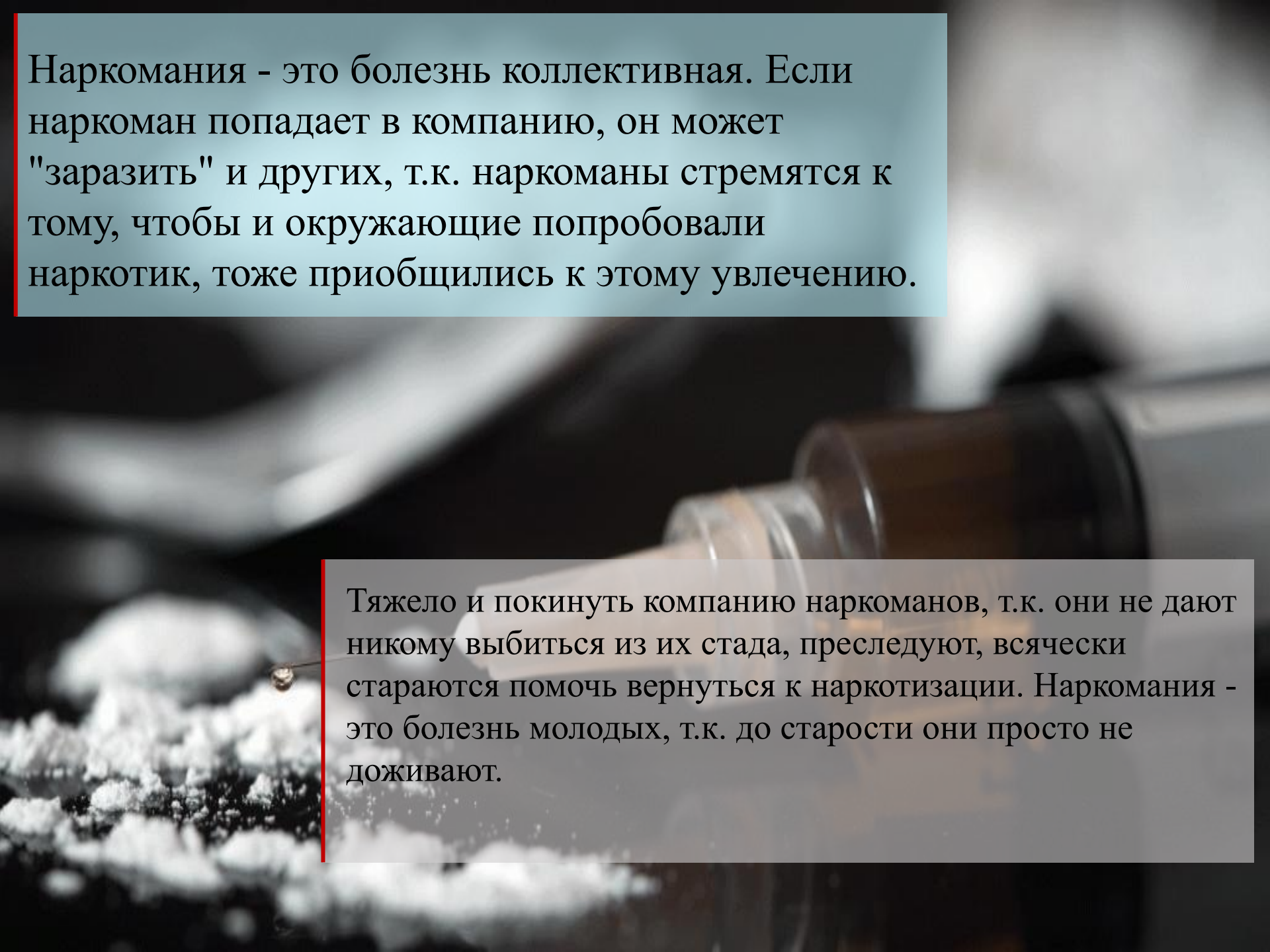
- ✓ морфин, опий и их полусинтетические и синтетические аналоги (героин, кодеин, промедол);
- ✓ кокаин и препараты из него ("крэк");
- ✓ вещества, добываемые из индийской конопли (гашиш, анаша, план, марихуана);
- ✓ снотворные (барбитураты, ноксирон, бромурал);
- ✓ стимуляторы (кофеин, эфедрин, допинги);
- ✓ транквилизаторы;
- ✓ атропин и атропинсодержащие препараты (астматол, белладонна);
- ✓ ненаркотические анальгетики (анальгин, амидопирин, аспирин, парацетамол и др.);
- ✓ органические растворители и средства бытовой химии;
- ✓ никотин





Единой причины развития наркомании не существует. Имеют значение личные особенности (инфантилизм, пассивность, зависимость, демонстративность, эмоциональная неустойчивость).

Большую роль играют определенные социальные факторы: низкий уровень образования и профессиональной квалификации, сопровождающийся отсутствием интереса к учебе, работе, безыдейность и бездуховность; неумение занять свой досуг, влияние окружающей среды, неблагоприятная обстановка в семье, недостатки в воспитательной работе; низкий уровень медико-просветительной работы.



Наркомания - это болезнь коллективная. Если наркоман попадает в компанию, он может "заразить" и других, т.к. наркоманы стремятся к тому, чтобы и окружающие попробовали наркотик, тоже приобщились к этому увлечению.


Тяжело и покинуть компанию наркоманов, т.к. они не дают никому выбиться из их стада, преследуют, всячески стараются помочь вернуться к наркотизации. Наркомания - это болезнь молодых, т.к. до старости они просто не доживают.

ТОКСИКОМАНИ

Я - ЭТО

злоупотребление теми веществами, которые не входят в список наркотиков. Это различные химические, биологические и лекарственные вещества, вызывающие привыкание и зависимость.





Разграничение токсикомании и наркомании носит чисто юридический характер. С точки зрения медицины это – аналогичные состояния, сопровождающиеся развитием зависимости с последующим изменением личности, ухудшением социального статуса, нарушением физического и психического здоровья.

Официально к
токсикоманиям
относят любые
химические
зависимости от
легальных
веществ, в том
числе – от
табака,
алкоголя,
снотворных и
седативных
препаратов





В группе риска развития токсикомании преобладают беспризорные дети и дети из неблагополучных семей, однако средствами бытовой химии могут начать злоупотреблять и социально благополучные подростки.

Чувство своеобразного коллективизма, стремление не отстать от сверстников, порой просто любопытство и желание отведать запретный плод, безделье и скука - вот некоторые из причин приобщения подростков и молодых людей к наркотикам.



СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

Наркомания наносит обществу огромный нравственный и материальный ущерб. У зависимого человека деформируется, а потом и вовсе разрушается прежняя система ценностей. Главной ценностью становится наркотик. Все мысли наркомана подчинены поиску очередной «дозы», ради неё он готов пойти на любые жертвы.

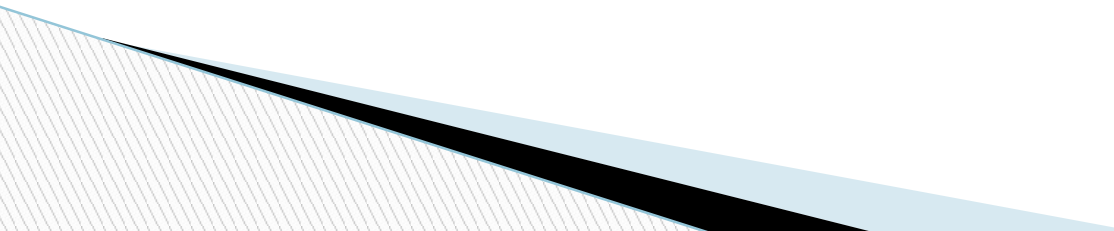
На сегодняшний день в незаконное потребление наркотиков вовлечено не менее 2,5 млн. россиян, или 1,7% населения страны, 67,3% из них молодые люди до 30 лет.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И ДУХОВНАЯ ПРОБЛЕМЫ

Причиной наркомании часто являются:

- ▣ подавленные комплексы человека,*
- ▣ неумение решать проблемы,*
- ▣ ставить перед собой цели и получать желаемое;*
- ▣ низкая или, наоборот, завышенная самооценка,*
- ▣ неумение справляться со своими чувствами,*
- ▣ нехватка или даже отсутствие веры в себя и Бога,*
- ▣ душевная пустота,*
- ▣ отсутствие ценностей,*
- ▣ потеря смысла жизни и др.*

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ ПОДРОСТКАМИ

- Выражение сопротивления или протеста чего-либо, привлечение внимания учителей, родителей, окружающих к своей персоне;
 - Желание почувствовать себя старше своих сверстников;
 - Снятие эмоционального напряжения и чувства неудовлетворённости;
 - Неосознанное стремление избавиться от плохого настроения;
 - Противоречие – в качестве «запретного плода»;
 - Способ «уйти» от проблем;
 - Приобщение по прямому предложению «друзей или знакомых»;
 - Желание испытать неизведанное наслаждение, «кайф»;
 - Мода на употребление;
 - Несовершенство действующего законодательства, а также отсутствие надлежащего таможенного и пограничного контроля.
- 

Направления профилактической работы в ВУЗе

```
graph TD; A[Направления профилактической работы в ВУЗе] --> B[Антинаркотическая пропаганда]; A --> C[Деятельность педагогического коллектива по предотвращению употребления и распространения психоактивных веществ.]; A --> D[Групповая и индивидуальная работа со студентами]; A --> E[Работа с родителями];
```

**Антинаркотическая
пропаганда**

**Деятельность
педагогического
коллектива по
предотвращению
употребления и
распространения
психоактивных
веществ.**

**Групповая и
индивидуальная
работа со
студентами**

**Работа с
родителями**

ВОПРОСЫ ДЛЯ ЗАКРЕПЛЕНИЯ:

1. Раскройте влияние алкоголя на здоровье человека.
 2. Курение и его влияние на здоровье человека.
 3. Табачный дым и его составные части.
 4. Пассивное курение и его влияние на здоровье человека.
 5. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.
- 