

## Разрушительные последствия употребления психоактивных веществ



### От соблазна к кошмару

Человек, обретший *зависимость*, перестаёт принадлежать самому себе. Во что превращается его жизнь со временем? – В постоянное и безоговорочное подчинение «объекту поклонения», потому что без него существование становится невозможным. Подобное *пристрастие* лежит в основе всех *вредных привычек*, которым подвергаются люди: алкоголизма, курения, наркомании. От них крайне сложно отучить организм, особенно если «порабощающие» *психоактивные вещества* попадают в него уже достаточно долгое время и на регулярной основе. И от соблазна – желания расслабиться, заглушить стресс, просто «один раз попробовать» или быть «своим» в новой компании, – человек может прийти к сущему кошмару, потеряв как физическое, так и психическое здоровье. Если, конечно, вовремя не остановится.

### Психоактивные вещества: общая информация

*Психоактивные вещества* – любые химические вещества или смеси естественного или искусственного происхождения, влияющие на функционирование центральной нервной системы и приводящие к изменению психического состояния человека.

Существуют различные *классификации* психоактивных веществ: по происхождению, химическому строению, фармакологическим свойствам, *способу действия на организм*. Например, согласно последней выделяется четыре группы ПАВ:

- Депрессанты (вещества, угнетающие нервную систему)
- Стимуляторы (вещества, стимулирующие нервную систему)
- Галлюциногены (вещества, способные в той или иной мере вызывать галлюцинации)
- Психотропные средства (препараты для лечения психики)

Каждый из нас пусть в минимальных дозах, но сталкивается с психоактивными веществами практически ежедневно. Кофеин, например, содержится в кофе и чае, а никотин вынуждены «пассивно» вдыхать и те, кто не курит. По незнанию злоупотребив мускатными орехами, в которых содержатся элимицин и сиамфетамин, есть вероятность получить наркотическое опьянение. Конечно, подобные случаи редки, а чай и кофе едва ли принесут здоровью человека сильный вред. К психоактивным веществам, являющимся предметом злоупотребления и зависимости, чаще всего, относят:

- Алкоголь
- Наркотики (опиум и производные)

- Седативные препараты (барбитураты)
- Стимуляторы (кокаин и амфетамины)
- Успокоительные препараты (бензодиазепины)
- Галлюциногены (ЛСД и РСР)

### **Какой эффект на организм оказывают ПАВ**

В организм человека психоактивные вещества могут попасть самыми различными способами: *перорально* (через пищеварительную систему), *парентерально* (внутримышечно или внутривенно), *интраназально* (путём вдыхания через носоглотку), а также *через лёгкие* путём курения и вдыхания паров.

ПАВ оказывают влияние на центральную нервную систему на любом уровне её функционирования: молекулярном, клеточном, системном, синаптическом. Каждое такое влияние приводит к изменению обмена веществ на одном из них /уровней/. В результате принимающий психоактивное вещество первоначально может испытывать:

- Снижение нервного напряжения и тревоги
- Релаксацию, приятные фантазии, эйфорию
- Изменение настроения, мышления, поведения
- Прекращение физической боли
- Облегчение общения
- Ощущение бодрости и уверенности в себе
- Снижение чувства усталости
- Ступор

Разумеется, разные ПАВ вызывают разные реакции организма, однако завершается всё примерно одинаково: эффекты эйфории, релаксации и прострации сменяет негативная фаза – так называемая ломка, когда зависимому хочется новых и новых доз.

Частое употребление психоактивных веществ влечёт за собой опасные для жизни последствия. Так, например, *опиаты* (опиум, героин, кодеин, метадон) резко снижают иммунитет, приводят к заболеваниям гепатитом, сифилисом, СПИДом, повреждают печень, лёгкие, сердце, повышают риск развития гнойно-инфекционных болезней и энцефалопатии. *Каннабиолы* (препараты из конопли: марихуана, анаша, гашиш и пр.) вызывают снижение познавательных способностей человека: ухудшение памяти, понимания, нарушение внимания, невозможность сосредоточиться. Кроме того, потребление наркотиков из конопли провоцирует потребление других – более серьёзных – средств. *Психостимуляторы* (кокаин, метамфетамин, амфетамин, эфедрон) влекут за собой аритмии, внезапную остановку сердца, тяжёлые депрессии, психозы, развитие слабоумия, паралич нижних конечностей. Злоупотребление *седативно-снотворными веществами* (барбитураты) вызывает бессонницу, психозы с галлюцинациями и бредом, дистрофию сердечной мышцы и печени. *Галлюциногены* (ЛСД, РСР) губительны для психологического здоровья и крайне агрессивны в отношении головного мозга.

## **«Когда мы можем остановиться, мы не хотим. Когда мы хотим остановиться, мы не можем». Формирование зависимости от ПАВ**

Как правило, формирование зависимости от психоактивных веществ связывают с их систематическим употреблением. Хотя действие этих средств на человека очень индивидуально, и порой ими не надо даже злоупотреблять, чтобы пристраститься.

*Физиологическая зависимость* возникает, когда организм человека привыкает к регулярному экзогенному поступлению участвующих в метаболизме веществ внутрь и снижает их эндогенную выработку. В результате при прекращении их поступления в нём возникает обусловленная физиологическими процессами потребность в ПАВ. *Психологическая зависимость* связана в основном с приятными ощущениями от веществ, стимулирующими больного к повторению опыта их употребления. Специалисты отмечают, что наиболее быстро зависимость развивается при приёме героина, кокаина и амфетамина.

Наркомана (в широком понимании слова) выдают такие признаки, как:

- Бледность кожи
- Расширенные или суженные зрачки
- Покрасневшие или мутные глаза
- Потеря аппетита или, напротив, чрезмерное употребление пищи
- Замедленная речь
- Трудность в сосредоточении
- Ухудшение памяти
- Плохая координация движений
- Безразличие к происходящему вокруг
- Неадекватная реакция на критику
- Частая смена настроения
- Уходы из дома, прогулы занятий
- Частые просьбы одолжить денег

Чем дольше человек употребляет психоактивные вещества, тем сложнее ему от них отказаться.

### **Употребление психоактивных веществ как серьёзная общественная проблема**

По данным статистики, 0,2 % смертей в мире вызвано злоупотреблением наркотиками, 1,5 % – алкоголем, 6 % – курением. Число людей с заболеваниями, которые повлеч за собой приём психоактивных веществ, составляет более 500 миллионов. Такие цифры позволяют говорить о том, что употребление ПАВ является глобальной проблемой современного мира – медико-социальной, экономической, оказывающей негативное влияние на здоровье людей, благополучие семей, общества и государства в целом.

Чаще всего злоупотребление психоактивными веществами наблюдается среди подростков, варьируясь при этом в зависимости от района проживания, расовой и этнической принадлежности, рода деятельности и других демографических показателей. В странах ЕС и США от 20 % до 50 % молодёжи принимает марихуану, кокаин, синтетические наркотики, галлюциногены. В России уровень употребления наркотиков среди подростков составляет 13,1 %, алкоголя – 80,8 %, табакокурения – 49,5 %.

---