**Материал для членов информационно-пропагандистских групп**

**(апрель 2023г.) (районный материал)**

**«Профилактика потребления несовершеннолетними**

**психоактивных веществ, алкоголя и табачных изделий»**

**Профилактика психоактивных веществ.**

Тема борьбы с наркоманией актуальна во всем мире, в первую очередь потому, что основной мишенью становятся главные человеческие ценности - жизнь и здоровье. Для Республики Беларусь наличие наркоугрозы также является серьезной проблемой, находящей свое пагубное выражение наркозависимых, умирающих от передозировки*.*

 Разрушительные последствия наркомании обуславливают необходимость грамотного выбора путей противостояния этому негативному социальному явлению и решение задачи невозможно без трех тесно связанных между собой звеньев: упреждения, оказания помощи и противодействия преступности. Причем, основная роль здесь отводится именно упреждению, так как гораздо эффективнее болезнь не допустить, чем потом ее лечить.

**Последствия употребления наркотиков**

 Наркомания – страшное заболевание, характеризующиеся неконтролируемой тягой к наркотическим веществам, которые вызывают эйфорию, а в случае передозировки – летальный исход. Люди, регулярно принимающие наркотики, подвергают свой организм постоянной интоксикации. Употребление таких средств можно сравнить с приемом яда: страдают практически все системы и органы организма человека, развиваются разные психические заболевания. Высокая смертность, социальная деградация и поражение всего организма – последствия употребления наркотиков, поэтому необходимо комплексное лечение наркозависимости.

Помимо проблем со здоровьем, употребление наркотиков связано с несчастными случаями, травмами и смертью. Под воздействием наркотиков люди могут стать жертвой преступления или совершать поступки, которые делают человека опасным для самого себя и других (суициды).

**Основные причины потребления**:

- внутренние проблемы (неприятности, непонимание в семье);

- любопытство (многие думают, что это модно, или хотя бы раз в жизни нужно попробовать);

- поиск новых ощущений;

- пример друзей;

- протест против сложившихся обстоятельств;

- желание самоутвердиться;

- недостаток любви и внимания со стороны близких.

***Справочно:*** *в 2022 году* *в Республике Беларусь в организации здравоохранения попало 600 человек (в Ветковском районе подобных фактов не было, однако, это не значит, что мы должны самоуспокаиваться!).*

Одной из главных причин совершения несовершеннолетними преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, является желание заработать быстрых и легких денег. При этом, несмотря на то, что подростки знают об ответственности, совершают преступления в надежде, что не будут задержаны.

**Методики, используемые для вовлечения несовершеннолетних в наркооборот. Теневой интернет.**

В настоящее время стандартные приемы профилактики становятся малоэффективными, т.к. мы имеем дело со своеобразной молодежной субкультурой, тесно связанной с виртуальным пространством и дистанционным общением. Деятельность и развитие такого интернет-сообщества со временем создало благоприятные условия для зарождения некой сетевой среды, где индивиды могут пользоваться средствами общения, вести определенную трудовую деятельность, приобретать и продавать товары и услуги, обучаться.

Этим обстоятельством и пользуются хозяева интернет-магазинов по продаже наркотических средств и психотропных веществ, набирая новый персонал (минер, курьер, закладчик и трафаретчик) из числа несовершеннолетних. Они предлагают не только с виду хорошо оплачиваемую работу, не требующую больших физических и временных затрат, но и связанную с использованием привычных гаджетов и Интернета, дающих ложное чувство безопасности и застрахованности от задержания и привлечения к уголовной ответственности.

**Важно знать, что уголовная ответственность за сбыт наркотиков наступает с 14 лет.**

*Справочно: в 2022 году на территории Ветковского района не установлено фактов преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, совершенных несовершеннолетними.*

**Рекомендации родителям и педагогам по выявлению несовершеннолетних участвующих в незаконном обороте наркотиков**

По инициативе Министерства внутренних дел совместно с управлением ООН по наркотикам и преступности было положено начало большого проекта POMOGUT.BY.

Цель POMOGUT.BY – объединить на общей платформе усилия государства и гражданского общества в решении актуальных проблем, сделать необходимую информацию доступной.

Проект объединяет в себе два направления, для каждого из которых созданы отдельные ветки (сайты).

Первая ветвь (аbuse.pomogut.by) информирует людей об оказании помощи и поддержки наркозависимым, созависимым, находящимся в стадии ремиссии, содержит инструкции, рекомендации, контактные данные управлений по труду, занятости и социальной защите.

Вторая ветвь (kids.pomogut.by) ориентирована на несовершеннолетних разных возрастов, родителей, педагогов. Основной ее целью является безопасность и предотвращение сексуального насилия в сети Интернет, а также профилактика наркомании среди детей и подростков. На сайте доступно рассказывается об опасностях, подстерегающих детей и подростков в Интернет-пространстве. Что такое «буллинг», «грумминг», как не затеряться в игровом виртуальном мире, что делать, если на компьютер пришло сообщение сомнительного характера, – эта и другая информация размещена на сайте.

Кроме того, необходимо принимать меры по отслеживанию активности несовершеннолетних в сети Интернет. С кем они переписываются, что ищут с помощью поисковых систем. Для этого существует родительский контроль.

**Родительский контроль** – приложение или программа, ограничивающая те или иные функции гаджетов: смартфонов, ноутбуков.

Приложения для родительского контроля используют, чтобы оградить ребенка от неблагоприятных сайтов и длительного пребывания в Интернете или играх.

**Профилактика потребления алкогольных веществ**

*Справочно: в 2022 году в Ветковском районе медицинское наблюдение организовано за 22 несовершеннолетними потребителями психоактивных веществ – за употребление алкоголя. На комиссии по делам несовершеннолетних рассмотрено 5 подростков, которые достигли возраста административной ответственности, 6 – до достижения возраста административной ответственности (в 2021 году – 18 находились в контрольной группе у врача-нарколога. На КДН рассмотрено 6 подростков, которые достигли возраста административной ответственности, 10 – до достижения возраста); за употребление наркотических средств, токсикоманических веществ – фактов не установлено (за 2021 год – аналогично).*

*В отношении 1 несовершеннолетнего комиссией по делам несовершеннолетних вынесено решение о проведении комплексной реабилитации (за 2021 год – 1): 2022 год – учащийся школы, (в 2021 году – учащаяся профессионально-технического учреждения образования). И в 2021, и в 2022 году – это несовершеннолетние в возрасте старше 16 лет.*

 В настоящее время проблема потребления алкогольных, слабоалкогольных напитков и пива несовершеннолетними и молодежью и его негативными социальными последствиями является актуальной.

 Многие несовершеннолетние и молодые люди употребляют алкогольные (водка, вино, шампанское и пр.), слабоалкогольные (джин тоник, шейки) напитки и пиво даже не задумываясь над тем, чем они «угощают» свой организм. Среди молодежи бытуют самые разнообразные мифы: будто бы алкоголь — это пищевой продукт, что малые дозы этого «продукта» безвредны, или даже полезны, выпить на праздник — это традиция, «пиво содержит витамины и не алкогольный напиток», что употребление алкоголя может развеселить, снять напряжение, облегчить общение и знакомства, да ещё и вылечить!

 Потребление пива детьми и молодежью способствует развитию:

– злоупотребления пивом и хронического «пивного» алкоголизма»,

– цирроза печени, хронического воспаления поджелудочной железы;

– рака молочных желез у девушек, рака простаты у мужчин;

– бесплодия у женщин и импотенции у мужчин;

– повышенного артериального давления и кровоизлияний в мозг;

– нарушений ритма и расширения камер сердца («пивное сердце»);

– нарушениям обмена веществ (ожирению по т.н. «пивному типу»).

Молодежь в наибольшей степени вовлечена в процесс получения образования и освоения профессий, что делает злоупотребление алкоголем молодежью этого возраста фактором, способным негативно повлиять на дальнейшую профессиональную и социальную активность. Кроме того, многие молодые люди вступают в брачные отношения, а злоупотребление алкоголем, является оной из важнейших причин разводов и формирования неблагополучных семей и социального сиротства.

Признано, что каждый ребенок и подросток имеет право расти и развиваться в безопасной среде, защищенной от отрицательных последствий употребления алкоголя, и, насколько это возможно, на защиту от пропаганды и рекламирования алкогольных напитков и пива.

Поэтому необходимо усилить меры защиты детей и подростков от воздействия на них рекламы и маркетинга алкоголя и пива, а также обеспечить, чтобы производители спиртного и пива не нацеливали алкогольную продукцию и ее сбыт на детей, подростков и молодежь.

 Кроме того, взрослым необходимо личным примером активного и здорового образа жизни пропагандировать его среди детей и молодежи.

 Только совместными усилиями мы сможем вырастить новое поколение молодых белорусов, свободных от пристрастия к алкоголю.

 Здоровье подрастающего поколения - это здоровье будущего нашей нации, и поэтому трезвая молодежь делает Беларусь сильнее. В Республике Беларусь проводится большая работа по профилактике алкоголизма.

В Ветковском районе на борьбу с пьянством и алкоголизмом, а также снижение уровня негативных социальных и экономических последствий вследствие употребления населением алкогольной продукции направлены усилия всех органов государственного управления, общественных организаций.

На предприятиях и в общественных организациях работают комиссии по борьбе с пьянством и алкоголизмом, усилен контроль руководителей учреждений за состоянием трудовой и исполнительской дисциплины согласно Декрета Президента Республики Беларусь № 1.

Для учащихся в каждом учреждении образования проводится цикл классных и информационных часов по профилактике пьянства и алкоголизма, формированию здорового образа жизни.

Учреждением здравоохранения «Ветковская центральная районная больница» в ходе проведения медицинских осмотров учащихся старших классов проводится консультирование их по вопросам профилактики пьянства и алкоголизма. Работниками здравоохранения проводятся информационные беседы в трудовых коллективах организаций, сельхозпредприятий района по пропаганде здорового образа жизни, по профилактике социально-значимых болезней.

Вопросы предупреждения пьянства и алкоголизма находят отражение на страницах районной газеты «Голас Веткаўшчыны».

**Профилактика потребления табачных веществ**

Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают всерьез.

**Никотин – яд** для нервной системы, избирательно действующий на нервные узлы центральной и периферической нервной системы, регулирующие деятельность внутренних органов и жизненно важных систем. В малых дозах никотин действует возбуждающе на нервную систему, в больших — вызывает ее паралич (остановку дыхания, прекращение сердечной деятельности).

 Красочная реклама табачных изделий, большое количество курящих, доступность табачной продукции, – все эти и некоторые другие причины ставят проблему табакокурения достаточно остро. Будет ли профилактика табакокурения детей и подростков успешной, во многом зависит от семьи.

 Родители несут ответственность за детей, в частности, она предполагает осознанное отношение к своему поведению. Причем задумываться над тем, как мы себя ведем, следует еще до момента появления ребенка на свет. В идеале, ребенок с самого раннего возраста должен видеть, что его близкие не курят, а точнее, не должен наблюдать курение близких ни в каких ситуациях. Известно, что многие люди курят изредка, в некоторых случаях, например, когда сильно нервничают, очень расстроены, во время вечеринок. С детства ребенок берет за образец поведение значимых взрослых и с возрастом начинает вести себя по усвоенной модели. Если ребенок видит вас курящим и слышит, что курить нельзя, он скорее последует вашему примеру, чем прислушается к словам.

 Обязательно необходимо беседовать с подростком о курении, но при этом соблюдать некоторые условия:

• разговор должен проходить в доверительной обстановке, обязательно на равных;

• нельзя доминировать в разговоре, навязывая свою точку зрения;

• нужно выяснить знания ребенка по проблеме и его отношение к ней, и на этой основе строить дальнейший разговор;

• таких бесед не должно быть слишком много, нельзя постоянно и по любому случаю говорить о вреде курения.

 Для успешной профилактики курения необходимо знать, почему подростки начинают курить и постараться нейтрализовать причины:

- постараться расширить круг интересов подростка, демонстрируя новые возможности, привлекательные и доступные ему;

- подростка может не удовлетворять статус в семье: он уже вырос, а к нему относятся, как к ребенку. Скорректируйте свое отношение – подросток должен иметь обязанности в семье, нести ответственность за их выполнение.

- моду на курение во многом формирует реклама. В ней образ курящего человека весьма привлекателен. Обсудите с подростком рекламу, научите его критически относиться к получаемой извне информации. Расскажите, что во многих развитых странах курение не модно, а курящие имеют ограничения в правах;

- оградить ребенка от компаний, подающих нежелательный пример, нереально, зато вы можете научить его самостоятельному мышлению, приучить нести ответственность за свое поведение и не следовать за толпой.

 В последнее время модно стало курить электронные сигареты или вейпы, особенно в среде подростков. Курящих вэйперов в подростковом возрасте можно увидеть сегодня повсюду. Это привело к тому, что ученые всего мира стали изучать вред вейпа для подростков и влияние электронных сигарет на здоровье. Курильщики считают курение электронных устройств абсолютно безопасной имитацией курения, но все чаще в различных источниках публикуются материалы, в которых говорится о том, что вред от курения электронных сигарет сравним с вредом от курения обычных.

 Как устроен вейп? Вейп можно сравнить с ингалятором, в котором при закипании жидкости образуется пар, который вдыхает курильщик. Из чего состоит жидкость для парения?

* Глицерин
* Пропиленгликоль (Е1520)
* Ароматические добавки
* Никотин (не всегда)

 Вейперы считают, что курение электронных сигарет не несет вред здоровью, не опасно, т.к. при курении не выделяются курение смолы. НО отсутствие канцерогенных смол не может сделать устройство для парения абсолютно безопасным.

Каждый курильщик электронных устройств обязан знать, что:

* Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
* Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.
* Курение электронных устройств не исключает никотиновую зависимость.
* Общее использование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.

 Таким образом, очевидным фактом является вред вейпа для подростков.
После затухания первоначального эффекта в организме может снова возникнуть желание повейпить. Для того, чтобы воспрянуть духом, подростку – курильщику необходимо получить новую порцию вредного вещества. Без этого он чувствует подавленность, усталость и раздражительность.

 Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) относит электронные сигареты к электронным системам доставки никотина и отмечает, что их применение недостаточно исследовано в отношении безопасности и эффективности в качестве средства лечения никотиновой зависимости

Также очень важно поставить цель и убедить, что даже при отказе даже от одного «парения» электронной сигареты за день в течение недели можно в принципе справиться с вредной привычкой. Далее следует найти занятия на свободное время. Это могут быть: спортивные тренировки, увлечение музыкой, рисование и прочие увлечения. Причем желательно, чтобы в занятии были задействованы руки и была возможность творческой самореализации.

 Без поддержки близких, то есть всех членов семьи, справиться с привычкой будет очень сложно. В некоторых случаях ребенку помогает избавиться от вейпинга публичный отказ. В этом случае он всем объявляет о том, что прекращает курить. Нужно рассказать ребенку о вреде вейпа для подростков и окружающих. Он должен понять, что курение делает подростка врагом для самого себя. Также стоит напомнить про привыкание и сложность отказа от зависимости.