

**Отчет**  
**Классного часа на тему:**  
**«Наш мир без наркотиков»**  
Составила: Яхшимурадова Элла Бедевхановна,  
Кл. рук. гр. 29ПД2, юридического отделения,  
3.02.2023 г

**Вопросы для обсуждения:**

1. Считаете ли вы, что использование наркотиков или алкоголя связано с отрицательным давлением среды? Почему да? Почему нет?
2. Как вы думаете, почему многие люди начинают курить, употреблять наркотики и алкоголь?
3. Как вы думаете, стали бы люди меньше курить, если бы они четко представляли себе все пагубные последствия курения?
4. Как вы думаете, почему подростки курят, пьют, употребляют наркотики?
5. Как вы думаете, атмосфера вечеринок («тусовок») влияет на увлечение вредными привычками?
6. Как вы думаете, существуют ли реальные способы уйти от давления среды?

**Цель:** определить, какими стратегиями выхода из сложных ситуаций владеют участники группы; найти наиболее эффективные.

### **Ход классного часа**

#### **Влияние наркотиков на организм человека**

Под действием наркотиков происходит нарушение работы всех внутренних органов человека.

Сердце является самым важным органом для поддержания жизнедеятельности тела. Наркотики способны угнетать деятельность сердечно-сосудистой системы на уровне регуляции ее в головном мозге. Это приводит к снижению общего артериального давления и изменению частоты пульса. Невозможность полноценного обеспечения органов кислородом заканчивается гипоксией и развитием инфарктов и инсультов, а также остановкой сердца. Независимо от того, какие наркотики используются наркоманом, уже через несколько лет их регулярного употребления развивается сердечная недостаточность, которая заканчивается летальным исходом.

Легкие под воздействием наркотиков теряют способность выполнять свою основную функцию газообмена. Это приводит к тяжелым пневмониям и бронхитам. Смерть наступает, как правило, из-за полного паралича центра дыхания, оказание помощи при этом состоянии невозможно, так как это явление возникает уже через пять минут после введения наркотика в вену.

Нервная система разрушается и это может вызвать необратимые и фатальные изменения в психике. Отмечается моральная деградация человека, снижения умственных способностей. Нередко развиваются разнообразные психозы. Длительное применение наркотических веществ может способствовать развитию шизофрении. Заканчивается это выраженной депрессией с суицидальными попытками. Никого уже не удивляет тот факт, что наркоман может покончить с собой. Привычка к постоянному получению ложного и кратковременного удовольствия закрепляется на уровне центральной нервной системы, поэтому синдром отмены и включает обратные реакции – агрессию, нежелание жить, постоянную потребность в новой дозе наркотика.

Пищеварительная система под действием наркотических веществ истощается. Пища, которая попадает в организм наркомана, не переваривается, так как изменяется синтез и состав ферментов пищеварения, снижается моторная функция, поэтому наркоманы часто страдают болезнями кишечника.

При постоянном употреблении токсических веществ страдает печень, она просто не в состоянии справляться с таким количеством ядов, поэтому при наркомании развитие цирроза печени происходит быстрее, чем при алкоголизме.

Репродуктивная функция и беременность также подвергаются воздействию наркотических веществ. Многие наркотики являются мутагенами, а и некоторые даже при однократном применении необратимо изменяют хромосомы, в результате чего наркоманы рожают детей с выраженными отклонениями, которые приводят к инвалидности. Наркотические средства вызывают нарушение созревания сперматозоидов, а женщины могут страдать бесплодием за счет проблем с процессом созревания яйцеклетки. Токсическое действие психотропных веществ оказывает постоянное влияние на малыша в утробе матери, и может погубить его еще до рождения. После появления на свет ребенок страдает от синдрома отмены, что проявляется в постоянном плаче, нарушении сна, отсутствии аппетита. Такие дети часто становятся наркоманами, так как приучаются к воздействию препаратов еще до своего появления на свет.

### **Стадии развития наркомании**

На первой стадии употребление наркотиков из эпизодического постепенно превращается в регулярное. Состояние здоровья характеризуется сменой слабости, сонливости, апатией, характерной для начальной стадии наркомании, с резким переходом в бодрость, активность, возбуждение.

Вторая стадия наркомании сопровождается развитием физической зависимости. Употребление наркотика становится систематическим, временные интервалы между приемами постепенно уменьшаются. При прекращении употребления у больных наркоманией развивается абстинентный синдром. Возникают характерные для наркомании нарушения деятельности различных органов и систем. Полностью меняется система приоритетов, все интересы сосредотачиваются вокруг поиска новой дозы и приема наркотика.

Третья стадия наркомании проявляется необратимыми психическими и физическими изменениями. Наркоман не способен нормально функционировать без приема вещества. Теперь целью употребления становится не эйфория, а возможность поддерживать достаточный уровень жизненной активности. Личные и социальные связи разрушены. Выявляются серьезные нарушения деятельности внутренних органов, психическая и интеллектуальная деградация.

### **Лечение наркомании**

Ни один из современных методов лечения не гарантирует 100% избавления от наркотической зависимости. Недаром говорят: «Опий умеет ждать». Человек, который, казалось бы, уже покончил с наркотиками, вновь возвращается к ним.

Когда человек прошёл курс лечения и вернулся к нормальной жизни, его бывшие «друзья» начинают звонить и приходить всё чаще. Предлагают «дозу» бесплатно – «по дружбе», объясняют, что врачи пугают зря и разочек можно попробовать – «от одного ничего не будет», что многие всю жизнь колются понемножку, и ничего не происходит. Сначала идут уговоры, потом угрозы.

### **Почему так происходит?**

Ни одному торговцу на свете не выгодно терять клиента, а торговцу наркотиками это не выгодно совсем. Распространение наркотиков происходит по цепочке. Торговец продаёт тебе, ты другому, тот третьему... Первоначальный торговец известен далеко не всем. Если вы прекращаете приём наркотика, цепочка рвётся. Торговец может потерять тех клиентов, которые в цепочке следуют за вами: покупают у вас или просто поддерживают через вас связь. Поэтому при попытке отказаться от наркотиков на человека обрушивается мощнейшая атака, в которой будут использованы все средства, какие можно только себе представить. Выдержать всё это не так-то просто. Многие срываются и вновь употребляют наркотики.

### **Алкоголь**

1. Здоровый человек может выпить три кружки пива за один час без последующей потери самоконтроля или замедления реакции. {Нет.}
2. Употребление алкоголя в смеси с определенными наркотиками может привести к смертельному исходу. (Да.)
3. Крепкие напитки (виски, ром, джин, водка и т. д.) являются более вредными для организма, чем другие алкогольные напитки (вино, пиво и т. д.). (Нет.)
4. Алкоголь - это яд. (Да.)
5. По меньшей мере половина дорожных происшествий являются результатом вождения в нетрезвом виде. (Да.)
6. Алкоголь препятствует быстрой реакции. (Да.)
7. Алкоголь отравляет печень и может вызвать омертвление тканей (после чего они не восстанавливаются). (Да.)
8. Беременные женщины не должны пить, поскольку исследования показали, что алкоголь способен повредить еще не родившемуся ребенку и иногда даже может вызвать у него умственную отсталость. (Да.)

9. Большинство алкоголиков - деградировавшие люди с низким уровнем образования. (Нет.)
10. Алкоголь искажает ощущения и иногда приводит к тому, что выпившему человеку становится жарко при опасно холодной погоде. (Нет.)
11. Подросток может стать алкоголиком от пива. (Да.)
12. Многие алкоголики начинают пить до 20-летнего возраста. (Да)

### **Сигареты**

1. 25% всех смертей от рака обусловлены курением табака. (Да.)
2. Выкуривание хотя бы 1-4 сигарет в день удваивает риск заболеваний сердца. (Да.)
3. Вызываемый курением рак легких является одной из основных причин смертности среди мужчин. (Да.)
4. Вещества, содержащиеся в сигарете, не являются полезными, но и не содержат яды. (Нет.)
5. Большинство курильщиков начинают курить в юношеские годы. (Да.)
6. Пассивное курение (вдыхание дыма некурящими в присутствии курящих) не опасно. (Нет.)
7. Одна треть мест в больницах занята людьми, чьи болезни вызваны курением табака. (Да.)
8. 50 % смертей от заболеваний сердца среди женщин являются результатом курения. (Да.)
9. Одна сигарета в день не опасна для здорового человека. (Нет.)
10. Среди женщин смертность от вызываемого курением рака легких превышает смертность от рака груди. (Да.)

### **Наркотики**

1. Большинство наркотиков не представляют собой серьезной угрозы здоровью, если принимаются в умеренных количествах. (Нет.)
2. Наркоманы иногда совершают жестокие криминальные преступления, о которых впоследствии не помнят. (Да.)

3. Марихуана вызывает у человека потерю интереса к той деятельности, которая раньше была интересна. (Да.)
4. Даже одноразовое применение кокаина может вызвать смерть. (Да.)
5. В каждой дозе марихуаны содержатся неизвестные ядовитые вещества. (Да.)
6. Каждый раз, когда человек находится в состоянии наркотического опьянения, происходит разрушение клеток мозга, которые затем не восстанавливаются. (Да.)
7. После принятия определенных наркотиков принявший их нуждается в еще большем их количестве для получения того же эффекта. (Да.)
8. От инфицированной иглы невозможно заразиться СПИДом. (Нет.)
9. Алкоголь - это наркотик, стимулирующий центральную нервную систему, позволяющий ощутить свободу и прилив энергии. (Нет.)
10. Наркотические лекарства, которые выписывают врачи, могут быть опасны и вызывать серьезные осложнения здоровья, если их принимать долго и в неправильных дозах. (Да.)

Опасности, связанные с употреблением наркотиков

- Передозировка ведет к потере сознания и даже к смерти.
- Аварии в состоянии наркотического (или алкогольного) опьянения происходят чаще.
- Привыкание, физическая и психическая зависимость.
- Растерянность, галлюцинации.
- Повышенные эмоции и нерациональное поведение.
- Провалы памяти.
- Головокружение и тошнота после принятия.
- Мгновенная смерть (чистый кокаин).
- СПИД и другие заболевания в результате пользования зараженной иглой.
- Потеря стремлений, лень (от марихуаны).
- Врожденные дефекты у детей.
- «Рецидивы» (внезапная тяга к наркотикам в любое время после прекращения их принятия, характерная для ЛСД или «Ангельской пыли»),
- Эмоциональные и физические нарушения.
- Другие серьезные нарушения здоровья.

Классификация и действие некоторых широко применяемых лекарств

**Стимуляторы** (имеют возбуждающее действие, вызывают говорливость, суетливость, сверх возбудимость).

Психические и соматические последствия чрезмерного употребления:

- бессонница;
- потеря аппетита;
- сухость во рту;
- рвота;
- расстройство желудка;
- тошнота;
- потеря реакции;
- ухудшение зрения;
- агрессивность;
- галлюцинации, непонимание обстановки.

**Депрессанты** (используются для вызывания сна у больных). Психические и соматические последствия чрезмерного употребления:

- неспособность к адекватному восприятию обстановки и четкому мышлению;
- потеря координации;
- замедленная речь;
- неадекватность рассуждений;
- дрожание конечностей;
- произвольное движение глаз;
- агрессивность; передозировка барбитуратов (даже случайная) может привести к смертельному исходу (вероятность этого гораздо выше, чем при применении других лекарств).

**Галлюциногены** (лекарства, вызывающие изменения в ощущениях, мышлении, реакции на окружающее и чувствах).

**Психические и соматические последствия чрезмерного употребления:**

- неадекватность психических переживаний;
- может вызвать психическое заболевание;
- может развиться нарушение хромосом;
- психический срыв может наступить через несколько недель после последнего приема лекарств;

- нарушение восприятия времени и пространства;
- появление галлюцинаций и видений.

**Марихуана** (обычно свертывается в сигареты. При курении вначале вызывает возбуждение. Однако длительное употребление вызывает вялость и потерю сознания).

***Психические и соматические последствия чрезмерного употребления:***

- зрачки глаз расширены, а сами глаза наливаются кровью;
- потеря восприятия времени и пространства;
- судорожное подергивание мускулов;
- учащенный пульс и сердцебиение;
- заметное головокружение;
- ненормальное поведение;
- потеря реакции;
- потеря осмысления обстановки;
- психическая зависимость при длительном употреблении.

Наркотики-лекарства, в состав которых входит героин (болеутоляющие и имеющие снотворное действие).

***Психические и соматические последствия чрезмерного употребления:***

- героин воздействует на головной, спинной мозг, дыхательные органы;
- первоначальная реакция - чувство покоя и блаженства. Это чувство быстро проходит, требуется большее количество лекарства при следующем приеме;
- сразу после инъекции героина наступает сонливость;
- суживаются зрачки глаз.

**Предупреждающие симптомы при употреблении наркотиков:**

1. Покраснение век и носа. Зрачки увеличиваются или уменьшаются в зависимости от типа лекарства.
2. Нарушение адекватности поведения. Поведение - замедленное, неровное, отрешенное, или, напротив, истеричное, конвульсивное.
3. Нарушение аппетита, иногда - потеря веса.
4. Изменение психики: невнимательность, раздражительность, чувство подавленности, агрессивность, подозрительность.



5. Нарушение пищеварительной системы. Появление головных болей, раздвоение изображения. Изменение цвета кожи и осанки корпуса.

6. При внутривенном использовании появляются отметки от игл (особенно на руках).

7. Моральная деградация, замена прежних идей и ценностей.

*Обсудить результаты анкетирования.*

Дискуссия (сформулировать правила поведения для противостояния негативным влияниям окружающей действительности)