**ПРОФИЛАКТИКА ТОКСИКОМАНИИ**

 В последнее время в Российской Федерации среди несовершеннолетних зарегистрированы несчастные случаи со смертельным исходом, причиной которых стало отравление газом для зажигалки. Этот опасный вид развлечения в виде вдыхания газа из баллончиков для заправки зажигалок стал очень распространенным в подростковой среде.

 В подростковом возрасте очень велика вероятность вовлечения в разные виды зависимости из-за любопытства, слабой воли, отсутствия самокритики. Особо тревожно, что наибольшее распространение среди них получила детская токсикомания.

 **Токсикомания**, которую в среде обывателей нередко считают просто нездоровой привычкой, относится к той категории заболеваний, что и **наркомания**. В результате употребления токсических веществ с целью получения удовольствия развивается стойкое привыкание и зависимость. В последствия токсикомании ужасны.

 В отличии от наркоманов, токсикоманы употребляют вещества, не относящиеся к наркотическим, но это не делает зависимость менее опасной.

 **Токсикомания** – употребление токсических веществ одурманивающего характера, которые действуют на нервную систему и способствуют изменению сознания. Эти вещества способны быстро испаряться и превращаться в газ при нормальной комнатной температуре. Именно газообразные пары глубоко в легкие и вдыхают токсикоманы.

****

 Причины, по которым происходит вовлечение в токсикоманию и развитие устойчивой зависимости, можно разделить на несколько категорий:

– **Личностная незрелость**: в большинстве случаев токсикомания диагностируется у детей и подростков в возрасте 10-16 лет. Именно в этом возрасте традиционно наблюдается желание соответствовать нормам, которые определяют друзья старшего возраста, или более сильные сверстники. При вовлечении подростка в неблагоприятную среду, в которой принято курение табака, употребление лекарственных и токсических веществ, вероятность развития токсикомании резко повышается.

– **Психоэмоциональные нагрузки**: хронический или острый стресс, посттравматический шок, кардинальные перемены в жизни (развод родителей, смерть близкого человека, переезд на новое место жительства и пр.) могут стать косвенной причиной возникновения зависимости.

– **Низкий социальный (интеллектуальный) статус**: у детей, растущих в неблагополучных семьях, с недостаточным уровнем образования и духовности вероятность развития токсикомании и других видов зависимости существенно повышается.

– **Пример взрослых**, с которыми часто и постоянно взаимодействует подросток (родители, старшие братья и сестры, другие члены семьи или социума), и которые злоупотребляют алкоголем, наркотическими и токсическими веществами, а также способствуют развитию пагубного пристрастия.

– **Специфические свойства личности**: люди, склонные у демонстративному и истерическому поведению, инфантильные, отказывающиеся брать на себя какую-либо ответственность, чаще приобретают зависимость.

 **Механизмы развития токсикомании**

 Действие всех веществ, употребляемых токсикоманами, основано на отравлении ЦНС, вне зависимости от того, каким образом химическое вещество попало в организм. Все они действуют на клетки головного мозга, вызывая у токсикомана яркие и необычные ощущения.

 В настоящее время чаще всего подростки вдыхают газ, применяемый в зажигалках. Употребление бутана – это, не токсикомания, не наркомания, а ... удушение. Бутан не всасывается в кровь, не вступает в химические реакции в организме человека, а просто вытесняет кислород из вдыхаемого воздуха. Получается эффект удавки: мозг перестает получать кислород и появляются необычные ощущения и галлютинации. Вдыхание летучих веществ очень быстро приводит к опьянению. Возникает чувство пространственной ориентации, так называемое "чувство парения", и эйфория. Наиболее продолжительный период занимают галлютинации, которые длятся 10-15 минут, после чего наступает ослабевание действия токсинов и человек стимулирует повторный цикл ощущений, снова вдыхая определенное химическое вещество.

 Быстрее всего у несовершеннолетних **развивается психическая зависимость** – чувство эйфории, испытываемое токсикоманом, кажется ему притягательным, а жизнь за рамками этого ощущения кажется серой и мрачной. Это заставляет его повторять вдыхание токсических веществ многократно, и устойчивое пристрастие, особенно у несовершеннолетних, может развиться уже после 2-3 употреблений.

 **Развитие физической зависимости** занимает порядка 3-4 месяцев регулярного употребления веществ. При физической зависимости реакция организма на токсины становится менее выраженной, что заставляет токсикомана постоянно увеличивать дозу, и первоначальная кратность употребления веществ (1 раз в 2-4 дня) уже становится неактуальной: потребность опьянения возникает не реже 1-2 раз в день. на этом этапе речь идет о необратимых изменениях во всех органах и системах, и здесь без квалифицированной помощи обойтись уже невозможно.

 Если опьянение доходит до продолговатого мозга, это может вызвать остановку дыхания и смерть. Несовершеннолетние погибают от удушья, и реанимационные мероприятия обычно уже не помогают.

 Иногда трудно установить, что причиной внезапной потери сознания или даже смерти послужило вдыхание газа для зажигалок. Ведь газ не имеет запаха, поэтому токсикоманов очень трудно выявить: никаких определенных симптомов нет.



 Но необходимо помнить, что признаками отравления газами являются: головная боль, головокружение, состояние опьянения, слабость, тошнота, рвота, остановка дыхания.

 Подростки начинают вдыхать летучие вещества, потому что: это быстро вызывает состояние опьянения, приятные ощущения, это доступнее и дешевле, чем приобретение алкоголя. опьянение, достигнутое за счет вдыхания летучих веществ, напоминает чувство приподнятого настроения, характерное при приеме алкоголя. Однако к нему могут добавиться зрительные и слуховые галлютинации. Другие типичные эффекты – это ощущение собственного сверхмогущества, агрессивность, снижение болевой чувствительности, а также появление депрессии. Некоторые переживают ощущения пребывания на грани жизни и смерти и считают, что в этом как раз и заключается "кайф", в то время как других это отпугивает.

 Учитывая масштабы распространения токсикомании и те необратимые разрушения, которые она производит в детском организме и психике, можно говорить о серьезной угрозе будущему нации. Опьянение наступает после нескольких вдыханий, определить дозу практически невозможно. В опьянении выделяют три фазы:

 1. Сходна с алкогольным опьянением (подъем настроения, в голове приятно шумит, разливается по телу тепло, наступает расслабление). Если продолжать вдыхать токсическое вещество, приходит очередь второй фазы.

2. Фаза беспечности и легкости. Здесь отмечаются повышенная веселость. Но многие подростки ограничиваются этой фазой, в страхе ухудшить свое состояние. Но если продолжать вдыхать токсическое вещество, приходит очередь третьей фазы.

3. Здесь появляются слуховые, зрительные галлютинации, так называемые "мультиками". После 2-х часового наркотического опьянения у подростков появляются вялость, упадок сил, угнетение психических функций.

 **Как понять, что ребенок – токсикоман?**

 Токсикомания сопровождается частыми головными болями, ухудшением памяти, появляются мешки под глазами. Происходит развитие хронического насморка с кровью, кашель, стоматиты, ожог дыхательных путей, гнойные ангины, анемия. Можно проследить приступы агрессии, гнева, ярости, беспричинное раздражение. Это признаки вовлечения в процесс нервной системы, печени. почек. Разрушение органов и систем происходит быстро. При длительном течении токсикомании появляются симптомы хронической гипоксии и нарушения кровоснабжения тканей – лицо приобретает выраженную бледность или землистость, наблюдается истощение и выпадение волос, ломкость ногтей, человек выглядит чрезмерно худым и истощенным. Меняется личность больного, что бросается сразу в глаза.

 **Диагноз "токсикомания"** устанавливается, когда присутствуют несколько симптомов. Это:

– непреодолимое желание применять наркотическое вещество;

– появление цели увеличить долю токсического препарата;

– наличие психической и физической зависимости от наркотического препарата.

 **Токсикомания** – это один из самых злокачественных видов наркомании, вызывающее серьезное разрушение организма и сильную зависимость. основное, но единственное последствие употребления токсических веществ – формирование устойчивой зависимости, которая "отрезает" человека от полноценной жизни. Токсикоман существует в рамках собственного пристрастия, вычеркивая из своего мира семью, друзей. учебу, личные отношения и все, что для здорового человека является главными ценностями жизни.

 Профилактика наркомании и токсикомании – важная задача современного общества. Она должна осуществляться совместно государственными и общественными организациями, учебными заведениями и семьей. Главная ответственность за будущее подрастающего поколения ложится на плечи родителей и педагогов, но невозможно оградить ребенка от общества. Поэтому основные мероприятию по профилактике наркомании и токсикомании следует проводить в местах досуга населения, образовательных учреждениях, в центрах реабилитации социального и лечебно-профилактического направления, социальных инфраструктурах.