

## **Токсикомания**

Знаете ли вы, что такое «токсикомания»? Какие токсические вещества являются опасными для здоровья? Можно ли вдыхать пары различных веществ?

Токсикомания – это болезненное пристрастие к любым химическим веществам, не включенным в список наркотиков. В настоящее время токсикомания обусловлена употреблением средств бытовой химии, снотворных, стимуляторов, анальгетиков, транквилизаторов и т.д. Технические средства же средства бытовой химии представлены растворителями, пятновыводителями, ацетонами, kleями, бензином, ядовитыми химикатами. Токсикоманы дышат парами этих веществ, нюхают их, иногда пьют. Вредное действие таких веществ хорошо известно и постоянно упоминается в инструкциях по их применению. Очень часто в инструкциях даются предостережения по работе с ними: беречь от детей, хранить при определенных условиях, работать в хорошо проветриваемом помещении и в перчатках. При работе с химическими веществами на производстве используются специальные средства защиты (респираторы, перчатки, спецодежда). Работающим: устанавливается более короткий рабочий день, выдается специальное питание, проводится ряд других профилактических мероприятий. В то же время токсикоманы используют данные вещества для получения «кайфа». Что же стоит за этим «кайфом», так ми он безобиден?

Все вещества, используемые токсикоманами, можно объединить в две группы: вводимые путем вдыхания и при заглатывании. И те и другие вещества способны вызывать расстройства психики, которые нередко ведут к смертельным исходам. Реакция психики человека может быть более или менее тяжелой. Это зависит от индивидуальных особенностей человека.

При вдыхании паров химических веществ менее тяжелые формы расстройств характеризуются развитием безразличия к окружающему миру, сопровождающимся чувством «отупения», спадом эмоционального напряжения. На период интоксикации исчезают все трудности и неразрешимые проблемы. Возникают нарушения сна с яркими, образными и подвижными сценами, причем эти нарушения сохраняются и в промежутках между употреблением токсических веществ.

Более тяжелые, глубинные расстройства психики характеризуются тем, что примерно через минуту после начала вдыхания на фоне незначительного

эмоционального напряжения возникают яркие, красочные зрительные галлюцинации, значительно усиливающиеся при закрытых глазах. Образы, возникающие в галлюцинациях, четкие, подвижные, постоянно меняются. Кроме зрительных галлюцинаций могут возникнуть состояния невесомости, парения в воздухе, падения в пропасть. некоторые токсикоманы как бы видят себя со стороны, им кажется, что они обмениваются частями тела. В ближайшие сутки после интоксикации отмечается общая слабость, разбитость, появляется неприятный привкус во рту, пропадает аппетит, возможны ощущения тошноты, рвоты, головокружения. По медицинским наблюдениям было отмечено, что выход из алкогольного опьянения происходит легче, чем после интоксикации химическими веществами. В результате таких реакций у человека нарушается поведение, появляется необычное оживление речи, мимики, жестов, или же наоборот – отрешенность от окружающих, замедление движений. Со временем возможно снижение психической активности, работоспособности, памяти, внимания. Появляются затруднения в восприятии нового.

Нарушение здоровья человека ведет к опасным социальным последствиям. Прежде всего токсикоман разрушается как личность, а следовательно, он не способен достичь каких-то целей (спортивных, коммерческих, делать карьеру). Он не способен создать семью, а значит, и ощутить такие чувства, как любовь, радость иметь детей. Он постепенно лишается настоящих друзей и остается один на один со своими проблемами, которые пытается решить, уходя от них и получая «кайф» от галлюцинаций. Кроме этого, будучи в состоянии интоксикации, человек склонен к самоубийству и правонарушениям, так как в этот момент он не способен правильно оценивать обстановку, находясь в пленах своих галлюцинаций.

Мы уже говорили о том, что реакция на вдыхание паров химических веществ может быть мгновенной и токсикоман может умереть в процессе вдыхания. Вот один из примеров. Александр Р. после очередного вдыхания паров ядохимикатов выбросился из окна своей квартиры на девятом этаже. История Александра такова. Учился в шестом классе, занимался хоккеем. Во дворе познакомился с ребятами, которые тайком вдыхали пары пятновыводителя. Они предложили ему попробовать, расписав, какие ощущения получают они под «кайфом». При этом никто не обмолвился о том, что после интоксикации наступает тяжелый период выхода из нее. Александром овладело любопытство, и «и решил попробовать. Первая реакция организма на вдыхание паров была неприятной и болезненной. После нескольких повторов он, наконец, испытал чувство «кайфа». Однако в последующем галлюцинации начали носить угрожающий характер, и одна из них привела к тому, что Александр выбросился из окна.

Опасным является не только вдыхание паров, но и употребление в неадекватных дозах лекарственных средств. Вот еще один пример. Пятнадцатилетняя Наташа М., желая получить «кайф», приняла таблетки в дозе, намного превышающей лечебную. Внезапно девочка стала возбужденной. Глаза были раскрыты от ужаса. Она озиралась вокруг, заглядывала под стол, что-то стряхивала с себя, забивалась в угол и умоляла не убивать ее. У девочки развился психоз. И только благодаря вовремя подъехавшей «скорой помощи» она была доставлена в психиатрическую больницу, где медики в течение длительного времени боролись за ее жизнь. Таких примеров можно приводить множество.

Хочется отметить, что токсикомания – это в основном проблема детей и подростков. Взрослые люди редко бывают токсикоманами. Для подростка токсические вещества – одни из самых доступных средств. Препараты бытовой химии можно купить в магазине, они есть в каждой семье. К сожалению, и лекарственные препараты легко доступны.

### ***Какие же причины приводят к токсикомании?***

1. Прием токсических веществ может быть связан с желанием решить проблемы, возникающие в жизни.
2. Желание поэкспериментировать и удовлетворить свое любопытство.
3. Токсикомания как форма выражения протesta против общества, родителей, учителей и т.д.
4. Неумение противостоять более сильной личности.

Это основные причины, по которым подростки прибегают к употреблению токсических веществ. Рассмотрим каждую из них.

*Ситуация 1.* Жизнь любого человека является очень сложным процессом, состоящим из радостей и огорчений, успехов и неудач. Иногда от человека требуется напряжение всех его сил, чтобы справиться с ситуацией. Допустим, что у подростка возник серьезный конфликт с друзьями. Он стал чувствовать себя одиноким, пропал интерес к окружающему миру. Вот, кажется, самый удобный случай, чтобы начать использовать токсические вещества. Уходя в мир иллюзий, человек перестает чувствовать одиночество, все проблемы реальной жизни уходят. Но прежде, чем попытаться таким образом разрешить трудности, необходимо помнить следующее:

- a) никакое состояние «кайфа» не решает проблем, после выхода из токсикоза проблемы становятся еще остree;

б) если человек попытается решать свои трудности таким способом, то в дальнейшем он не сможет противостоять своим неудачам и быстро превратится в слабовольного человека;

в) реакция любого организма на токсические вещества непредсказуема и может закончиться тяжелым заболеванием или смертью.

Можно попытаться решить конфликт другим путем. Прежде всего необходимо разобраться, кто виновен в возникновении конфликта. Если сам подросток, значит он должен признать свою ошибку. Если его друзья, то своим достойным поведением он сможет дать им понять, что они не правы. В этот момент важно найти себе занятие, которое увлечет: спорт, коллекционирование, чтение, запись кассет. Если есть возможность, можно съездить в гости к родственникам, чтобы развеяться. Возможны и другие выходы, которые могут предложить ученики.

*Ситуация 2.* Подростки в силу своих психологических особенностей часто склонны к экспериментированию. По совету своих друзей четырнадцатилетняя Таня К. решила попробовать вдыхать пары клея, чтобы увидеть цветные «мультики». В результате эксперимента постепенно возникла зависимость от этого процесса. Так, в периоды между приемами токсического вещества чувствовался страх, нервозность, раздражительность. И только очередное вдыхание паров клея освобождало ее от этих чувств. Через некоторое время у Тани развился психоз, девочку вынуждены были госпитализировать в больницу, где она и умерла. Эксперимент, заканчивающийся смертью, не нужен ни одному здравомыслящему человеку.

*Ситуация 3.* Хорошо известно, что подростковый возраст имеет свою специфику и может сопровождаться различными конфликтами. Именно в этом возрасте происходит становление самосознания, обретение собственного «Я». Возникает желание выйти из-под опеки родителей, учителей, участвовать в общественных делах. Если вокруг подростка складываются ситуации, которые, по его мнению, являются раздражительными для него, он протестует, ведя антиобщественный образ жизни и совершая правонарушения. А чтобы легче было переступить порог дозволенного, использует токсические вещества, способствующие снятию контроля над своим поведением. Сергей М. поругался со своими родителями из-за того, что они не разрешили сделать то, что он хотел. Чтобы отомстить им, мальчик решил уйти из дома. На улице была плохая погода. И компания, в которую он пришел, решила провести время на лестнице дома, по которой не ходят жильцы. Чтобы было веселее, прихватили клей, пятновыводитель для

получения «кайфа». От нечего делать попробовал получить «кайф» и Сергей. После первого приема состояние было очень тяжелым. Как оказался в больнице, он не помнит. Только своевременная медицинская помощь позволила сохранить жизнь Сергею. Выход из таких ситуаций один – не выражать свой протест подобным образом, так как человек наказывает прежде всего себя.

*Ситуация 4.* Важной проблемой остается приобщение к токсическим веществам подростков в группе. Реакции группировки часто определяют поведение подростка. Занять определенное положение среди сверстников, общаться именно с ними – одна из целей психического развития подростка. Иногда в таких группах происходит первый прием токсических веществ. Чтобы избежать такой ситуации, нужно четко знать, что любое, даже одноразовое, потребление токсических веществ очень опасно для здоровья. Следует найти повод, чтобы отказаться: сослаться на плохое самочувствие, срочные дела, тренировки и пр. Если нет повода, можно рассказать различные истории, которые приводили к смерти людей, употребляющих токсические вещества, или же попытаться незаметно уйти. Могут быть и другие варианты решений.

В заключение необходимо еще раз подчеркнуть, что жизнь у подростков только начинается, что она полна трудностей, неожиданностей, побед и поражений. Необходимо уже сейчас воспитывать в себе сильную личность, стремящуюся чего-то достичь и не поддаваться на соблазны и уговоры, приводящие к серьезным последствиям. Токсические вещества крайне опасны для здоровья, не следует экспериментировать с ними. Но если у кого-то все-таки есть проблемы, связанные с употреблением токсических веществ, необходимо остановиться, поговорить с кем-нибудь, кому доверяешь, обратиться за помощью к врачам, психологам, социальным педагогам, рассказать об этом родителям. Они помогут справиться с болезнью.