

# Факты о наркотиках

 Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte  
Health Service Executive

**ЭТО ТВОЯ ЖИЗНЬ.  
Не сломай ее.**

[www.drugs.ie](http://www.drugs.ie)



- Что вы знаете о наркотиках?
- Что бы вы сделали, если бы посчитали, что небезразличный вам человек употребляет наркотики?
- Что бы вы сделали, если бы вам предложили наркотики?
- Как бы вы отреагировали, если бы вдруг узнали, что ваш друг торгует наркотиками?
- Если бы у вас был ребенок, как бы вы отреагировали, если бы вы нашли что-то похожее на наркотик в его кармане или сумке?

**Исследования показывают, что у большинства людей слабое или неверное представление о наркотиках. Осведомленность в этом вопросе позволяет открыто и осознанно обсуждать тему наркотиков. В этом буклете вы почерпнете**

- Факты о некоторых распространенных заблуждениях.
- Данные о том, где найти дополнительные сведения, помощь и поддержку.
- Информацию о различных видах незаконных наркотических веществ

**HE** Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte  
Health Service Executive

**Это твоя жизнь.  
Не сломай ее.**

**[www.drugs.ie](http://www.drugs.ie)**

# Понятие о наркотиках

## **Что мы имеем в виду под «употреблением наркотиков»?**

Мы используем различные виды нарковеществ. Они могут легальными и нелегальными, полезными и вредными. Каждое нарковещество может иметь побочные эффекты и риски, но некоторые наркотики гораздо опаснее других, и особенно это касается нелегальных наркотиков.

Употребление наркотиков может стать проблемой в зависимости от того,

## **Какой** наркотик употребляется

---

**Кто** употребляет наркотик  
(значение имеет личность человека и его настроение)

---

**По** какой причине

---

**Где** и

---

**Как** используется наркотик.

---

Различные наркотические вещества создают у каждого человека свою проблему. Эти проблемы могут иметь разные решения. Чтобы понять проблему, вы должны знать, что происходит в жизни человека, употребляющего определенный наркотик. В этом буклете мы рассматриваем проблему незаконного использования наркотиков. Наиболее часто встречающиеся нелегальные наркотики – это марихуана, экстази, героин и кокаин.

# Почему люди употребляют наркотики?

Разные люди употребляют разные наркотики по различным причинам. Конечно же, есть легальные вещества, которые можно отнести к разряду наркотических, с которым мы сталкиваемся ежедневно. Например, можно принять лекарство, если вы заболели, выпить что-нибудь алкогольное, если хотите расслабиться, или же кофе, чтобы взбодриться.

Но в этом буклете речь пойдет о незаконных наркотиках. Может быть, вы пробуете незаконные наркотики в качестве эксперимента или из любопытства вслед за друзьями, или же хотите побороть скуку или отвлечься от тревог. Может быть, вы принимаете наркотики, чтобы изменить настроение. Может быть, вам кажется, что это весело или модно.





Возможно, вы продолжаете принимать наркотики, потому что вам это нравится, или потому что это – часть общения или вашей культурной среды. Часто это называют «увеселительным» или «развлекательным» употреблением наркотиков.

Иногда употребление наркотиков может прочно войти в вашу жизнь. Причина может крыться в том, что вы испытываете эмоциональные, психологические или социальные проблемы. Некоторые наркотики вызывают привыкание и зависимость, когда вы теряете контроль за их употреблением и чувствуете, что без наркотика вы уже не можете обходиться.

Некоторые употребляют два или больше наркотика одновременно. Это называется «полинаркомания». Смешивание наркотических веществ может стать опасным, поскольку их воздействие и побочные эффекты накладываются друг на друга и умножаются. Такое сочетание может включать употребление нелегальных наркотических веществ одновременно с легальными, такими, как алкоголь и лекарственные препараты. Например, одновременное употребление алкоголя и кокаина резко увеличивает риск нарушения сердечного ритма, сердечных приступов и даже смерти.

# Факты о наркотиках

**Проблемы, связанные с употреблением наркотиков, не имеют легких решений, но знание фактов может помочь вам разобраться в этом вопросе.**

**Заблуждение:** Все наркотики вызывают привыкание.

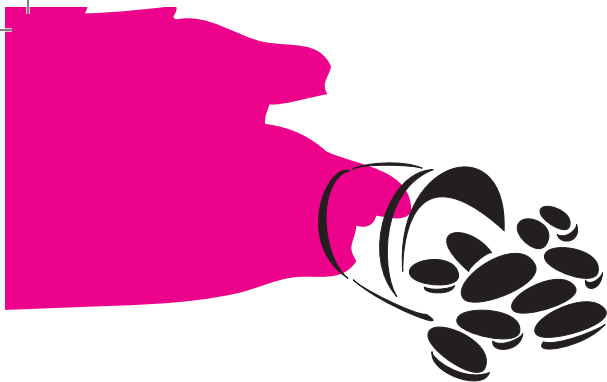
**Факт:** Некоторые наркотические вещества могут вызвать привыкание или зависимость гораздо быстрее, чем другие. Нет четких доказательств тому, что люди «подсаживаются» после одного-двух раз, или что каждый, кто попробует наркотик, станет зависимым. Но даже одноразовое употребление наркотика может повлечь за собой серьезные проблемы. А привыкание зависит от того, кто, где, как, почему и какой наркотик употребляет.

**Заблуждение:** «Только у наркоманов возникают проблемы».

**Факт:** Привыкание или зависимость – это не единственная проблема, которую может вызвать наркотик. Некоторые сталкиваются с проблемами в первый же раз, у других проблемы появляются по мере более частого употребления. Наркотик может нанести ущерб вашему физическому и умственному здоровью, вашей семейной жизни, отношениям, работе или учебе. Употребление нелегальных наркотиков может втянуть вас в неприятности с законом или создать финансовые проблемы.

**Заблуждение:** Все незаконные наркотики одинаково вредны.

**Факт:** разные наркотики наносят разный вред. Некоторые вещества, как, например, героин, считаются более опасными, так как создают больший риск привыкания и передозировки, или потому что используются инъекционно. Однако, все наркотики влекут за собой риск.



Наркотики часто подразделяют на «тяжелые» и «легкие», но не все так просто.

**Заблуждение:** «У моего ребенка подросткового возраста резкие перепады настроения, он теряет интерес к учебе. Наверное, он сидит на наркотиках».

**Факт:** Родители часто спрашивают, как распознать, употребляет ли ребенок наркотики. Но относитесь к перечням признаков и симптомов с осторожностью. Многие из вероятных признаков, такие как резкие перепады настроения или потеря интереса к учебе или любимым занятиями – это часть поведения, характерного для подростков. Лучше сперва поговорить с ребенком, прежде чем делать поспешные выводы. Если обнаружили, что ваш ребенок употребляет наркотики, не паникуйте. Выясните подробности – что он принимает, как долго и почему. Поговорив с профессионалом, вы сможете решить, какие шаги предпринять. Вы можете помочь своему ребенку выработать трезвое отношение к наркотикам, сами при этом демонстрируя разумный подход – в частности, к легальным нарковеществам, таким как алкоголь и лекарственные препараты.

**Заблуждение:** Наркоторговцы соблазняют молодежь пробовать наркотики.

**Факт:** большинство молодых людей знакомятся с наркотиками через друзей или знакомых. Во многих случаях никто не навязывает молодым людям наркотики, они сами проявляют инициативу, чтобы попробовать их, зачастую из любопытства.

# Неплохо бы поговорить...и послушать!

Заводить разговор о наркотиках и их употреблении может быть нелегко. Возможно, вы чувствуете себя неловко, говоря о наркотиках, так как мало знаете о предмете. Возможно, вы не уверены, что можете поговорить с другим человеком и повлиять на него. Необязательно делать это в одиночку, можно получить дополнительные данные и поддержку.

Если кто-то из вашего окружения принимает наркотики, или же вы так считаете:

- Послушайте этого человека – важно понимать и уважать его чувства;
- Не отгораживайтесь от него;
- Постарайтесь узнать как можно больше, прежде чем начнете действовать.

## Куда обращаться за знаниями и поддержкой?

Организация Health Service Executive (HSE) занимается просветительской деятельностью по проблемам наркотиков, а также оказывает консультационные и лечебные услуги. Другие добровольческие организации также ведут просветительскую, консультационную и лечебную работу по всей стране.

Чтобы получить информацию об организациях в вашей местности:

Бесплатный телефон. Линия помощи по вопросам о наркотиках

**1800 459 459**

(Понедельник – пятница, 9:00 – 17:00)

Web: [www.drugs.ie](http://www.drugs.ie)

Или отправьте текстовое сообщение “**drugs**” на номер **51900**

Неплохо бы поговорить...и послушать!





### **Если вам или вашим близким срочно нужна помощь**

Если вы обнаружили близкого человека без сознания или в состоянии наркотического оцепенения:

- Сохраняйте спокойствие
- Наберите экстренный номер **999** или **112**.
- Обеспечьте этому человеку доступ воздуха.
- Переверните его на бок и старайтесь не оставлять его одного. Когда переворачиваете человека, проследите, чтобы он не соприкасался с иглами или другими острыми предметами.
- Отдайте любые порошки, таблетки или другие найденные вами предметы работникам скорой помощи.

### **Если вам кажется, что человек принял наркотики и нуждается в помощи:**

- Свяжитесь с местным доктором-терапевтом.
- Обратитесь в отдел скорой помощи ближайшей больницы.
- Наберите экстренные номера **999** или **112**.

# Что нужно знать о наркотиках

Существует 5 основных видов наркотиков, которые могут изменить ваше настроение или поведение. Большинство наркотиков подпадают под закон, называемый «Закон о злоупотреблении наркотическими веществами». Эти наркотики подпадают под категории «наркотики, подлежащие контролю», и разбиваются на различные группы, называемые «схемами».

«Схемы» группируют наркотики по тому, насколько они могут быть полезны и что нужно для контроля над их употреблением. Например, Схема 1 включают нарковещества, неприменяемые в медицине, такие как ЛСД и наркотики кустарного производства, такие как экстази.

В Великобритании наркотики объединяют в классы (А, В, С) в зависимости от того, как их трактует закон.



- **Депрессанты**, как, например, алкоголь, можно использовать для успокоения, расслабления, избавления от тревоги. Кроме того, они могут вызывать сонливость.
- **Седативные (успокаивающие)** средства включают бензодиазепиновые наркотики, такие как валиум. Их часто прописывают как успокоительное или снотворное. Общее воздействие подобно депрессантам, но они имеют другой механизм привыкания.
- **Опиаты**, также известные как наркотические анальгетики, являются сильными обезболивающими, которые вызывают чувство эйфории (счастья) и сонливость. Опиаты включают морфин, героин и метадон.
- **Стимуляторы (допинги)** – это наркотики, которые создают чувство бодрости, энергичности, уверенности и обостряют внимание. Наркотики-стимуляторы включают кокаин и амфетамины.
- **Галлюциногены** – это наркотики, которые создают странные яркие видения, называемые галлюцинациями. Эти ЛСД (кислота) и так называемые чудо-грибы.

Депрессанты и седативные средства часто называют успокаивающими, а стимуляторы часто называют возбуждающими. Многие наркотики нельзя отнести к какому-то одному типу. Например, марихуана может иметь и депрессивный эффект, и вызывать эйфорию. Экстази обладает и стимулирующим, и галлюциногенным воздействием.



# Марихуана

На сленге: «Мэри», «травя», «ганджубас»?

**Марихуана** – это растение, встречающееся в природе. Используется оно в трех основных формах. Наиболее распространенный тип называют смолой. Она имеет вид твердых темных комков или брусочков. Менее распространены листья и стебли растения, называемые «травой». Третий тип, масло марихуаны, в Ирландии мало распространен. Марихуану обычно смешивают с табаком, сворачивают в «косяк» и курят, но иногда ее даже готовят и едят.

**Воздействие:** «Кайф» от марихуаны состоит в том, что вы расслабляетесь, становитесь разговорчивым, ощущаете счастье. У некоторых возникает чувство, что время замедляется, а цвета, звуки и вкусовые ощущения становятся ярче. Вас может «пробить» на еду, то есть вызвать сильное чувство голода.

**Побочные эффекты:** марихуана может плохо сказаться на вашей памяти и способности концентрироваться, вы можете почувствовать усталость и уныние. Если вы не привыкли к марихуане или используете непривычно крепкую марихуану, то можете почувствовать тревогу, панику, смятение. У вас может возникнуть бред или галлюцинации.

**Риски:** многие считают марихуану относительно безопасным наркотиком. Но исследования доказывают, что долгосрочное употребление ведет к потере контроля за использованием и может привести к привыканию. Курение марихуаны увеличивает риск сердечных заболеваний и раковых опухолей, таких как рак легких, а также отрицательно сказаться на детородной функции. Если у человека уже есть какая-то скрытая проблема с умственным здоровьем, марихуана может спровоцировать шизофрению. В Ирландии вторым после алкоголя веществом, обнаруживаемым в крови нетрезвых водителей, является именно марихуана.



# Экстези

На сленге: «Витамин И», «И», конфета и др.

**Экстези** обычно изготавливают в сомнительных подпольных лабораториях в некоторых европейских странах. В основном, экстези продаются в таблетках с разными логотипами или узорами. Иногда таблетки экстези могут содержать другие наркотики или вещества.

**Воздействие:** от экстези вы как будто становитесь бодрее и легче сходитесь с людьми. Вы счастливы, спокойны и испытываете теплые чувства к окружающим. Звуки, цвета, эмоции как будто становятся ярче. У вас откуда-то берется энергия, и вы можете подолгу танцевать.

**Побочные эффекты:** экстези может вызвать повышенное сердцебиение, температуру и кровяное давление. Другие изменения в физическом состоянии включают мышечные боли, головокружение, сцепление челюстей и скрежетание зубов. Вы можете испытывать обильное потение, учащенное сердцебиение и дрожь во всем теле. Может наступить обезвоживание, дезориентация и усталость.

**Риски:** – большинство легальных нарковеществ (лекарства) сначала испытывают на животных, а употребляющие экстези являются «морскими свинками» из рода человеческого. Исследования уже показывают, что те, кто регулярно употребляет экстези по выходным, в середине недели испытывает сильнейший спад, когда они целыми днями чувствуют усталость и депрессию. Могут пройти годы, пока мы не узнаем долговременного воздействия, но те, кто употребляют этот наркотик, рискуют впоследствии своим психическим здоровьем. От экстези умирают довольно редко, чаще из-за вызванных этим наркотиком сердечных приступов, инфарктов или приступов астмы.



# Героин

На сленге – «Гарик», «Барбадос», «Гера», «Герасим», «Гербалайф», «Хмурый».

Героин изготавливают из морфина, одного из наркотиков, получаемых из опийного мака. Его могут колоть и курить, что называют «погоней за Горынычем».

**Воздействие:** после укола героина наступает быстрый прилив радостного возбуждения, а за ним следует умиротворенное, мечтательное состояние. Вам тепло, спокойно, дремотно. Боль, агрессия и сексуальное влечение снижаются.

**Побочные явления:** побочные эффекты героина и других опиатов (таких, как морфин и метадон) включает запоры, нарушение дыхательной функции. При этом, наибольшая опасность таится в передозировке и именно от инъекционного использования наркотика.

**Риски:** то, что продают на улицах под видом героина, может содержать другие наркотические вещества, или даже сахар, муку или тальк. Эти вещества на первый взгляд безвредны, но при введении в кровь инъекционно, они могут нанести громаднейший вред вашему телу, вызвав образование тромбов, нарывы или гангрену. Через чужой шприц можно заразиться ВИЧ и гепатитом В и С. Регулярное употребление героина, особенно инъекционно, чаще всего приводит к зависимости.

Метадон используется для заместительного лечения героиновой зависимости. Он имеет вид зеленой жидкости, которую пьют раз в день, чтобы избавиться от тяги к героину. Наибольший риск использования метадона – это смерть от передозировки.



# Кокаин

На сленге: Си, Цэ, иней, мел, снежок.

Кокаин имеет вид белого порошка, который получают из листьев коки – растения, произрастающего в основном в Южной Америке. Его обычно употребляют, втягивая порошок через нос. «Крэк» представляет собой не отдельное наркотическое вещество, а более сильную форму кокаина, легче вызывающую привыкание. Крэк или кристаллический кокаин в основном курят. Кокаин иногда колют или едят.

**Воздействие:** Кокаин является мощным стимулятором. Он обостряет чувства, вызывает прилив энергии, при этом подавляет чувство голода или жажды. Эффект длится до 20 минут. Курение кокаина в виде крэка вызывает кратковременный, но более сильный «кайф».

**Побочные эффекты:** Благодаря мощному воздействию кокаина, у вас возникает тяга. В больших дозах кокаин вызывает чувство истощенности, беспокойства, подавленности, а иногда агрессивность.

**Риски:** вдыхание кокаина может повлечь необратимые повреждения внутренней части носа. Кокаин также может нанести вред сердцу и легким, а в больших дозах может привести к смерти от сердечного приступа или образования тромбов. Одновременное употребление кокаина и алкоголя повышает риск сердечного приступа и смерти. Поедание кокаина может повредить ткани кишечника. Депрессия, которая наступает после «кайфа», может быть настолько сильной, что приведет к попытке самоубийства. При длительном или неумеренном, «запойном» употреблении возбуждение от кокаина может смениться перманентным состоянием беспокойства, бессонницей и потерей веса. У некоторых развиваются параноидальные психозы со склонностью к насилию. Сильная тяга к кокаину, особенно к крэку, может вызвать желание постоянно принимать наркотик, и вы можете потерять контроль над его употреблением.



# Амфетамины

На сленге «аппер», «быстрый», «скорость», Speed.

**Амфетамины** – это группа нарковеществ стимулирующего воздействия, причем некоторые из них когда-то использовались как таблетки для похудения. Обычно имеют форму бело-серого порошка и продаются завернутыми в бумагу. Обычно их глотают, но иногда колют или вдыхают. Тип амфетаминов, называемых «лед» или «кристалл» могут курить.

**Воздействия:** зависит от того, как вы принимаете наркотик. Если проглотить его, как порошок, то небольшая доза бодрит вас и делает более энергичными. В более крупных дозах при уколе или курении можно почувствовать прилив удовольствия. При неумеренном, «запойном» употреблении наркотика человек становится не в меру разговорчив и гиперактивен.

**Побочные эффекты:** как и в случае с другими стимуляторами, после «кайфа» приходит спад. В больших дозах амфетамины вызывают панику, параноидальные состояния и галлюцинации. При длительном использовании развивается состояние, известное как «амфетаминовый психоз», с симптомами, похожими на шизофрению. Паранойя может провоцировать «буйное» состояние, если вам покажется, что вас преследуют или вам угрожают.

**Риски:** амфетаминовый психоз может продлиться, даже когда человек прекратил прием наркотика. Если вы становитесь агрессивным или буйным, то можете попасть в опасные ситуации. Риск при инъекционном употреблении тот же, что и у других наркотиков, как, например, героина.





# Сольвенты

На сленге «клей».

Сольвенты включают продукты домашнего хозяйства, такие как клей, растворитель краски, жидкость для снятия лака, легкие виды горючего или аэрозоли, как, например, дезодоранты. Их можно вдыхать, пропитав ими кусок ткани, из рукава одежды или прямо из бутылки. Аэрозоли могут распылять прямо в рот. Злоупотребление сольвентами распространено среди подростков. Для большинства из них это мимолетное увлечение, но все-таки может создать огромные проблемы в школе и дома.

**Воздействие:** вдыхание сольвентов может вызывать «кайф» или состояние, похожее на алкогольное опьянение. Эффект обычно проходит через полчаса. Под воздействием сольвентов человек выглядит пьяным, язык у него заплетается, он заикается, хихикает, не контролирует свое поведение, а позже чувствует вялость.

**Побочные эффекты:** теряется способность трезво оценивать ситуацию, может появиться агрессивность. Также типичны галлюцинации, рвота и временные помутнения сознания. После употребления возникает «похмелье», сопровождаемое головными болями и невозможностью сосредоточиться.

**Риски:** смерть от злоупотребления сольвентами – редкое явление, но все-таки может наступить по ряду причин, причем при первом же употреблении этих наркотиков. Под воздействием сольвентов высока вероятность попасть в аварию или стать жертвой несчастного случая. Можно также просто задохнуться из-за сольвента, который вы распыляете прямо в легкие, захлебнуться собственными рвотными массами или подавиться предметом для распыления сольвента. От многих сольвентов также может наступить остановка сердца.



# ЛСД

На сленге: «кислота», «кислое», «Люся», «лимон», «лизер», «ликвид».

**ЛСД** обычно имеет форму крошечных таблеточек, упакованных в маленькие квадратики бумаги или картона. На таблеточках, как правило, есть логотипы или маленькие картинки. Эти таблеточки глотают.

**Воздействие:** ЛСД является галлюциногеном. Примерно через час после принятия таблетки начинается «приход», то есть, наркотический бред: вы как будто отправляетесь в «путешествие», где все окружение выглядит иначе, с необычными цветами, звуками и предметами. Во время этого «путешествия» у вас могут возникнуть видения, вы можете слышать голоса, а время может ускоряться или замедляться. Воздействие может длиться около 12 часов.

**Побочные эффекты:** тяжело спрогнозировать, что за «путешествие» вас ждет. Во время «плохого путешествия» со страшными видениями вы можете испугаться, почувствовать, что вы теряете контроль над ситуацией, сходите с ума или умираете. Это более вероятно, если перед приемом наркотика вы уже находились в тревожном или подавленном состоянии.

**Риски:** «плохое путешествие» с пугающими видениями может спровоцировать у некоторых умственное расстройство. «Хорошие путешествия» с радостными видениями тоже могут быть опасны, если, например, вы поверите, что сможете летать или ходить по воде. Даже через несколько недель или месяцев вас могут преследовать вспышки воспоминаний? кратковременные видения, как будто вы снова в «путешествии». Эти вспышки могут доставить вам немало беспокойства.

Чудо-грибы – это галлюциногенные грибы, растущие в дикой природе. Их едят сырыми, готовят или делают из них чай. Воздействие чудо-грибов похоже на ЛСД, только эффект мягче и мене длительный. Так же, как и в случае с ЛСД, ваше «путешествие» может оказаться плохим и пугающим. Так же высок риск того, что по ошибке вы съедите ядовитый гриб, приняв его за чудо-гриб.



## Другие наркотики, связанные с ночными клубами и дискотеками

### «Попперсы»

В химической терминологии – амилнитрит, бутилнитрит. «Попперсы» — это химические вещества в жидком состоянии, обычно в ампулах или маленьких бутылочках. Употребляют, вдыхая через нос пары из бутылочки.

Воздействие: попперсы вызывают кайф, длящийся около 5 минут. Кровяное давление падает, сердце бьется чаще. Может появиться повышенное сексуальное влечение и большее удовольствие от музыки и танца.

Побочные эффекты: Эти наркотики могут вызывать тошноту и головокружение, а иногда и временную потерю сознания.

Риски: «попперсы» особенно опасны для людей с сердечными или дыхательными проблемами. При проглатывании жидкости может наступить отравление.

### Кетамин

На сленге – «витамин К», «Кет», «Кетчуп».

Кетамин – это мощный транквилизатор (успокоительное) и анестетик (обезболивающее), используемый на животных. Его принимают в таблетках или втягивают через нос как порошок. Он вызывает галлюцинации, агрессивное поведение, кратковременную потерю сознания и временную слепоту.

### ГГБ

В химической терминологии – натрий оксибат или гаммагидроксibuтират. На сленге – «ГГБ», «жидкий экстази». Несмотря на сленговое название «жидкий экстази», ГГБ – это совсем другое химическое вещество, действующее совершенно иначе. Это анестетик (обезболивающее), от которого можно быстро потерять сознание.

# Факты о наркотиках

 Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte  
Health Service Executive

**Это твоя жизнь.  
Не сломай ее.**

[www.drugs.ie](http://www.drugs.ie)



Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte  
Health Service Executive

**Дополнительные экземпляры этой  
брошюры можно получить:**

- в отделе здравоохранения по месту жительства.
- HSE infoline 1850 24 1850
- [www.healthinfo.ie](http://www.healthinfo.ie)

Published by: Health Service Executive

Publication date: January 2008

Review date: January 2010

Order code: HPM00053