PRO ЗДОРОВЬЕ
РУСЛАН ИСАЕВ
ВРАЧ-ПСИХИАТР-НАРКОЛОГ, КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК
ЛЕЧЕНИЕ НАРКОМАНИИ
ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО К ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ
• ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВАШ БЛИЗКИЙ НАРКОМАН
• КАК ИЗБЕЖАТЬ МОШЕННИКОВ И НАЧАТЬ ПРАВИЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ
• ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О РЕАБИЛИТАЦИИ
• КАК ПОМОЧЬ НЕ ВЕРНУТЬСЯ К НАРКОТИКАМ
18+

Руслан Николаевич Исаев

Лечение наркомании. Практическое руководство к выздоровлению

Серия «PRO здоровье»

Издательский текст
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11317625
Лечение наркомании. Практическое руководство к выздоровлению: Издательство «Э»; М.; 2015
ISBN 978-5-699-82399-4

Аннотация

В книге известного врача-нарколога Руслана Николаевича Исаева собрана, структурирована и подробно разобрана вся информация, необходимая тем, кто столкнулся с наркозависимостью у близкого человека. Автор впервые детально раскрывает современные принципы и технологию реабилитации наркозависимых – основного метода помощи, приводящего к полному отказу от употребления наркотиков. Подобно путеводителю, книга ведет читателя по этапам заболевания – от момента знакомства с наркотическими веществами до момента выздоровления от зависимости. Читатель может обратиться к той главе книги, которая соответствует его жизненной ситуации.

Прочитав книгу, вы узнаете: какие бывают наркотические вещества и как они действуют на организм, почему и как люди начинают употреблять наркотики, как общаться с наркозависимым, что делать, если наркоман отказывается лечиться, как выбрать клинику и реабилитационный центр, в чем заключается работа специалистов при лечении наркомании.

Содержание

Введение 5
Что такое наркомания 7
Какие бывают психоактивные вещества 9
Опиаты и опиоиды 10
Кокаин 12
Другие психостимуляторы 15
Каннабиноиды 17
Галлюциногены 20
Спайсы 22
Снотворные и седативные препараты 25
Летучие растворители 27
Другие психоактивные вещества 29
Как начинают употреблять наркотики 34
Точки контакта 35
Приемы вовлечения 37
Внешние изменения 41
Тесты 45
Зависимость – распущенность или болезнь? 50
Конец ознакомительного фрагмента. 51

Руслан Николаевич Исаев
Лечение наркомании. Практическое руководство к выздоровлению

© Исаев Р. Н., 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2015

* * *

Книга доктора Р. Н. Исаева, может быть, самая важная на сегодня. Она освобождает от страха близких родственников человека, попавшего в ловушку наркотической зависимости, придавая им силы для его спасения. Многолетний опыт работы с наркозависимыми и их родственниками позволил автору бросить вызов «информационному беспорядку», сложившемуся вокруг темы «наркомания», и написать простое и понятное руководство для неравнодушных близких, позволяющее им преодолеть собственную неосведомленность и избежать ошибок в выборе верной дороги, ведущей к выздоровлению.

В отличие от подобного рода книг, освещающих проблему наркомании, в книге Р. Н. Исаева использован инновационный прием, дающий читателю возможность, «проходя по главам книги как по временной шкале развития заболевания и этапов его лечения», познакомиться с современными представлениями о наркомании как о болезни и вникнуть в построение процесса выздоровления.

Барцалкина Виктория Васильевна, заведующая лабораторией медико-психологической реабилитации Московского государственного психолого-педагогического университета

Доктор Исаев доступным языком раскрывает сложные темы лечения больных, особое внимание обращая на комплексный подход в лечении зависимых, в котором участвуют и врачи, и психологи, и консультанты, и родственники больных. Несомненным достоинством руководства является подробное изложение принципов реабилитации, дается примерная программа реабилитационных центров. При этом автор избегает необоснованных заверений в мгновенном исцелении от зависимости, разрушает мифы о «чудодейственных препаратах» и развенчивает авторитет различных «кудесников», ориентируя близких больных на долгую, последовательную и настойчивую работу в реабилитации наркозависимых – долгую дорогу, ведущую к выздоровлению.

Книга Руслана Николаевича очень своевременна и является, по сути, руководством к действию близким больных наркоманией. Хочется надеяться, что это пособие поможет спасти не одну жизнь.

Малыгин Владимир Леонидович, доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии ГБОУ ВПО «Московский государственный медико-стоматологический университет им. А. И. Евдокимова»

Введение

Эта книга написана в помощь неравнодушному человеку. В помощь тому, кто еще только догадывается, что наркотики вошли в жизнь его семьи, или тому, кто уже давно борется с зависимостью своего близкого. Неравнодушие не дает этим людям остаться в стороне, заставляет искать пути выхода из наркотического лабиринта или думать, как не углубиться в него, пока можно вернуться обратно. Таким людям сложно сидеть на месте – когда они видят наркотическую угрозу для своей семьи, они хотят действовать, чтобы близкие были здоровы и счастливы, чтобы наркотики не мешали их жизни и жизни тех, кто рядом. Близкие человека, употребляющего наркотические вещества, те его родные, кто взял на себя тяжелую ношу спасения, – это те люди, которые на самом деле и спасают наших пациентов. Сам наркоман редко когда обращается за помощью и, если рядом не находится кто-то, кому не безразлична его жизнь, как правило, гибнет.

Много работая с родными пациентов, мы обратили внимание на то, что им практически негде получить нужную и понятным языком изложенную информацию о том, с чем они столкнулись. В процессе работы на специально созданных психотерапевтических группах для родственников нам приходится рассказывать элементарные вроде бы вещи о наркотиках и наркомании, разрушать мифы, развенчивать авторитет различных «кудесников», показывать правильные пути выхода и убеждать не сворачивать в «темные закоулки» наркологии. В существующем информационном беспорядке, сложившемся вокруг темы «наркомания», оказывается очень сложно отделить главное от второстепенного, отфильтровать бесполезное и вредное, найти четкое руководство к действию, исходя из этапа развития заболевания. Многие из родственников прошли непростой путь, прежде чем они оказались на верной дороге, ведущей к выздоровлению. Многие, поддавшись недобросовестной рекламе, мнениям авторов заказных статей и ангажированных телепередач, едва не теряли своих близких в руках мошенников, сектантов или просто непрофессионалов.

Каждый раз, сталкиваясь с последствиями неинформированности, мы понимали, что назрела необходимость создать простое и понятное руководство, написанное именно для обычных людей, столкнувшихся с наркоманией. Мы написали эту книгу так, чтобы провести незнакомого с темой человека по всем этапам лечения наркозависимости, провести максимально короткой дорогой, рассказав о всех опасностях и ловушках на этом пути. Мы показали самый прямой путь к выздоровлению так, как видим его мы – профессионалы-практики, привыкшие добиваться результата. Это не близкий путь, но он приводит туда, куда нужно – к полному отказу от приема наркотика. Именно эту цель мы рассматриваем как результат лечения наркомании и думаем, что наш читатель в этом с нам солидарен.

Книга написана как «путеводитель по болезни». Первые ее главы рассказывают о наркотиках вообще, о том, как они могут попасть к человеку, и почему он может начать их употреблять, о том, что можно увидеть в человеке, когда он находится под действием наркотического вещества, о том, как человек и его окружение глобально меняются по мере погружения в болото наркозависимости. Последующие главы посвящены лечению наркомании, описанию того, с чем сталкивается зависимый и его родственники на каждом из этапов выздоровления. Мы подробно разбираем мифы, которые формируются вокруг этого процесса, указываем на опасности, даем инструкции и рекомендации, помогаем избежать ошибок. Читатель проходит по главам книги как по временной шкале развития заболевания и этапов его лечения.

Мы надеемся, что книга поможет всем, для кого наркомания не просто слово, а повседневная реальность. Мы верим, что после прочтения этого «путеводителя» вопросов, оставленных без ответа, не будет вовсе или их будет ничтожно мало, что дорога к выздоровлению

будет предсказуема и понятна. Мы хотим, чтобы ничто не помешало неравнодушным близким привести того, кто оступился, к счастливой жизни без наркотика.

Что такое наркомания

Наркомания – тяжелое хроническое заболевание, которое характеризуется пристрастием к употреблению психоактивных веществ, признанных наркотическими, сопровождается развитием психических и соматических (телесных) расстройств, разрушением социальных связей, деградацией личности.

Психоактивными веществами (ПАВ) принято называть вещества, прием которых вызывает у человека разнообразные психические изменения. Неоднократный прием ПАВ может приводить к формированию зависимости от данного вещества.

Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их так называемых прекурсоров (предшественников) утверждается Правительством Российской Федерации и регулярно обновляется. Эти обновления вызваны периодическим появлением на рынке новых синтезированных в подпольных лабораториях веществ, обладающих психоактивным действием.

Если речь идет о заболевании, вызванном приемом психоактивных веществ, не включенных в перечень наркотических средств, принято говорить о токсикомании.

Наркомания обязательно сопровождается так называемым **синдромом зависимости**, при котором наблюдается комплекс различных симптомов:

1. Непреодолимое влечение к ПАВ. Такое влечение называется компульсивным. Все мысли зависимого направлены на то, где добыть наркотик, чтобы как можно скорее его употребить. Бороться с таким влечением (наркоманы называют его «тягой») крайне сложно, все поведение зависимого подчинено только этой цели.

2. Снижение контроля за приемом. Зависимый не в состоянии самостоятельно, усилием воли снизить частоту потребления или дозу потребляемого вещества.

3. Абстинентное состояние, или синдром отмены. Возникает тогда, когда доза психоактивного вещества в организме снижается. При этом, в зависимости от того, какое вещество употребляется, наблюдаются те или иные психические и физические нарушения, которые очень тягостно переживаются зависимым. В этот момент усиливается «тяга». Употребление очередной дозы ПАВ в этом состоянии приводит к смягчению или полному исчезновению всех неприятных симптомов.

4. Анозогнозия – это составное слово, происходящее от греческих: «а» – частица, означающая отрицание, «nosos» – заболевание, «gnosis» – знание. Переводится оно примерно так: отрицание сознания болезни. Часто наркозависимые не признают свою зависимость. Многие соглашаются с тем, что употребляют наркотики, но говорят при этом: «захочу – брошу, но сейчас не хочу». Сама болезнь как бы охраняет себя от вмешательства извне, формируя у зависимого подобную убежденность. Ведь признание себя больным требует немедленных действий, направленных на выздоровление. В нашем случае – на отказ от приема наркотиков. В сущности, лечение и начинается с преодоления этого столь проблемного симптома.

5. Повышение устойчивости (толерантности) к веществу. Регулярное употребление ПАВ приводит к тому, что начальной дозы становится уже недостаточно для получения желаемого ощущения. И тогда наркозависимый, чтобы пережить то, что он переживал ранее, медленно начинает поднимать дозировку употребляемого вещества от приема к приему. В конце концов доза принимаемого вещества увеличивается многократно по отношению к первоначальной.

6. Продолжение приема ПАВ, несмотря на осознание пагубности последствий. Бывает так, что наркозависимый признает крайнюю тяжесть своего состояния, а также серьезность последствий дальнейшего употребления, но его это не останавливает.

7. Интересы личности сужаются. Жизненная активность наркозависимого все более подчиняется теме поиска и употребления психоактивного вещества. Разумеется, свойственная ему ранее социальная активность либо заметно сокращается, либо прекращается вовсе и человек полностью меняет социальное окружение на то, которое связано с наркотиком.

Если хотя бы три из представленных критериев наблюдаются более одного месяца, можно с уверенностью говорить о сформированном синдроме зависимости от ПАВ, а значит – о наркомании.

Наркотик, как говорят сами наркоманы, «умеет ждать». Поэтому зависимым можно стать в любом возрасте, в любом социальном положении, независимо от наследственности, социального статуса, пола, национальности. «Страховки» от данного заболевания не существует. Любой факт употребления наркотика – серьезнейший риск развития наркозависимости.

Какие бывают психоактивные вещества

Чтобы ориентироваться в вопросах лечения наркомании, нужно обладать некоторой базовой информацией о психоактивных веществах, вызывающих зависимость. Если вы просто интересуетесь вопросом, эта информация будет для вас предупреждением и, возможно, поможет быстро сориентироваться, если вдруг вы столкнетесь с человеком, который что-то употребляет. Если ваш близкий уже зависим, знание особенностей действия вещества поможет вам разобраться с тем, как развивается заболевание, как будет проходить выздоровление.

В связи с тем что с наркотиками, так или иначе, связано множество различных учреждений (клиники, правоохранительные органы, научные лаборатории и т. д.), некой единой классификации не существует. Для каждой системы составляется индивидуальная разбивка: по тяжести воздействия, по уголовной наказуемости, по веществам, из которых произведен наркотик.

Мы предлагаем простую классификацию, удобную для понимания, позволяющую сориентироваться практически во всем многообразии веществ, вызывающих зависимость.

> Одна из главных опасностей наркомании состоит именно в низком уровне информированности окружающих. Родственники знают минимум – то есть ровно то, что чаще всего мелькает на экране телевизора. И не видят никакой взаимосвязи между «безобидными» глазными каплями и заторможенным состоянием человека.
>
> «Ну, устал, бывает. Вот и капли капает – видимо, от работы за компьютером», – думают они, не подозревая, что на столе стоит лекарство, часто употребляемое зависимыми.

Опиаты и опиоиды

Группа сильнодействующих наркотиков, которые получают из млечного сока недозревшего опийного мака.

Традиционно под **опиатами** подразумеваются непосредственно алкалоиды (отдельные вещества, входящие в сок растения, обладающие тем или иным действием на человека) мака, а под **опиоидами** – их синтетические и полусинтетические аналоги и производные, которые получены искусственным путем.

Основные вещества, входящие в данную группу:

• **Героин** – один из наиболее распространенных в мире наркотиков, быстро (буквально со второй-третьей дозы) вызывающий психическую и физическую зависимость. Впервые был синтезирован в XIX веке и вскоре выпущен под торговой маркой «Героин» немецкой фармацевтической компанией BayerAG. Долгое время использовался в качестве лекарства от кашля, пока не был обнаружен наркотический эффект.

• **Опий** – некогда один из распространенных видов наркотических препаратов, получаемый из опийного мака, выглядит как коричневое смолистое вещество. На сегодняшний день практически не используется, уступая героину, для которого один из алкалоидов опия – морфин – является основой.

• **Морфин** – основной алкалоид опия. Морфин длительное время был модным препаратом, который употребляли многие представители «творческой богемы».

Длительное время не разрушается в организме, поэтому легко поддается определению.

• **Кодеин** – алкалоид опийного мака, используемый в качестве компонента в некоторых составных препаратах от кашля. Также входит в состав ряда болеутоляющих средств. В настоящее время лекарства, содержащие кодеин, внесены в перечень средств, подлежащих особому учету.

При превышении предписанной врачом дозировки может вызывать устойчивое привыкание. Кодеинсодержащие аптечные препараты применялись для производства на их основе очень опасного кустарного наркотика, вызывавшего тяжелейшие осложнения: язвенные поражения кожи, тяжелые инфекции, различные заболевания внутренних органов.

В 2012 году свободная продажа лекарственных препаратов, содержащих кодеин, была в России запрещена. Покупка и пересылка более 250 таблеток любого подобного средства стала уголовно наказуема. Это закономерно привело к снижению распространения получаемого из кодеина кустарного наркотика в стране.

• **Метадон** – синтетический препарат. Оборот метадона на территории РФ запрещен. Во многих зарубежных странах его применяют для так называемой альтернативной (заместительной) терапии наркотической зависимости, которая не поддерживается в нашей стране. Сторонники заместительной терапии утверждают, что замена уличных инъекционных наркотиков на метадон, который употребляется внутрь под контролем врачей, снижает общий криминальный фон, распространенность ВИЧ-инфекции, гепатитов.

Некоторые из препаратов опиоидного ряда официально производятся фармацевтической промышленностью и используются для обезболивания при онкологических заболеваниях и оперативных вмешательствах различной степени сложности.

> Длительное время алкалоиды опийного мака использовались в медицинских целях в качестве болеутоляющих препаратов. Затем, уже в качестве наркотика, получили распространение среди европейской богемы

как средство изменения сознания. И только в XX веке романтический «флер» был отброшен и опиаты были открыто заявлены в качестве одной из групп наиболее тяжелых психоактивных веществ.

Что ощущает потребитель:
• Состояние эйфории
• Ощущение отдаления событий
• Ощущение телесного благополучия
• Снижение актуальности проблем
• Сонливость

После периода эйфории человек, как правило, впадает в 2–3-часовой сон. В некоторых случаях после пробуждения наступает следующая стадия – беспокойство, подергивание рук, языка, век. Все эти признаки уже связаны с тяжелыми физическими и психическими нарушениями.

В процессе развития зависимости ощущения после употребления наркотика и поведение постепенно меняются: потребитель после очередной дозы становится достаточно активным – отличается быстрой речью, приподнятым настроением, ускоренным мышлением.

Внешние признаки опьянения опиатами:
• Бледная, сухая кожа
• Низкое артериальное давление
• Суженные почти в точку зрачки
• Плохая реакция зрачков на свет

Психические осложнения:
• Депрессия
• Приступы отчаяния
• Суицидальные наклонности

Признаки передозировки:
• Угнетенное сознание (вплоть до впадения в кому)
• Отсутствие реакции зрачка на свет сохраняется
• Угнетение дыхательной функции (дыхание прерывистое, шумное, редкое – 4–6 вдохов в минуту)
• Нитевидный, редкий пульс

Наибольшую опасность при передозировке представляют нарастающий отек легких и сердечная недостаточность.

Героиновая наркомания отличается наиболее частыми случаями смерти из-за передозировки, так как разница между наркотической и смертельной дозой ничтожно мала.

В период, когда концентрация опиатов в крови снижается и наркотик перестает действовать, возникает тяжелое состояние, которые сами наркоманы называют «ломкой». Возникают боли в суставах и мышцах, слезотечение, зевота, насморк, чувство озноба. Состояние настолько трудно переносимое, что наркоманы панически его боятся. Предвестники «ломки» побуждают зависимого искать новую дозу наркотика, чтобы избежать тягостных ощущений.

Кокаин

Алкалоид, который содержится в листьях ряда растений тропической зоны Южной Америки. В том числе в кокаиновом кусте. Данный препарат является вторым после опиатов по силе воздействия и потенциальной опасности для человеческого организма. Долгое время в России (по сравнению с другими странами) был распространен достаточно слабо из-за высокой стоимости.

Однако официальная статистика за последние годы сообщает о существенном росте «кокаинопораженных» регионов: если в 2004 году его изъятие было зафиксировано только в 12 регионах, то уже в 2013 году увеличилось до 47, что свидетельствует об интенсивной экспансии наркотика на территорию России.

Выпускается нелегально, в основном в трех формах:

• **Паста коки** – представляет собой бежевый, кремовый или беловатый влажный порошок с примесями.

• **Гидрохлорид кокаина** – очищенный вариант кокаина, наиболее распространенная форма выпуска, представляющая собой белый порошок (возможно, с желтоватым или кремовым оттенком).

• **Крэк** – так называемый «кокаин для курения», в процессе употребления кристаллы лопаются с характерным звуком (от которого и пошло название). Наиболее опасная разновидность кокаина – **как правило, достаточно 1 дозы, чтобы человек стал зависимым**.

Что ощущает потребитель:

Искусственно созданные, неестественные для организма и психики:

• Эйфория
• Энергетический подъем
• Повышение физической активности
• Снижение аппетита
• Сокращение времени сна

После окончания действия наркотика все подавленные ощущения (голод, усталость) восстанавливаются и возрастают. Соответственно возникает потребность в приеме новой дозы.

Время действия кокаина колеблется в диапазоне 25–40 минут. С каждым разом требуется все большая доза. Как правило, через несколько суток человек приходит к физическому и психическому истощению, сопровождающемуся бессонницей и ощущением подавленности.

Признаки опьянения кокаином:

• Потливость
• Пониженный или отсутствующий аппетит
• Бледная кожа
• Дряблость мышц
• Повышенная температура тела
• Повышенное артериальное давление
• Одышка
• Тахикардия (учащенное сердцебиение)

Психические осложнения:

• Раздражительность
• Агрессивность
• Мнительность
• Депрессии
• Галлюцинации
• Склонность к суициду

Физические осложнения:
• Нарушения сна (в том числе бессонница)
• Головная боль
• Тошнота
• Насморк
• Носовые кровотечения
• Атрофия слизистой носовой полости
• Тремор
• Судорожные припадки
• Нарушения работы сердца (аритмия, стенокардия, инфаркты)
• Инсульты

Длительное употребление кокаина постепенно приводит к ухудшению памяти, полному физическому истощению, снижению иммунитета (с сопутствующей предрасположенностью к инфекционным заболеваниям).

Чаще всего летальный исход при употреблении кокаина вызывается сердечной недостаточностью, передозировкой или суицидом, совершенным в состоянии психоза.

Симптомы передозировки:
• Растущее беспокойство, сопровождающееся галлюцинациями
• Судороги
• Боли за грудиной
• Угнетение дыхательной системы (вплоть до отека легких)
• Патологии в работе сердечно-сосудистой системы

При передозировке возникает высокий риск летального исхода вследствие аритмий, внутричерепного кровоизлияния, гипертермии или эпилептического припадка.

В основную зону риска при приеме кокаина входят взрослые, состоявшиеся люди. Прежде всего, по причине того, что кокаин очень дорог. Но тех, кто может себе его позволить, привлекает, во-первых, возможность использования наркотика без инъекций. Во-вторых, кокаин не вызывает «ломки», как при употреблении опиатов. И это создает обманчивое ощущение безопасности.

Между тем синдром отмены кокаина также весьма тяжел. Снижение дозы этого наркотика в организме приводит к тяжелым психическим нарушениям.

Синдром отмены сопровождается:
• Бессонницей
• Высокой утомляемостью
• Подавленностью
• Отсутствием аппетита
• Нарушением полового влечения
• Невозможностью найти себе место

Чувства удовлетворенности и покоя недостижимы.

Состояние абстиненции продолжается от нескольких дней до нескольких недель. Все это время человека сопровождает чувство вины и тревоги, уверенность в собственной никчемности и безнадежности.

Основная проблема в лечении состоит в том, что этот наркотик вызывает мощное психическое привыкание. Поэтому традиционные методы «детоксикации» (не совсем верный термин, и позже мы объясним почему) на начальном этапе терапии оказываются неэффективны.

Кокаин относится к группе психостимуляторов, однако в силу его высокой распространенности, скоростному развитию зависимости и масштабному влиянию на все системы организма, мы решили выделить его в отдельный подраздел. Далее расскажем о других, менее распространенных, но зачастую не менее опасных стимуляторах.

Другие психостимуляторы

Психостимуляторы – группа наркотических препаратов, вызывающих искусственную умственную или физическую стимуляцию.

Основные вещества, входящие в данную группу:

• **Амфетамин** – стимулятор центральной нервной системы. Действие его схоже с кокаином. При частом употреблении ведет к тяжелым нарушениям психики. Амфетамин является одним из средств, часто распространяемых в молодежной среде.

• **MDMA («экстази»)** – полусинтетическое амфетаминовое соединение. Потребители испытывают ложное чувство благодушного доверия по отношению к другим людям. Ускоряет сердечный ритм и дыхание, временно повышая активность.

• **Кофеин** – алкалоид, который содержится в чае, кофе. Сам по себе, в умеренных дозах, кофеин безвреден. Однако регулярное употребление высоких доз вызывает устойчивую зависимость. Настороженность должно вызывать поведение человека, регулярно употребляющего чай или кофе в непривычно больших количествах.

• **Эфедрин** – алкалоид, содержащийся в растении эфедра. Препараты с концентрацией эфедрина более 10 % на территории России запрещены к производству и распространению. Препараты с меньшей концентрацией строго контролируются.

Постоянное употребление эфедрина вызывает сильное снижение массы тела. Это незаконно используют некоторые составители БАДов, которые обещают стремительное похудание. Настороженность к биологически активным добавкам, особенно поступающим на наш рынок нелегально, должна обязательно присутствовать. Если человек употребляет такие добавки, он не должен быстро худеть. Если это происходит, скорее всего в состав БАДа входит запрещенный стимулятор.

Что ощущает потребитель:

• Повышение активности
• «Ускорение мыслей»
• Снижение усталости

Существуют и специфические эффекты, как, например, повышенная общительность. Однако все эти эффекты при систематическом употреблении сменяются тяжелыми последствиями.

Симптомы приема наркотика:

• Повышенная болтливость с постоянно повторяющимися словами и выражениями
• Упадок физических сил
• Бледная кожа
• Сухие губы
• Частый пульс
• Повышенное давление

Зачастую прием психостимуляторов сопровождается неудержимым желанием «творить» – человек начинает рисовать, сочинять стихи, играть на музыкальных инструментах. Важно отличать действительно неожиданно появившееся увлечение от последствий приема наркотических препаратов. «Наркотическое творчество» всегда отличает завышенная самооценка и нежелание развиваться. Если человек, действительно увлекшийся гитарой, будет

заниматься, тренироваться, искать какие-то уроки и курсы, то зависимый будет уверен, что его «3 аккорда» – это уже верх совершенства, не требующий дальнейшего развития. И доказать обратное будет очень сложно.

Психические осложнения:
• Раздражительность, агрессивность
• Расстройства сна
• Снижение аппетита
• Повышенная утомляемость

Физические осложнения:
• Перебои в сердечной деятельности
• Мышечная вялость
• Нарушения функций мочеполовой системы
• Нарушения обмена веществ

Отдельную опасность представляют собой не только последствия длительного приема наркотика или передозировка, но и риск обезвоживания сразу после получения дозы. Дело в том, что многие препараты-стимуляторы (в том числе «экстази») способствуют выведению жидкости из организма, и человек банально забывший попить, может буквально через несколько часов погибнуть.

Симптомы передозировки:
• Тахикардия
• Повышенное артериальное давление
• Бледность кожных покровов

При обнаружении признаков передозировки необходимо срочно вызвать «Скорую помощь», так как состояние очень быстро может ухудшиться и привести к гибели человека.

Каннабиноиды

Каннабиноиды – наркотические вещества, встречающиеся в некоторых видах конопли. Воздействуют на так называемые «каннабиноидные рецепторы» в центральной нервной системе, вызывая психотропный эффект. К данной категории относятся как вещества растительного (натурального) происхождения, так и искусственные препараты с родственной структурой и аналогичным воздействием на физиологию и психику человека.

Основные вещества, входящие в данную группу:

• **Марихуана** – приготовляется из высушенных частей растения конопли. Представляет собой сухую коричневатую растительную массу, похожую на специи или молотую траву.

• **Гашиш** – приготовляется из цветков конопли. Именно от названия этого наркотика произошло наименование знаменитых восточных наемников-убийц «ассасинов» (изначальный вариант «хашишины»). Считается, что готовность этих воинов к смерти определялась действием гашиша. Представляет собой однородное вещество серого, коричневатого или черного цвета.

• **ТГК (тетрагидроканнабинол)** – основное действующее начало анаши и гашиша, химическое вещество – алкалоид конопли. Помимо ТГК, в конопле множество других веществ, оказывающих влияние на психику человека, но данный алкалоид – основной.

В некоторых странах марихуана является полулегальным или даже разрешенным препаратом. На этом факте могут «играть» наркодилеры, вовлекая новичков в употребление. Мол, «в России много чего запрещено». Человека убеждают, что это «просто веселое курение», «марихуана менее вредная, чем никотин». Все это безусловно ложь, но наркоторговцами преподносится она очень убедительно.

Крайне редко человек остается только потребителем марихуаны (которая сама по себе оказывает значительное негативное влияние), гораздо чаще происходит постепенный переход на более тяжелые наркотики, вплоть до героина. Не случайно каннабиноиды называют «входными воротами в наркоманию».

> На сегодняшний день каннабиноиды занимают второе место по распространенности среди интоксикантов (химических веществ, вызывающих зависимость) – свыше 70 % изымаемых препаратов растительного происхождения составляют именно наркотики на основе конопли.

Что ощущает потребитель:

• Прилив тепла
• Приподнятость настроения
• Периодические приступы смеха, чаще – беспричинные
• Некоторое ускорение темпа мышления
• Обманы восприятия (цвета кажутся ярче, чем обычно, а звуки – гулкими, иногда с эхом)

Первые дозы каннабиноидов поначалу вызывают озноб, горечь во рту, тошноту (иногда со рвотой), жажду, сильный голод (с желудочными спазмами). И только через какое-то время наступают остальные эффекты.

На этой стадии постепенно теряется контакт с окружающими (из-за несвязной речи и слишком быстрой смены мыслей и ассоциаций). Например, начинает раздражать, что другие не разделяют веселья и не понимают человека.

Спустя некоторое время начинаются противоположные ощущения: затормаживается мышление, появляется страх, ухудшается настроение. Причем чем сильнее было нарушено душевное равновесие до приема наркотика, тем сильнее проявляются отрицательные эмоции под воздействием каннабиноидов.

Если беспокойство перерастет в панику, не исключены скачки агрессии, способные довести до правонарушения или депрессии, соответственно приводящей к суициду.

Симптомы применения каннабиноидов:
- Снижение связности речи
- Покраснение глаз
- Беспричинный громкий смех
- Ощущение голода

Когда эффект начинает проходить (без приема дополнительной дозы – максимум через 8–10 часов), нарастают упадок сил, вялость и сонливость.

Особенностью каннабиноидов является способность соединяться с жирами, поэтому они постепенно накапливаются в организме, в том числе и в тканях головного мозга, и очень долго выводятся. Соответственно, при частом курении марихуаны или гашиша происходит усиление действия как на психику, так и на организм в целом.

Психические осложнения:
- Нарушения кратковременной памяти
- Нарушение функционирования нервной системы
- Снижение умственных способностей
- Неадекватность восприятия (в том числе времени)
- Нарушение логического мышления

Физические осложнения:
- Все осложнения, которые могут быть у обычных курильщиков
- Снижение иммунитета
- Нарушение менструального цикла (у женщин)
- В тяжелых случаях нарушение образования сперматозоидов (у мужчин)
- В ряде случаев – онкологические заболевания из-за канцерогенного действия дыма

Ключевая опасность – способность передаваться от беременной матери к плоду, а через молоко – к грудным детям.

Кроме того, в дыме гашиша и марихуаны содержание некоторых канцерогенных компонентов на 70 % выше, чем в табачном дыме, что создает дополнительный онкологический риск.

Симптомы передозировки:
- Повышенное потоотделение
- Головокружение
- Обморок
- Тремор (дрожь в конечностях или теле)
- Тошнота

- Учащенное сердцебиение
- Навязчивые идеи
- Ощущение замедленности времени
- Сонливое состояние
- Затрудненность речи и мышления
- Раскоординация движений

При употреблении каннабиноидов вероятность смерти от передозировки крайне мала, поскольку, к примеру, для создания риска летального необходимо употребить действующего вещества в объеме 40 000 доз. Однако для того, чтобы проявились эффекты передозировки, достаточно 3–4-кратного превышения привычной дозы.

Галлюциногены

Галлюциногены – группа психоактивных веществ, способных вызывать галлюцинации или бредовые состояния. Помимо постепенного развития зависимости, особенно опасно возникновение так называемых «отсроченных галлюцинаций». В этом случае человек может погрузиться в галлюцинаторные переживания спустя несколько часов после приема наркотика. Зачастую это приводит к трагическим последствиям, так как происходит в самые неожиданные моменты, требующие, например, предельной концентрации внимания как при управлении автомобилем.

Основные вещества, входящие в данную группу:

• **LSD** – полусинтетическое вещество, открытое в 1938 году. Долгое время LSD изучали, рассчитывая через вызванное галлюцинаторное состояние понять психическое заболевание – шизофрению. Однако идентичность этих двух состояний так и не была доказана.

Для получения эффекта от LSD требуется ничтожно малая доза, и это значительно облегчает контрабанду данного наркотика (по сравнению с героином и кокаином).

Галлюцинации после его приема могут продолжаться от 6 до 12 часов.

LSD не оказывает какого-либо заметного влияния на физиологические процессы в организме. Этим часто пользуются наркодилеры, убеждая человека попробовать данный вид наркотика – «мол, это совершенно безопасно».

При этом не упоминается, что LSD вызывает мощные изменения в психике, многократно усугубляя любые психологические нарушения и провоцируя развитие психических патологий, зачастую необратимых.

• **Псилоцибин** – алкалоид, содержащийся в различных видах грибов. По своему эффекту схож с действием LSD. Так же, как и LSD, псилоцибин вызывает мощнейшую психологическую зависимость.

• **Мескалин** – алкалоид, который содержится в некоторых кактусах. Эффект от приема этого психоделика описан в серии книг Карлоса Кастанеды.

• **DMT** (диметилтриптамин) – сильнодействующее психоактивное вещество. Впервые было выделено из корня мимозы, но содержится во многих других растениях.

Чаще всего подобные вещества распространяются наркодилерами в виде так называемых «марок» – кусочков бумаги, пропитанных раствором вещества. «Марочный» способ является наиболее распространенным, в том числе из-за того, что такие бумажки легко спрятать.

Что ощущает потребитель:

• Усиленное восприятие цветов
• Узоры в пространстве перед собой при закрывании глаз
• Изменение ощущения времени
• Деперсонализация (изменение ощущения собственного «я»)
• Интенсивные галлюцинации (вплоть до чудовищных существ, видений своего рождения или смерти)
• Мистические переживания
• Ускорение мыслительных процессов

Практически у всех галлюциногенов эффект от приема может значительно отличаться от раза к разу и даже резко изменяться в течение действия одной дозы.

Симптомы приема наркотика:
• Неадекватное поведение
• Головокружение
• Тошнота (иногда со рвотой)
• Головная боль
• Сухость слизистых оболочек
• Тревожность
• Иррациональность мышления
• Неконтролируемые приступы смеха

При обнаружении симптомов приема галлюциногенов, тем более если становится понятно, что человек находится в стадии активной галлюцинации, необходимо не откладывая обратиться за медицинской помощью и обеспечить условия, при которых зависимый не сможет навредить сам себе. Вы никогда не предугадаете, что ему померещиться в следующий момент.

Психические осложнения:
• Развитие острых психических расстройств.

Помимо этого проблематика галлюциногенов заключается в том, что их активно предлагают не только в клубах, но и в различных «мистико-духовных» общинах. Это не обязательно секты – бывает, люди искренне считают, что таким образом получают «единение с Богом», «душевный подъем», уже не осознавая, что безвозвратно рушат психику.

Спайсы

Согласно официальной государственной статистике, только за первое полугодие 2014 года в России было выявлено и ликвидировано 11 подпольных лабораторий по изготовлению синтетических наркотиков. Из них 7 располагались в Московской области и еще 2 – в Москве. Там создавали уже готовый продукт: пропитывали основу растения синтетическим наркотиком и высушивали, потом фасуя по пакетикам. Саму же «синтетику» для подпольного производства завозят из Юго-Восточной Азии. Иногда почти легально: под видом, например, солей для ванн, кормов для грызунов, подкормки для растений. Иногда под этим видом спайсы и продаются.

Поскольку синтетических вариаций много, их комбинация в одном «миксе» может быть самой разнообразной. Именно поэтому спайсы еще называют «дизайнерскими наркотиками», подразумевая, что при изготовлении у «химика», как и у повара, работает творческая фантазия.

Спайсы (синтетические каннабиноиды) – это курительные смеси, включающие различные растительные и искусственно созданные наркотические вещества. Обычно это какая-то высушенная растительная основа типа обычного табака, которая пропитывается раствором синтетического наркотика, изготовленного в подпольной лаборатории. На сегодняшний день многие «ингредиенты» спайсов официально запрещены в России, однако состав смесей постоянно меняется, «химики» добавляют в него новые и новые элементы, еще не запрещенные, а потому остающиеся за рамками наказуемости. По данным ФСКН, ежегодно появляется до 350 новых видов спайсов.

Именно поэтому спайсы пока не определяются домашними тестами, и даже в условиях клинического лабораторного исследования не всегда удается распознать все психоактивные вещества, оказавшие влияние на пациента.

Их часто называют соли, синтетика, курительные смеси, миксы, дизайнерские наркотики, легалка. По сути, это название одного и того же класса наркотиков, внутри которого насчитывается множество модификаций.

История спайсов в нашей стране насчитывает чуть больше десятка лет. В середине 2000-х они вполне легально продавались под видом курительных смесей. Отсюда пошло сленговое название «легалка». Именно тогда можно было встретить составы, в основу которых входили высушенные растения, которые в той или иной мере обладали психотропным действием и при регулярном употреблении могли вызывать привыкание. В последнее время эти растения практически не используются подпольными производителями, т. к. были запрещены Роспотребнадзором еще в 2009 году. А чуть позже и многие синтетические компоненты спайсов также попали под запрет.

Наибольшую опасность представляют именно синтетические компоненты, которыми пропитывается курительная смесь.

Это искусственно созданные каннабиноиды, в целом, схожие с марихуаной и ТГК по химической формуле, эффекту и воздействию на организм. Хотя последние синтетики по эффектам далеко ушли от «марихуаноподобного» действия и могут действовать как стимуляторы или галлюциногены.

Распространители обычно заявляют, что многие растительные компоненты, входящие в состав, имеют официальное медицинское применение (или название, схожее со вполне безобидным растением). Поэтому декларируется заведомая «безопасность» смеси («это всего

лишь лекарственные травки»), а иногда даже польза. Якобы спайсы прочищают дыхательные пути, тонизируют организм. К этому чудовищному искажению реальных фактов добавляются какие-нибудь выдумки относительно того, что «наши предки веками курили именно такие травки, поэтому долго жили и не болели».

Одним словом, пользуясь неосведомленностью граждан, распространители формируют настолько положительное восприятие спайсов, что, становясь зависимым, человек все еще считает, будто не делает ничего дурного или опасного.

> Стремительно расширяется методика сбыта препаратов через определенным образом зашифрованные схемы передачи информации, с помощью зарегистрированных за рубежом сайтов и т. д. В последнее время такие сайты активно блокируются Роспотребнадзором, но «продвинутые» пользователи легко обходят блокировки с помощью специальных сайтов-посредников, так называемых «анонимайзеров». Обычно подобные сайты предлагают вписать адрес интересующего сайта в специальном окошке на своей страничке, после чего открывают искомую страницу, невзирая на запретные меры. Повышенный интерес к сайтам-анонимайзерам может косвенно свидетельствовать об интересе к запрещенной продукции.
>
> Оплата спайсов обычно производится через уличные платежные терминалы на анонимные счета. Как правило, после покупатель получает СМС с указаниями, где взять «товар». Таким образом, нет даже контакта с продавцом, что, конечно, затрудняет работу правоохранительных органов.

Что ощущает потребитель:

• Состояние расслабленности
• Ощущение тепла
• Ускоренный темп мышления
• Обострение зрения и слуха (вплоть до возникновения галлюцинаций в виде эха или гула, сопровождающего каждый звук)

Могут проявляться и другие эффекты – все зависит от состава конкретной смеси. Как мы уже упоминали, регулярно выпускается такое разнообразие веществ, что подробное описание возможных состояний, сопутствующих приему спайсов, может составить отдельную книгу.

Симптомы применения спайсов:

• Усиленный аппетит
• Немотивированные изменения давления или пульса
• Расширенные зрачки
• Перепады настроения (от беззаботного веселья до немотивированной обидчивости и агрессии)

Зависимость развивается очень быстро из-за того, что основной эффект короткий – 2–3 часа. Соответственно, чтобы поддерживать желаемое состояние наркотического опьянения, человеку нужно часто курить. Порой человек не видит ничего страшного в том, чтобы принять новую дозу, даже когда эффект от предыдущей еще не исчерпан. При этом не задумывается о какой-либо наркотической зависимости и тем более о необходимости лечения.

Эффекты (и, соответственно, симптомы) от применения также могут различаться, поскольку состав зачастую не соответствует заявленному «производителем»: от одной смеси

человека может охватить беспричинное веселье, от другой, с тем же названием, взятой у того же дилера, – столь же беспричинная агрессия.

В настоящее время наблюдается вытеснение с наркорынка традиционных наркотиков спайсами. В клинике все реже можно встретить наркомана, который употребляет только, например, героин и ничего более. Как правило, традиционные наркотики сопровождаются спайсами: кто-то пытается разнообразить ощущения, кто-то снижает дозу героина, кто-то пытается заменить спайсами традиционный наркотик, а кто-то считает, что с их помощью легче перенесет ломку, и пытается отказаться от опиатов.

> Государственная Дума РФ приняла Федеральный закон, который предоставляет соответствующим надзорным органам право запрещать новые психоактивные препараты. Теперь при появлении на рынке нового вещества, подозреваемого в высоком наркотическом потенциале, без проведения долгосрочных экспертиз сразу может быть введен запрет на его оборот.

Психологические последствия:
- Ухудшение памяти
- Снижение способности к концентрации
- Упрощение мышления
- Снижение интеллектуальных способностей
- Психозы (зачастую схожие с психозами при шизофрении)
- Тревожные состояния

Физиологические последствия:
- Учащенное сердцебиение
- Повышенная утомляемость
- Патологии сердечно-сосудистой, пищеварительной и дыхательной систем
- Повышенный риск развития злокачественных опухолей

Помимо препаратов, вызывающих зависимость и сопутствующие физические и психические нарушения, в состав спайсов могут входить ядовитые вещества, употребление которых приводит к тяжелым отравлениям.

Симптомы передозировки:
- Учащенный пульс
- Прерывистое дыхание
- Галлюцинации/бред
- Ажитация (возбуждение, сопровождающееся страхом)

Высокий риск передозировки возникает именно из-за того, что спайсы курят. В результате потребители могут начать «тянуть одну за одной», не потому что хотят возобновить эйфорию, а просто так – за компанию. Все это может подкрепляться алкоголем, который, во-первых, усиливает воздействие психотропных веществ, а во-вторых, снижает концентрацию и внимательность, и человек действительно может вовремя не остановиться, даже не задумываясь об этом.

Снотворные и седативные препараты

Обычно используются для снижения эмоционального напряжения (седативные препараты) и нормализации сна (снотворные). Однако в силу воздействия на центральную нервную систему, при неконтролируемом постоянном приеме большинства препаратов данной группы возникает устойчивая зависимость и причиняется существенный вред организму и психике.

Основные наркотические вещества, входящие в данную группу:

• **Барбитураты** – производные барбитуровой кислоты, оказывающие угнетающее действие на центральную нервную систему. Для зависимости от барбитуратов характерен очень тяжело протекающий синдром отмены, часто сопровождающийся серьезными осложнениями.

• **Транквилизаторы (анксиолитики)** – психотропные препараты, снимающие тревогу, снижающие чувство напряжения и редуцирующие различные страхи. Препараты группы транквилизаторов нельзя принимать более 2–3 недель в силу высокого риска развития зависимости. Наиболее быстро возникает привыкание к транквилизаторам так называемого бензодиазепинового ряда.

Как правило, их употребляют либо люди, уже зависимые от другого наркотика, для облегчения абстиненции на период невозможности достать дозу, либо те, кто таким образом пытается усилить эффект алкогольного опьянения. Однако это крайне опасно развитием тяжелейших осложнений, вплоть до смертельного исхода.

Необходимо понимать недопустимость приема лекарственных препаратов без назначения врача – даже если какое-то лекарство посоветовали друзья или знакомые с заявкой «а вот мне так хорошо помогает от головы/при боли в мышцах/когда не высыпаюсь».

Что ощущает потребитель:

• Отсутствие тревожащих мыслей, страхов
• Самоуверенность
• Вялость, слабость («плавающее состояние»)
• Эффект, похожий на алкогольное опьянение

Эффект от приема снотворных и седативных веществ «рука об руку» идет с психологическими осложнениями. Так, например, снижение тревожности сопряжено со снижением внимания и реакций. Результатом злоупотребления препаратами данной группы становятся транспортные происшествия, многочисленные несчастные случаи – гибель при переходе улицы, на железной дороге, в метро и т. д.

Когда принятые вещества выводятся, наступает глубокий 3–4-часовой сон, после которого ощущаются вялость, разбитость, невозможность сосредоточиться. Характерными признаками этой «фазы» являются головная боль, мышечная слабость и тошнота (иногда со рвотой).

Симптомы приема:

• Вялость
• Мышечная слабость
• Смазанная речь
• Размашистые, несогласованные движения
• Пошатывающаяся походка с подгибающимися коленями

Такие симптомы могут свидетельствовать не только о действии препаратов снотворного и седативного ряда, они могут наблюдаться и при тяжелых нарушениях кровообращения в центральной нервной системе. **Поэтому при обнаружении подобных признаков необходимо незамедлительно обратиться к врачу**, так как промедление может угрожать не только здоровью, но и жизни человека.

Психологические осложнения:
• Ухудшение памяти
• Снижение умственных способностей
• Снижение внимания
• Нарушение концентрации
• Снижение скорости реакций
• Искажение восприятия
• Эмоциональные расстройства
• Озлобленность, конфликтность при длительном употреблении

Последний пункт зачастую приводит к необоснованному агрессивному поведению.

Возможные осложнения:
• Бронхиальный спазм
• Нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта
• Кардиодепрессивный эффект (угнетение сердечного ритма)
• Снижение мышечного тонуса и мышечной управляемости

Симптомы передозировки:
• Угнетение дыхательной функции
• Нарушение сердечной функции

Прием барбитуратов и транквилизаторов опасен именно тем, что под их влиянием утрачивается осознание опасности. Возможно бесконтрольное увеличение дозы, закономерно приводящее к передозировке и последующему летальному исходу.

Зависимость от барбитуратов и транквилизаторов довольно часто встречается у пожилых людей. Толчком к развитию заболевания в этих случаях служит ситуация, когда «кто-то посоветовал» или недобросовестный врач назначил, а потом «забыл отменить» препараты этого ряда. Получив в самом начале желаемый эффект (например, стал лучше сон), пожилой человек вынужден в дальнейшем повышать дозировку препарата, понимая, что прежняя доза уже не действует. Так и втягивается, оставаясь часто один на один со своей проблемой.

Пристрастие к данным веществам требует вмешательства специалиста, чтобы максимально безопасно прошел синдром отмены и были откорректированы состояния, на которые изначально было нацелено действие этих лекарств.

Летучие растворители

Летучие растворители – токсичные вещества различных химических групп, которые потребители обычно вдыхают. Как правило, это какие-то совершенно обычные составы, применяющиеся в быту: клеи, лаки, растворители, бензин, очистительные жидкости и т. д.

Естественно, официально к продаже они не запрещены, и в этом заключается главная опасность. Как правило, возраст зависимых колеблется от 8 до 16 лет. Потребление, как правило, происходит в подростковых компаниях – кто-то кому-то что-то рассказал, кто-то что-то прочитал и решил попробовать. А дальше подобное «развлечение» может стать привычным занятием. Создается впечатление чего-то не страшного – это же не героин и не кокаин. Кажется, что всегда можно отказаться, но, как правило, все заканчивается зависимостью и тяжелыми осложнениями.

Что ощущает потребитель:
- Эйфория
- Легкость
- Расслабленность
- Измененное сознание

Большинство летучих растворителей имеет свойство накапливаться, причиняя все больший и больший вред организму.

Ощущения, как правило, длятся от 10 до 30 минут, а уже через час не остается никаких симптомов, по которым неспециалисту можно было бы определить факт недавнего употребления. Поэтому, если не присматриваться к человеку, длительное время можно оставаться в неведении, пока не произойдет передозировка или не начнутся видимые физиологические изменения.

Симптомы наркотического опьянения:
- Нарушенная координация
- Вялость
- Сниженная чувствительность к боли
- Приступы паники

При поступлении паров в дыхательные пути вещества быстро попадают в кровь и достигают головного мозга. В первую очередь, поражается кора больших полушарий, и только потом – структуры так называемого продолговатого мозга, в котором находятся центры, поддерживающие функцию дыхания и сердцебиения. При их угнетении возможен быстрый смертельный исход. Но чаще всего зависимый прерывает ингаляцию до этого момента.

Зачастую причиной прерывания вдыхания паров летучих растворителей является тошнота – естественная реакция организма на поступившие токсины. Проблема в том, что со временем этот «отклик» запаздывает, и с каждым разом отравление парами приводит к нарастанию поражения клеток головного мозга.

Психические последствия:
- Нарушения памяти
- Снижение интеллектуальных способностей
- Снижение самоконтроля

Физические последствия:
• Патологические изменения печени
• Нарушения мочеполовой системы
• Поражение тканей костного мозга
• Повышенная утомляемость
• Регулярные головные боли

Нередко длительный прием приводит к причинению травм самому себе – потребителей забавляет снижение болевой чувствительности, и они начинают проверять ее границы, заходя все дальше и дальше. Кроме того, летучие вещества легко воспламеняются, что, при учете нарушенной координации движений у зависимых, часто приводит к возникновению пожаров и получению тяжелых ожогов (иногда – с летальным исходом).

Другие психоактивные вещества

Помимо «классических» психоактивных веществ, существуют и редко употребляющиеся или мало известные, но тем не менее представляющие огромную опасность для здоровья и жизни.

Во-первых, из-за того, что они вызывают зависимость и сопутствующие психофизиологические изменения.

Во-вторых, если препарат не известен как наркотик, гораздо проще уговорить человека его попробовать.

В-третьих, у близких уже зависимого человека не возникает подозрений, когда они видят обычные медицинские препараты, обычные самокрутки – казалось бы, в этом нет ничего страшного.

Большинство этих препаратов менее опасны, чем героин или кокаин, однако лечение именно подобной зависимости зачастую представляет собой наиболее сложную задачу. Чтобы определить и исправить негативное влияние на психику и физиологию, специалистам нужно понять, с чем они имеют дело в каждом конкретном случае. А список незапрещенных препаратов, вызывающих зависимость, продолжает расти.

Поэтому важно хотя бы в общих чертах знать о подобных психоактивных веществах – нераспространенных, но наркотических.

Растения с психотропным действием

Психотропные вещества растительного происхождения относятся к самой первой появившейся группе наркотиков. До сих пор их активно употребляют не только для создания наркотических препаратов, но и в качестве «самостоятельных стимуляторов».

Проблема употребления психотропных растений родственна курению марихуаны или гашиша – растительные наркотики «открывают вход» для последующего приема более тяжелых и опасных веществ, поскольку у человека достаточно просто формируется ложное ощущение безопасности, и это позволяет легко уговорить «попробовать» что-то более сильное.

Что ощущает потребитель:
- Визуальные и слуховые галлюцинации
- Эйфорию
- Расслабленность

Симптомы приема наркотика:
- Болтливость
- Неадекватность восприятия
- Угнетенный или, наоборот, усиленный аппетит
- Смешливость
- Немотивированные изменения давления и пульса

Психологические последствия:
- Снижение интеллектуальных способностей
- Ухудшение памяти
- Снижение способности к концентрации
- Нарушение логического мышления
- Психозы (зачастую схожие с шизофренией)
- Тревожные состояния

Физиологические последствия:

• Повышенная утомляемость

• Патологии сердечно-сосудистой, пищеварительной и дыхательной систем

При передозировке растительных психотропных веществ скорее можно говорить о проявлении симптомов классического отравления: повышается температура, возникают тошнота и рвота, пульс становится прерывистым. Поэтому до приезда врача можно использовать средства, которые традиционно применяются при отравлении: обильное питье, промывание желудка, прием активированного угля, согревание.

Медицинские препараты

На сегодняшний день подавляющее большинство медицинских препаратов, способных вызвать психотропный эффект и зависимость, запрещены к продаже без рецепта, однако ряд аптек отпускают подобные лекарства даже подросткам.

Рядом с подобными аптеками эпизодически находятся группы людей, которые могут попытаться познакомиться с целью ввести человека в свою компанию и предложить «что-нибудь попробовать».

Попытаемся указать некоторые медицинские препараты, используемые в качестве наркотиков, не называя их. Мы хотим обратить внимание нашего читателя на то, насколько изобретательны наркодилеры, умудряющиеся извлечь наркотический эффект даже из тех лекарств, которые никоим образом таковым действием обладать не должны.

• Глазные капли. Не все, разумеется, но некоторые. В качестве наркотического вещества используются в виде инъекций в объеме, в несколько раз превышающем рекомендованную дозу.

• Газообразное вещество. Продается в баллонах для технических (сварка) или медицинских (наркоз) целей. Его потребители встречаются редко.

• Средство для внутривенного наркоза с мощным угнетающим действием. В малых дозах вызывает ощущения, родственные алкогольному опьянению. Дальнейшее увеличение концентрации в крови вызывает наркотический сон. У лиц, употребляющих данный препарат, возникает устойчивость к нему и большие дозы не приводят к наступлению сна. Напротив, возникает возбуждение. Специфика заключается в сопутствующих возбуждению «симптомах»: тяге к танцам и возникающей гиперсексуальности. Именно второй эффект зачастую становится причиной, что наслушавшиеся «баек» мужчины начинают принимать данный препарат, чтобы увеличить свой «мужской потенциал», а в результате становятся зависимыми.

• Еще одно известное вещество, используемое для наркоза (реже – для обезболивания). Оказывает яркое галлюциногенное воздействие, сопровождающееся (в зависимости от дозы) нарушением речи, координации, пространственной ориентации, вплоть до потери сознания. Производится различными фармакологическими компаниями, поэтому имеет множество наименований.

• Один из распространенных антидепрессантов, т. е. препаратов, применяющихся для лечения депрессий. В терапевтических дозах успокаивает, снимает тревогу. В больших дозах действует примерно так же, как и героин. Для этого требуется многократное превышение терапевтической дозы. Часто, чтобы сэкономить, некоторые потребители кустарным образом приготовляют раствор из таблеток для внутривенного введения.

• Препарат, в норме применяющийся для лечения паркинсонизма или осложнений при лечении ряда психических заболеваний, однако применение его в повышенной дозировке

может вызывать мощный галлюциногенный эффект, сопровождающийся эйфорией с нарушением координации движений.

! Важно понимать, что длительное употребление многих (даже разрешенных) препаратов может вызывать психотропный эффект и сопутствующее привыкание (как минимум, психологическое). Например, длительный прием обезболивающего средства, в редких случаях, приводит к возникновению галлюцинаций. Поэтому, если вы отмечаете активное пристрастие кого-то из ваших близких к лекарствам, стоит проявить бдительность. Ведь человек может стать зависимым по банальной (и оттого еще более горькой) безалаберности.

Нередко медицинские препараты используют с другими психотропными веществами или алкоголем для усиления эффекта. Однако в таком случае критически возрастает вредоносное воздействие на организм и, что еще более опасно, повышается риск передозировки и отравления токсичными элементами.

Внешние проявления от применения различных медицинских препаратов в целях получения наркотического эффекта достаточно схожи между собой, поэтому в точности определить, какое вещество попало в организм, можно только после проведения лабораторных тестов. Довольно часто их проблематично сделать по техническим причинам, и поэтому лучший способ выяснить, что принимал человек, – это беседа со специалистом, способным разговорить пациента и получить нужную информацию о времени приема, дозировке и названии препарата.

Некоторые внешние признаки:
- Беспричинный, безудержный смех
- Нарушение координации
- Неадекватная поведенческая реакция
- Резкая смена настроения
- Немотивированное изменение давления/пульса
- Смазанная речь

В целом можно отметить, что любое эпизодически возникающее неадекватное/немотивированное, заторможенное или, напротив, гиперактивное поведение человека должно вызвать закономерную тревогу, так как в подавляющем большинстве случаев это свидетельство воздействия психотропных веществ.

Конечно же, не исключены иные патологические процессы, однако в любом случае это требует вмешательства специалиста. Поэтому обращение за медицинской помощью – правильная тактика во всех подобных ситуациях.

Психические осложнения:
- Эмоциональная неустойчивость
- Нарушение мыслительных процессов
- Нарушение ориентации во времени и пространстве
- Развитие бреда или галлюцинаций
- Снижение скорости и адекватности реакций
- Нарушение памяти
- Снижение интеллектуальных способностей

Физические осложнения:

• Поражение центральной нервной системы
• Анемия (снижение концентрации гемоглобина в крови)
• Лейкопения (снижение количества лейкоцитов в крови)
• Восприимчивость к инфекциям (снижение иммунитета)
• Нарушения сердечной деятельности
• Нарушения координации движений

Употребление медицинских психотропных препаратов представляет особенно высокий риск для женщин в период беременности из-за способности влиять на формирование плода и вызывать развитие врожденных уродств. Так, например, при употреблении указанного выше медицинского газа, используемого для вводного наркоза, уже через 2–19 минут концентрация активных веществ в крови сосудов пуповины составляет 80 %.

Симптомы передозировки:
• Тошнота (рвота)
• Учащенный/прерывистый пульс
• Слабость
• Потеря сознания

Опасность медицинских препаратов, в первую очередь, заключается в том, что грань между безопасной дозой и передозировкой у ряда лекарств крайне мала. Кроме того, реакция на вышеперечисленные препараты у каждого сугубо индивидуальна. Дозировка, которая для кого-то окажется просто высокой, для другого зависимого может стать смертельной.

Популярные жевательные смеси

В строгом смысле – это не наркотики, их основой является табак. Но мы решили упомянуть об этих веществах, поскольку их распространенность среди несовершеннолетних вызывает серьезные опасения.

Насвай – выглядит как маленькие зеленые шарики. Имеет неприятный запах, поскольку, помимо табака, содержит ряд примесей, в том числе опасных. Продается обычно в маленьких целлофановых пакетах. Обычно рассасывается под языком.

Снюс – тот же табак, но в другой форме. Мелко измельченный, помещается в бумажный пакетик, как от чая. В таком виде закладывается за губу. Продается в разнообразных упаковках, чаще – в круглых плоских металлических коробках, похожих на коробки для обувного крема.

Снафф – нюхательный (сухой снафф) и жевательный (влажный снафф) табак. Соответственно первый вдыхается, второй – жуется.

Табак не относится к наркотикам – так уж вышло. Но это не значит, что он не вызывает зависимости. Все вышеперечисленные формы употребляются таким образом, что никотин – основное действующее вещество табака – быстро поступает в кровь и вызывает обычные для него эффекты: головокружение, эйфорию, слюнотечение, а также все закономерные последствия. При передозировке может возникнуть рвота.

Зависимость в случае употребления подобных форм табака не заставит себя долго ждать. Наивные оправдания типа «да это не наркотик» не стоит принимать всерьез. Нужно помнить о том, что любое «безобидное» вещество, принимаемое регулярно, становится входными воротами в наркоманию. Человек, жующий табак, уже открыт новым экспериментам, уже готов попробовать что-то еще.

РЕЗЮМЕ:

1. Спайсы – новый класс веществ, стремительно завоевывающий наркорынок. Вызывают быстрое привыкание и могут приводить к психозам (бреду, галлюцинациям). Быстро снижают интеллект, память, пагубно влияют на социальную активность.

2. Очень многие медицинские препараты способны влиять на психику (психотропное действие) и поэтому представляют интерес для наркоманов.

3. Медицинские препараты могут употребляться отдельно или смешиваться с традиционными наркотиками или алкоголем.

4. Человек не должен принимать лекарства без назначений врача. Некоторые препараты при кажущейся безобидности (например, глазные капли) могут быть использованы как наркотики.

Как начинают употреблять наркотики

В этом разделе мы попытались обозначить те «точки контакта», в которых знакомство с наркотиками происходит чаще всего. Взрослые люди, подростки, иногда даже дети сталкиваются в этих местах с так называемыми наркодилерами – продавцами нелегальных веществ. Эти представители криминального бизнеса являются предпоследним звеном в цепочке наркотрафика – от мест изготовления наркотиков в подпольных лабораториях до конечного потребителя. Часто наркодилеры сами являются наркозависимыми и таким образом зарабатывают себе на необходимую дозу психоактивного вещества. Эти «продавцы» используют довольно изощренные техники продаж и, как правило, являются неплохими психологами.

Точки контакта

1. Клубы

Можно сказать, что это одна из основных зон риска. О том, что во многих ночных клубах распространяются самые различные наркотические препараты, хорошо известно правоохранительным органам, ведущим борьбу с незаконным оборотом наркотических средств.

В клубах принято танцевать. Танцевать и общаться. Наркодилеры, понимая основной запрос посетителей этих развлекательных заведений, предлагают публике целый спектр разнообразных веществ, которые или дадут возможность танцевать дольше, чем обычно, или помогут развязать язык и убрать сонливость.

Применяются различные стратегии для вовлечения новичков в круг наркопотребителей. Бывает, что наркотик подмешивается в напитки ничего не подозревающему посетителю клуба. Поэтому с новыми знакомыми нужно вести себя очень осторожно: не оставлять стакан с недопитыми напитками, не пробовать ничего из чужих стаканов. А главное, не поддаваться на уговоры, которые разыгрываются по хорошо известным сценариям. Усталость – не повод «испытывать новый энергетический препарат», а застенчивость не должна корректироваться приемом каких бы то ни было веществ.

2. Знакомые компании

Если кто-то в компании уже успел попробовать наркотик, даже так называемый «легкий», создается еще одна зона высокого риска. Такой потребитель может втянуть в употребление близкое окружение, и произойти это может очень быстро.

Здесь срабатывают сразу несколько факторов, облегчающих вовлечение новичков. Во-первых, доверие к приятелям и их авторитет высоки. Обычно мы считаем, что друзья не могут предложить что-то, что принесет сильный вред, поэтому предложенное приятелем «развлечение» не всегда рассматривается как что-то требующее безоговорочного отказа.

Во-вторых, может включиться «стайный инстинкт» – желание быть, как все, не отставать, показать, что ты тоже «сильный, крутой, смелый, свой в доску». Это, конечно, самообман, но одновременно и одна из причин, по которым сотни тысяч людей становятся наркозависимыми.

3. Аптеки

Сложно назвать эту зону «красной», хотя в России, безусловно, существуют аптеки, рядом с которыми регулярно обретаются наркодилеры и их клиенты. В аптеках наркозависимые покупают шприцы, если употребляют так называемые инъекционные наркотики, требующие внутривенного введения. Существует ряд медицинских препаратов, которые используются наркоманами для приготовления кустарных наркотиков. Есть лекарства, которые употребляют зависимые, чтобы облегчить состояние абстиненции. То есть аптека – это то место, где наркоманы появляются регулярно.

Мы бы порекомендовали соблюдать осторожность и воздерживаться от случайных знакомств в таком месте, особенно в ночное время.

4. Образовательные учреждения

Профилактике наркомании в образовательной среде уделяется достаточно большое внимание в нашей стране. Выстраиваются охранные системы, ограничивающие доступ в образовательные учреждения посторонних лиц, прорабатываются программы, популяризирующие здоровый образ жизни, проводятся тематические лекции, семинары, внедряются методики раннего выявления наркопотребления. Однако еще совсем недавно школы, кол-

леджи и вузы были в зоне пристального внимания наркодилеров. И там, где нет хорошо простроенной системы профилактики, где доступ к учащимся не представляет сложностей, сохраняются контакты учащихся с представителями наркобизнеса.

Приемы вовлечения

Ни один жизнелюбивый человек в здравом уме и трезвой памяти не будет принимать яд. Точно так же 99 % людей не соблазнятся прямым вопросом: «Героин будешь?» Для того чтобы человек попробовал, всегда нужен спусковой крючок. Распространенных приемов не так уж много.

1. «Слабо?»

Чаще всего этот прием направлен на мужскую «аудиторию», поскольку именно у юношей и мужчин наиболее выражено желание доказать свою силу, самостоятельность, независимость.

Страх быть высмеянным в компании, показаться слабаком может быть настолько силен, что способен перевесить здравомыслие. Тем более когда «слабо» подкрепляется другими доводами: «Да ладно тебе! С первой дозы не привыкают! Это же не героин!» и т. д.

2. «С первой дозы не привыкают. Не понравится – больше не будешь»

Один из самых распространенных способов убеждения, основанный на желании некоторых людей все попробовать на своем опыте. До поры до времени человека сдерживает социальное неодобрение наркопотребления, страх перед неизвестным, понимание того, что можно стать зависимым. Но вот приходит некто, умудренный опытом, и говорит, что от одного раза ничего не будет. И тогда любопытство перевешивает.

После первой дозы потребитель может считать, что зависимость не возникла. И, с определенной долей вероятности (что еще более страшно), это действительно может быть именно так. Но именно с этой точки начинается дорога, которая уводит все глубже, в зону зависимости от наркотика. Потом последует вторая, затем третья доза, – именно потому, что самый трудный шаг уже сделан, дальше уже не так страшно.

К сожалению, мало кто знает, что процесс формирования зависимости происходит незаметно. Не бывает такого, чтобы человек проснулся утром и вдруг понял – «все, я зависим». Осознание своего истинного положения приходит, увы, уже слишком поздно – когда зависимость сформирована и человек начинает сталкиваться с серьезными потерями, которые она с собой приносит.

3. «Это всего лишь травка»

Главными «союзниками» наркодилеров выступают так называемые спайсы и «травка» (марихуана). Почему?

В среде наркопотребителей существует устойчивый миф о том, что спайсы и «трава» – это что-то такое легкое, вроде бокала вина за ужином. И это – безвредно. И от этого потом легко будет отказаться. Но это не так – напомним, даже самый слабый наркотик вызывает зависимость!

Главная опасность состоит не только в том, что спайсы и «трава», так или иначе, подрывают биологические ресурсы организма и со временем ведут к деградации личности. Гораздо страшнее, что под их воздействием человек утрачивает способность к критическому мышлению. Если сразу предложить героин, потенциальный «клиент» почти наверняка откажется. Но в состоянии опьянения от спайсов или марихуаны внутренние стопоры отключаются, и уговорить попробовать что-то более сильное гораздо проще.

! Безопасных наркотиков не бывает. Так или иначе, любое средство, вызывающее зависимость, приводит к нарушению как физиологических,

так и психологических процессов. К тому же, утратив самоконтроль, можно быстро поддаться на уговоры попробовать тяжелые наркотики.

4. «Все проблемы как рукой снимет»

Жизнь современного горожанина полна стрессов и проблем, и причин тому может быть множество. Но тут появляется доброжелатель, который предлагает простое средство, чтобы со всем этим разобраться. Ведь решать проблемы так сложно, сил уже нет, а тут надо всего лишь затянуться – и мир снова станет прекрасен, усталость сменится подъемом сил. В момент нервной перегрузки у человека, опять же, нарушено критическое мышление – зачастую он (как и при физической боли) сосредоточен на избавлении от ощущений беспокойства, внутреннего напряжения.

! Уход от проблем не является их решением. Проблемы никуда не денутся, если просто забыть. Зато ко всему прочему прибавится еще и наркозависимость. Если не получается справляться со стрессами и проблемами самостоятельно, нужно обратиться за помощью. Специалисты-психологи, психотерапевты не один год учатся и постоянно повышают свою квалификацию специально, чтобы помогать нам в этих вопросах.

И конечно, будьте внимательны к близким. Зависимость проще предотвратить, чем лечить. Если видите, что человеку плохо, что он раздражен, устал, мучается от проблем, не оставайтесь равнодушными, помогите ему обратиться за помощью.

5. «Давай за компанию»

Зачастую это метод косвенного вовлечения – кого-то в компании уже «приучили» к наркотикам, и он становится источником, «распространителем заразы». Ему еще хорошо и весело, поэтому он пытается приобщить друзей и знакомых.

Этот призыв – один из самых мощных. Именно «за компанию» чаще всего развиваются и алкоголизм, и наркомания. Совместный прием наркотика подменяет понятие дружбы – наркотический яд становится объединяющим признаком, символом принадлежности к социальной группе. Молодым людям может казаться, что их связывают товарищеские отношения, поэтому они вместе «курят». К сожалению, очень скоро их будет связывать только наркотик.

Зачастую трагедия случается и в романтических отношениях. К примеру, если молодой человек – наркоман, его девушка может начать употреблять тот же наркотик.

Один из самых распространенных мотивов «я буду такая же, как он, и мы всегда будем вместе». Молодой человек кажется «тем самым единственным», риск потерять его затмевает все рациональные мысли, в том числе инстинкт самосохранения. Девушке кажется, что, употребляя наркотик, она станет ближе к парню, лучше его поймет, а он почувствует в ней «свою» и никогда не бросит.

Иногда девушка думает, что молодой человек испугается за ее здоровье и бросит употреблять наркотики, чтобы и его подруга перестала «убивать себя» подобным образом.

Это все наивно звучит, когда не имеешь дело с реальными людьми. К сожалению, описанные мотивы мы довольно часто встречаем в практической работе.

! Существует несколько твердых, жизнеутверждающих вариантов отказа, которые могут послужить неким барьером между распространителем наркотиков и человеком, попавшим в поле его внимания.

1. Я не хочу, и все.

2. Я не знаю, что это, и не собираюсь пробовать.

3. Мне не нужны проблемы ни с близкими, ни с полицией.

4. Мне и так хорошо.

5. Я не знаю, откуда это и что там на самом деле намешано. Может, там яд, вы откуда знаете?

Не исключено, что кто-то из ваших близких имеет намерение попытаться вытащить друга или знакомого из наркотической западни, просто так – из лучших побуждений. Помогите ему понять, что этим должны заниматься специалисты. Даже если намерения самые добрые – ваш близкий может неожиданно для себя стать жертвой: например, по незнанию принять наркотик вместе с едой или напитками. Кроме того, нужно учитывать, что в состоянии наркотического опьянения и в период ломки наркоман становится неуправляем, поэтому попытки вразумить его могут иметь, даже для друзей, самые плачевные последствия.

6. «Я тебе бесплатно, по дружбе – чисто на попробовать»

Наркотики – это, как правило, не дешево. Существуют и очень дорогие наркотики, купить которые может позволить себе не каждый. В кругу потребителей и среди людей, близких к этому кругу, стоимость дозы того или иного вещества известна. Поэтому предлагающий попробовать наркотик бесплатно может вызвать у отдельных новичков симпатию своим «бескорыстием». К тому же есть категория людей, которых очень привлекают бесплатные предложения, – мы и сами зачастую не отказываемся от совершенно не нужных вещей только потому, что за них не нужно платить.

Наркодилеры, распространяющие дорогое «зелье», как правило, выглядят опрятно и пристойно, ничем не напоминая классический облик наркомана или даже просто опустившегося человека. Они умеют разговаривать, оказывать определенное психологическое давление, убеждать, втираться в доверие.

Доверие – вот, что важно для продавца, чтобы успешно продать «товар». Как только доверие возникло, дальнейшее – дело техники.

! Бесплатно предложить дозу могут только с одной целью – вовлечь еще одного человека в активное наркопотребление. Эти две-три бесплатные дозы потом окупятся сторицей, когда наркодилер получит «нового клиента».

7. Розыгрыш и вброс

Не самые частые, но тем не менее существующие способы. Особенно опасны в компаниях, где кто-то уже принимает наркотики и предлагает их окружающим. «Веселая» компания, где-то достав наркотик, может подшутить подобным образом над слишком спокойным или рассудительным приятелем, подбросив ему вещество в еду или напиток.

Чаще всего подобные ситуации случаются в клубах, но могут произойти на вечеринке в окружении малознакомых компаний или на отдыхе с приятелями.

Как правило, сделать человека зависимым подобным образом достаточно сложно – нужно планомерно «кормить» его такими «смесями». Гораздо опаснее, что «шутники» могут не рассчитать дозу, и «смешной розыгрыш», в лучшем случае, закончится вызовом «Скорой», а может привести и к летальному исходу.

! Предотвратить подобную ситуацию практически невозможно. Важно быстро отреагировать, если на вечеринке или в клубе ваш близкий или знакомый почувствовал себя странно и необычно: стал слишком веселым, слишком активным или, наоборот, подавленным и вялым. В такой ситуации лучше перестраховаться и настоять на том, чтобы

уйти. В критических случаях, когда человеку неожиданно стало «плохо», разумеется, следует вызвать «Скорую».

Все остальные «сценарии» в той или иной форме представляют собой вариативное развитие уже перечисленных. Поэтому далее вдаваться в подробности не будем, а сразу перейдем к вопросу, что делать, если у вас возникли подозрения.

Наркозависимость можно заподозрить, просто наблюдая за человеком. Это непреложный факт. Так, например, если наркомана привезти в абсолютно незнакомый город, он сможет узнать подобных себе в толпе совершенно незнакомых людей. Поэтому с легкостью выяснит, где можно найти дозу. Это доказывает существование признаков, по которым можно выявить, что человек употребляет психоактивные вещества. Кстати, этот же факт подтверждает несостоятельность утверждений, что наркомана лучше увозить в другой город, чтобы у него не было возможности купить наркотик, что это-де поможет ему начать новую «чистую» жизнь. Увы, это – ошибочное суждение.

Признаки употребления наркотиков

! Чем раньше обнаружена зависимость, тем проще и быстрее избавить от нее человека, тем меньше разрушительное воздействие наркотиков на физическое и психическое состояние и тем больше вероятность, что ваш близкий сможет полностью восстановиться и вернуться к полноценной жизни.

Надеяться на то, что вы узнаете о наркозависимости человека случайно, – все равно что играть в рулетку, ставкой в которой – жизнь и будущее вашего близкого и всей семьи. Конечно, бывает, что вовлекшийся в наркопотребление подросток или юноша (по различным причинам) признается родителям сам. Иногда что-то замечают и сообщают преподаватели в школе или институте, друзья или коллеги.

Шанс подобным образом узнать о зависимости на ранних стадиях ничтожно мал. Очевидные и яркие изменения происходят через 3–6 месяцев от начала употребления наркотиков. К тому моменту личность зависимого уже серьезно разрушена, в жизни остается один лишь смысл – новая доза. Что же до физического состояния, в большинстве случаев жизненно важные системы (сердечно-сосудистая, эндокринная, пищеварительная) получают значительный урон.

Так что важно научиться если не распознавать зависимость от наркотиков, то хотя бы настораживаться в отношении некоторых специфических для данного заболевания признаков. Это может помочь вовремя принять правильное решение и обратиться к специалисту, пока организму и психике не нанесен критический вред.

Однажды в нашу клинику обратилась фирма, которая якобы изобрела чудо-прибор, способный по размеру зрачка и его реакции на свет определить, находится ли человек в состоянии наркотического опьянения или в абстиненции. Мы сделали достаточное количество проб, чтобы убедиться – прибор не работает. Целый ряд наркозависимых, поступивших в наркотическом опьянении, согласно прибору, оказались трезвы, а абсолютно трезвые люди из контрольной группы были определены как находящиеся в наркотическом опьянении. Это очень поучительный пример, иллюстрирующий, что зрачки – не самый надежный индикатор. Ориентируясь только на него, легко ошибиться. Поэтому помните: вашего опыта просто недостаточно, чтобы сделать однозначный вывод об употреблении наркотиков только по зрачку.

Внешние изменения

Наркотические препараты мощно влияют не только на психику, но и на физиологию. Поэтому как в момент действия психоактивного вещества, так и в период абстиненции (затем и постоянно) можно отметить ряд внешних проявлений, которые заставят вас насторожиться.

1. Нарушена координация движений

Человек передвигается очень медленно, как будто заторможенно, или, напротив, резко, дергано. При этом может оступиться на ровном месте, не координирует движения, так что задевает различные предметы. И это явно выходит за рамки обычной неловкости.

В некоторых случаях симптоматика похожа на состояние алкогольного опьянения, но отсутствует характерный запах.

2. Глаза

«Стеклянный взгляд», порозовевшие или покрасневшие белки глаз (склеры), расширенные или суженные зрачки – один из наиболее распространенных признаков. Причем с какими-либо патологиями зрения или непосредственно глазного яблока это не связано. Если у обычного человека (с красными от усталости глазами) зрачок при изменении освещения будет меняться в диаметре, то зрачок наркомана может оставаться неизменным, даже если вы светите фонариком прямо в глаза или практически полностью выключаете свет.

Сужение зрачка продолжается около 5 часов после приема психоактивного вещества. Как правило, вызывается героином и другими опийными препаратами.

Расширение зрачка может держаться до 24 часов и более. В данном случае, скорее всего, это галлюциногены (LSD) или стимуляторы.

Но тем не менее избегайте разговора о наркотиках непосредственно в период, когда у человека, по вашему мнению, неестественно изменены зрачки или слабо реагируют на свет. Возможно, это ничего не значит, но есть вероятность, что в данный момент ваш собеседник находится в состоянии наркотического опьянения. Тогда он, в лучшем случае, просто не воспримет ваши доводы. В худшем – можете спровоцировать агрессию в наиболее тяжелых формах. Помните, что человек под воздействием психоактивного вещества неуправляем и практически непредсказуем.

3. Изменение цвета лица

Со временем лицо у наркомана приобретает пепельно-серый, землистый или желтоватый цвет. Волосы и ногти становятся сухими и ломкими.

4. «Бабочка»

Признак, свойственный именно людям, долго употребляющим марихуану, – на щеках и вокруг носа у них появляется пятно в форме «бабочки». Это – неспецифический признак и встречается при ряде других заболеваний, например при системной красной волчанке.

5. Изменения в гардеробе

Если одежда стала неряшливой (при обычной аккуратности человека) и даже в самую жаркую погоду близкий носит пуловеры и рубашки с длинными рукавами, следует насторожиться. Скорее всего, это попытка скрыть следы уколов на руках.

От одежды может исходить какой-нибудь своеобразный запах, например, жженой травы, если потребитель курит марихуану или спайсы.

Изменения в поведении

Главный симптом, который должен насторожить стороннего наблюдателя, – резкие изменения в поведении без какой-либо причины (по крайней мере, вам она не известна) в течение дня. Если у внешних признаков может быть множество других причин (переутомление, заболевание), то поведенческие привычки очень редко меняются кардинально в короткие периоды времени.

Следует обратить особое внимание на наличие следующих поведенческих «индикаторов»:

1. Резкая и неоднократная смена настроения в течение дня

Человек может утром быть вялым и апатичным, днем – радостным и возбужденным. Причем какого-либо повода для этого нет, и человек сам не может ответить, почему у него так резко сменилось настроение. Зачастую он этого сам даже не замечает.

Если подобное случилось 1–2 раза, это еще не повод для беспокойства. Но если перепады происходят на протяжении нескольких дней (тем более недель), это серьезный повод задуматься.

2. Изменение аппетита

«Волчий голод» или, наоборот, полное отсутствие аппетита, чрезмерное и жадное потребление жидкости или сладостей – еще один тревожный признак. Дело в том, что ряд наркотиков вызывает ускорение обмена веществ одновременно со снижением усвояемости пищи – отсюда возникает резкое усиление аппетита, а быстрее всего голод утоляют именно сладости. В них содержится глюкоза, которая мгновенно поступает в кровь. Героиновые наркоманы частенько ставят возле кровати на ночь большую бутыль сладкого газированного напитка, которая к утру оказывается пустой.

Иные вещества, напротив, угнетают обменные процессы или обезвоживают организм.

Подобные изменения должны быть регулярными. В любом случае, даже если скачки аппетита и усиленная жажда не связаны с наркотиками, стоит отвести человека к врачу – это могут быть симптомы самых разных заболеваний.

3. Изменение социального окружения и интересов

Если у вашего близкого внезапно испортились отношения со старыми друзьями, но появились новые, приглядитесь. Люди действительно со временем меняются, и некогда прочные связи ослабевают, а затем и совсем распадаются. Но чтобы человек достаточно быстро оставил старый круг общения и влился в новый, всегда нужна веская причина. Особенно если изменение социального окружения сопровождается резкой сменой интересов и жизненных ориентиров. К сожалению, в большинстве случаев ни о чем хорошем подобные «сюрпризы» не свидетельствуют – среди основных причин лидируют наркотики, алкоголь, сектантство и криминалитет.

4. Сленг

Если вы заметили в разговорах (особенно в телефонных) малопонятные слова и фразы, не поленитесь найти их «расшифровку» в Интернете. Тем более что это займет буквально 5 минут – достаточно забить фразу в любой поисковик и добавить к поисковому запросу «что значит».

Если это просто специфическая лексика, сопровождающая хобби (например, мотоциклетный спорт, фехтование, танцы и иные виды увлечений, отличающиеся сложной внутрен-

ней терминологией), понятно станет сразу. Если же сленг наркоманский, с 99 % вероятностью это не «прикол» и не «случайность».

5. Нерациональное увеличение финансовых потребностей

Ваш близкий постоянно просит деньги, но ничего не покупает? «По уши» в долгах, но ни в его гардеробе, ни дома ничего не меняется? У вас в доме начинают пропадать ценные вещи, в том числе когда гостей не бывает и никто, кроме членов семьи, просто не мог что-то унести?

С большой долей вероятности причина – наркотики. Конечно, не исключены азартные игры, крупный долг, о котором человек никому не хочет рассказывать. Однако, в любом случае, это серьезный повод пристальнее приглядеться к поведению возможного зависимого.

6. Ложь

Пытаясь скрыть зависимость, человек неизбежно начинает лгать – куда и с кем уходит, на что тратит деньги, где задерживается, почему чувствует недомогание и т. д. Конечно, практически невозможно найти человека, который всегда бы говорил исключительную правду. А у молодых людей бывает достаточное количество поводов, чтобы несколько «исказить действительность» перед родителями – плохие оценки в школе или институте, захотелось подольше погулять с друзьями и т. д.

Однако, если ложь из исключения превратилась в правило, для этого всегда есть серьезная причина. Особенно если человек начинает лгать по незначительным поводам.

7. Агрессия и снижение интеллектуальных способностей

У старшеклассника внезапно ухудшилась успеваемость? Кто-то из ваших родственников неожиданно начал пренебрегать работой?

Многие виды наркотиков (в том числе составляющие компоненты спайсов и курительных смесей) вызывают снижение концентрации, памяти, способностей к восприятию и обработке информации. Это происходит из-за того, что страдают клетки головного мозга и происходят прочие патологические процессы, приводящие к формированию так называемого психоорганического синдрома – следствие прямого разрушающего воздействия психоактивного препарата.

Так или иначе, резкое ухудшение успеваемости, сложность в поддержании разговора, постоянная забывчивость, алогичность бесед и примитивизация рассуждений должны вас насторожить.

Сопутствующим признаком также является постоянная раздражительность и агрессия – это может быть абстинентный синдром (в период отсутствия дозы) или же побочное воздействие психоактивного вещества. Дело в том, что многие стимуляторы или спайсы, усиливая физическую активность, точно так же воздействуют на центральную нервную систему и мозг, провоцируя перегрузки и, как следствие, общую «взбудораженность», быструю возбудимость и чрезмерные реакции, как правило, с негативной окраской.

> Невероятно, но факт: даже после длительного курса реабилитации и внушительного стажа трезвой жизни за наркоманами зачастую сохраняется какая-то совершенно необъяснимая тяга к обману – даже самому безобидному, банальному, бытовому. Зачем так делают, объяснить не могут. Понимая, что врут бессмысленно, по мелочам и легко попадаются, все равно не могут остановиться. Встречается это не всегда и в основном у тех, чья личность существенно изменилась за время употребления наркотика.

Предметы, которые могут находиться у зависимого человека

- Шприц
- Игла
- Закопченная гнутая ложка
- Сложенная фольга
- Жестяная банка с прорезанным «окошком»
- Сверток из газеты или целлофана
- Жгут из резины или ткани, катетер
- Маленькие целлофановые пакетики
- Маленькие емкости (например, из-под киндер-сюрприза)

Также стоит обратить внимание на наличие в комнате курительных трубок или папирос (особенно «самокруток»), кусочков ваты, упаковок из-под противоаллергенных препаратов, глазных капель, спреев от насморка, не известных вам таблеток.

Необычные предметы можно обнаружить не только в комнате, но и в карманах одежды. Очень часто у тех, кто курит марихуану или курительные смеси, в карманах обнаруживаются мелкие сухие частицы, похожие на табак.

Мы не призываем проводить досмотр одежды и комнаты близкого человека, тем более, это может вызвать резкое неприятие и затруднить дальнейшую работу по преодолению зависимости. Мы просто хотим обратить ваше внимание на все возможные признаки. Собирать эти признаки, если есть на то основания, нужно последовательно, но осторожно, не провоцируя близкого на негодование и разрыв отношений.

Тесты

Если «набор признаков» достаточный, чтобы заподозрить неладное, стоит подкрепить подозрения чем-то более весомым, нежели личные наблюдения. Все-таки изменения в поведении и внешности могут иметь и другие причины – проблемы со здоровьем, стрессы, гормональные нарушения и т. д. Все эти признаки скорее являются «первой ласточкой», поводом задуматься о возможном существовании проблемы.

Сегодня существует большое разнообразие домашних тестов, позволяющих с достаточно высокой степенью достоверности определить, не употреблял ли человек наркотические препараты. Многие из них позволяют различить в одной пробе сразу с десяток разнообразных веществ.

Тесты на содержание наркотиков в крови

Наиболее точный из видов тестирования существует в двух вариантах:

А) экспресс-метод, который определяет химически измененные остатки (метаболиты) наркотиков;

Б) метод, определяющий антитела – защитные белки организма, которые вырабатываются в качестве реакции на введение наркотического препарата.

По сравнению с «А», метод «Б» чуть менее точен, но более интересен, поскольку позволяет определить факт употребления наркотиков через достаточно длительное время. Метаболиты выводятся из организма быстро, в то время как антитела сохраняются в крови гораздо дольше.

Основной минус в том, что достать саму кровь, скрыв факт тестирования, сложно. Согласитесь, незаметно взять кровь у человека невозможно. Кроме того, она должна быть собрана определенным образом. Поэтому придется договариваться с тем, кого вы хотите протестировать.

СРОКИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ В КРОВИ

ВЕЩЕСТВО	МЕТОД А (метаболиты)	МЕТОД Б (антитела)
Героин	1–3 дня	4 месяца
Метадон	сутки	4 месяца
Марихуана	2–3 дня	4 месяца
Кокаин	2–5 дней	4 месяца
Амфетамины	12 часов	4 месяца
Барбитураты	1–2 дня	4 месяца
Бензодиазепины (транквилизаторы)	0,5–3 дня	4 месяца
LSD	2–4 дня	—

Тест на содержание наркотиков в моче

Проводится с помощью специальных тест-полосок, которые можно приобрести практически в любой крупной аптеке без рецепта. Определяются следы наркотика, которые выводятся вместе с мочой.

К сожалению, срок определения достаточно краток – не больше 1–1,5 недель после употребления, в зависимости от типа наркотического вещества, да и точность данного метода весьма сомнительна. В данном случае практически невозможно скрыть факт тестирования. Если нет возможности сказать правду, придется использовать какую-нибудь хитрую схему, связанную, например, со сбором мочи для проведения общего анализа (или нечто подобное).

Но в отсутствие других возможностей метод заслуживает внимания.

Если у вас нет конкретных подозрений, можете купить тест на основные 10 видов препаратов. Полоски для определения 1 или 3 конкретных наркотиков дают более точный результат, но для их использования нужно хотя бы примерно предполагать, какое вещество употребляет ваш близкий или иметь возможность провести неоднократное тестирование.

СРОКИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ В МОЧЕ

ВЕЩЕСТВО	ВРЕМЯ
Героин	2–4 дня
Метадон	7–30 дней
Марихуана	3–4 дня
Кокаин	2–5 дней
Амфетамины	1–5 дней
Барбитураты	1 день
Бензодиазепины (транквилизаторы)	1–7 дней
LSD	10 дней

Тест на содержание наркотиков в слюне

Также проводится с помощью тест-полосок, которые продаются в аптеке. Соответственно, обладает теми же достоинствами и недостатками, что и тест по моче. Время, в течение которого тест эффективен, еще более ограничено.

Наркотик выявляется по его метаболитам (подобно экспресс-тесту крови).

СРОКИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ В СЛЮНЕ

ВЕЩЕСТВА	ВРЕМЯ
Героин	2–3 дня
Метадон	2–3 дня
Марихуана	0,5 дня
Кокаин	1 день
Амфетамины	2–3 дня
Барбитураты	1–2 дня
Бензодиазепины (транквилизаторы)	0,5 дня
LSD	—

Тест на содержание наркотиков в волосах

Пожалуй, самый удобный метод. Дело в том, что волос дольше всего сохраняет остаточные следы наркотика, позволяя определить употребление в течение нескольких месяцев.

Кроме того, срезать локон незаметно достаточно просто. Единственная сложность заключается в том, что для наиболее точного результата потребуются волосы с разных участков головы. Но это все равно много проще, чем незаметный забор слюны или мочи.

СРОКИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ ПО ВОЛОСАМ

ВЕЩЕСТВА	ВРЕМЯ
Героин	3 месяца
Метадон	3 месяца
Марихуана	3 месяца
Кокаин	3 месяца
Амфетамины	3 месяца
Барбитураты	3 месяца
Бензодиазепины (транквилизаторы)	3 месяца
LSD	—

Когда тестирование не работает?

К сожалению, тестирование позволяет определить только известные, изученные виды наркотиков. Кроме того, точность не стопроцентная, и результаты могут быть ложными – как ложноположительные, так и ложноотрицательные.

В последние несколько лет стремительное развитие рынка наркотиков приводит к постоянному созданию новых составов – спайсов. Они могут частично состоять из натуральных трав и грибов с добавками искусственных составов или представлять собой полностью синтезированное вещество.

Так или иначе, чудовищный «ассортимент» растет с невероятной скоростью, и когда в медицине появляется тест для определения нового наркотика в крови, на «рынок» уже выбрасывается сотня совершенно новых. Даже за границей существует всего несколько тест-систем, позволяющих определить базовые компоненты спайсов, в Россию они не поставляются.

Что же делать? Можно ли доверять тестам, если и они могут ошибаться?

В любом случае, действовать лучше «от малого к большему» – от наблюдений и домашних тестов к более сложным и точным методам. «Рука об руку» с гарантированной точностью проверки идет и риск – если будете проявлять регулярную и настойчивую, но безосновательную подозрительность, то с большой вероятностью просто разрушите близкие отношения. Ваш близкий в такой ситуации, напротив, может назло начать употреблять какое-нибудь психотропное средство, действуя по бунтарскому сценарию – «раз вы считаете меня плохим, таким и буду».

Поэтому для начала стоит испробовать домашние методы тестирования, а заодно предложить человеку проверить его здоровье. Если дело не в зависимости от наркотика, близкий человек достаточно легко согласится на обследование, и вы сможете избавиться от подозрений или своевременно получить подтверждение (далеко не все люди знают, как можно определить зависимость в медицинских условиях). Если же человек начинает упираться, это дополнительный повод серьезно задуматься.

Если испытываете неуверенность, лучше перестраховаться и обратиться к специалисту-наркологу за консультацией – вам подскажут наиболее действенную стратегию, исходя из всех обстоятельств (особенностей характера человека, отношений в семье и т. д.). К примеру, квалифицированный психолог, специалист по зависимостям, может под видом дальнего родственника или просто знакомого прийти к вам домой и в ходе ненавязчивой беседы проверить опасения.

РЕЗЮМЕ:

1. Важный признак, который должен вызвать тревогу, – быстро меняющееся в течение дня поведение и настроение. Он должен наблюдаться не один раз, а достаточно продолжительное время – несколько недель.

2. Никогда не делайте далекоидущих выводов на основании одного-единственного признака. Все-таки зависимость затрагивает все сферы жизнедеятельности человека: биологию, психику, социальную сферу, духовную составляющую. Поэтому и проявления должны быть комплексными.

3. Не стоит однозначно доверять тестам на наличие наркотика в биологических средах организма – они могут ошибаться.

4. Лучший способ удостовериться, что ваш близкий не употребляет наркотики, – визит к специалисту.

Зависимость – распущенность или болезнь?

Этот вопрос задает себе каждый, столкнувшийся с фактом наркомании в своей семье или в кругу друзей. И каждый проходит серию типичных реакций: самообвинение, агрессию, отчаяние. Но, к сожалению, отсутствие понимания и базовых знаний о проблеме мешает сформулировать правильное к ней отношение и становится причиной типичных ошибок восприятия.

Одна из самых страшных ошибок – счесть наркоманию блажью. «Это такой возраст», «просто он попал в дурную компанию», «перебесится – пройдет», «он это назло делает, «у него просто нет воли и целей в жизни, он – тряпка» – каждая подобная мысль ведет к трагедии.

Для того чтобы определенно и четко отделить «блажь» от болезни, перечислим основные параметры, по которым можно определить, что человек не «просто мается дурью»:

1. «Блажь» может надоесть. Наркотик – никогда. Даже те виды препаратов, которые со временем перестают создавать приятные ощущения, зависимый продолжает принимать для того, чтобы снять чудовищные ощущения от отмены препарата.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.