



ПРОЕКТ «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»

Выпуск №1

Таково позитивное название проекта, над которым редакция газеты "Сонковский вестник" будет вести работу в 2022 году. На страницах "районки" вы сможете узнать о той или иной медицинской проблеме, познакомиться с необходимой информацией по профилактике заболеваний, найти адреса помощи и прочитать советы специалистов.

Уважаемые читатели! Приглашаем вас к активному сотрудничеству: пишите, звоните, приходите в редакцию, делитесь тем, что вас волнует, задавайте вопросы. Наш сайт <http://sonkovovest.ru>. Адрес электронной почты: sonkovovest@yandex.ru. Наши телефоны: 2-14-80 и 2-14-89.

Сегодня наш разговор посвящён наркомании - тяжёлому заболеванию, характеризующемуся жёсткой зависимостью от наркотических веществ и разрушающему организмы человека.

НАРКОМАНИЯ: ЧТО НАДО ЗНАТЬ О ПРОБЛЕМЕ

Наркомания уже давно является глобальной проблемой. Это касается не только молодёжной среды, но и взрослого населения, несущего полную ответственность за свою семью. Появляются новые синтетические вещества, которые привлекают любителей испытывать все новые и новые ощущения. Беседы с разными категориями населения о вреде наркотических веществ направлены на то, чтобы предупредить людей о последствиях и заставить их задуматься о том, стоит ли употребление наркотиков цене человеческой жизни? Сегодня наш собеседник - врач-невролог ГБУЗ "Сонковская ЦРБ" Сергей Борисович Яковлев.



- Сергей Борисович, что относится к наркотическим веществам?

- Наркотики бывают естественного происхождения: марихуана, гашиш, опиум, конопля и синтетические, то есть добывшие химическим путём. Бывает, что в качестве наркотиков используются лекарственные вещества психотропной группы.

- Какое воздействие на человека оказывают наркотические вещества?

- В состоянии наркотического опьянения человек перестаёт испытывать душевную и физическую боль, у него появляется ощущение лёгкости. Далее это ощущение перерастает в потерю контроля над собой и утрату чувства реальности. Состояние наркотического опьянения продолжается только до тех пор, пока наркотическое вещество содержится в крови.

- Как развивается наркомания у людей, употребляющих наркотики?

- У того, кто постоянно употребляет наркотики, постепенно снижается чувствительность к ним. Через некоторое время для достижения эйфории обычных доз уже не хватает. Жертва наркомании вынуждена увеличить дозу. Впоследствии не хватает и этого, тогда происходит переход к более сильному наркотическому веществу. Так постепенно человек приобщается к сильным наркотикам, от зависимости к которым избавиться невозможно.

- Сергей Борисович, какой вред, кроме зависимости, приносят наркотические вещества организму?

- Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, половую систему, печень и почки. Как правило, люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не больше десяти лет. Большинство умирает раньше.

Весьма распространены случаи, когда люди, употребляющие наркотики, умирают в течение первого года, поскольку наркоманы пользуются нестерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь: СПИД, гепатит и другие. От этих болезней они часто умирают раньше, чем произошло отравление организма наркотиком.

- Что такое наркотическая ломка?

- В процессе регулярного употребления наркотиков эйфория сменяется жёсткой физической зависимостью - человек употребляет наркотики не столько ради эйфории, сколько из страха подвернуться ломке - крайне тяжёлому и болезненному состоянию, сопутствующему возврату организма к нормальной деятельности. При внезапном отрыве от приёма наркотика возникают беспокойство, бессонница, депрессия, ломота и давление в суставах, очень неприятные, тягостные ощущения в мышцах, могут быть судороги в косточках.

- Как лечат наркоманию?

- Сначала выводят из организма наркотик, потом стараются снять зависимость и влечь медиикаментозными средствами. Далее следует лечение осложнений, так как больной находится в состоянии полного расстройства всех функций организма. Лечение наркомании возможно только при желании больного.

- Сергей Борисович, насколько эффективно лечение наркомании?

- Лечение наркомании малоэффективно. Количество вернувшихся к нормальной жизни людей исчисляется единицами. Те, кому удалось порвать с наркотической зависимостью, очень медленно возвращаются к прежнему образу жизни. Последствия злоупотребления наркотиками останутся на всю жизнь, и человек никогда не станет таким, каким он был прежде.

Во многом изменения носят необратимый характер. Вся сложность лечения заключается в том, что подавляющее большинство больных просто-напросто не хочет лечиться. Даже при стремлении к лечению и после снятия телесных ощущений и осложнений длительно (до двух и более лет) остаётся психическое влечение, временами обостряющееся.

- От чего умирают люди, страдающие наркоманией?

- В большинстве случаев от передозировки. Через несколько лет наркомана ждёт полное разрушение печени и всего организма. Но многие

не доживают до этого момента и умирают от аллергии, инфекционных и сопутствующих заболеваний, например, СПИДа или гепатита. Многие кончают жизнь самоубийством или погибают насильственной смертью, так как наркоманы живут в криминогенной обстановке и зачастую связаны с организованной преступностью.

- Сколько времени требуется для того, чтобы наркоман стал полноценным членом общества?

- Как минимум, для этого нужно два года, а до полной реабилитации - несколько лет. Но если человек уже пристрастился к наркотикам, то последствия останутся на всю жизнь. Первый год после прекращения приёма наркотиков самый тяжёлый.

- Сергей Борисович, как определить человека, употребляющего наркотики?

- Когда человек начинает употреблять наркотики, то можно заметить изменения в его поведении. Это увеличивающееся безразличие к происходящему рядом, трудность в со- средоточении, ухудшение памяти, частая неожиданная смена настроения. Наркозависимость выражается также в нарушении сна, мышечных и суставных болях, похудении и нарушении защитных свойств организма. К биологическим последствиям относятся прогрессирующее падение активности, энергетического потенциала личности, угасание влечений, биологических потребностей (еда, сон и другие), прогрессирующее истощение организма. В самом общем виде социально-психологические последствия наркомании можно охарактеризовать как нравственно-этическую деградацию личности, когда сначала снижается, а затем постепенно утрачивается ценность всех других интересов и потребностей, кроме употребления наркотиков.

- Ваши пожелания нашим читателям.

- Хочется обратиться к взрослым, которые являются главным примером для подрастающего поколения. Очень важно показать своим поведением, что можно полноценно, весело, интересно и красиво жить, заниматься спортом, иметь много друзей и знакомых без употребления наркотических веществ. Главное - сделать правильный выбор между счастливой жизнью без наркотиков и болезненной смертью под их влиянием. Помните, что яблоко от яблони недалеко падает, а значит, дети прежде всего смотрят на вас и будут поступать так, как это делаете вы!

ВАКЦИНА СПАСАЕТ

«ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ - В ВАШИХ РУКАХ!»

Валентина Николаевна Баркина, фельдшер ФАПа с.Григорово:

- Летом 2020 года я переболела коронавирусной инфекцией. Поражение лёгких составляло 42%. Лечилась в ковидном госпитале областной столицы. На собственном опыте убедилась, что Covid-19 - серьёзное заболевание, которое легко передаётся от человека к человеку, преимущественно атакуя лёгкие. Коронавирус наносит удар по различным органам и системам человека, может вызвать самые серьёзные осложнения и привести к тяжёлым последствиям. Слава Богу, всё обошлось и я выздоровела.



По долгу службы мне приходится сопровождать больных коронавирусом в г.Тверь. Я заметила, что у каждого человека болезнь протекает индивидуально. Для того чтобы избежать тяжёлого течения заболевания и последствий после инфекции, нужно вакцинироваться. Есть те, кто до сих пор сомневается в необходимости прививки от коронавирусной инфекции, но радует то, что другая часть населения всегда доверяет вакцине и убеждена в том, что для выработки коллективного иммунитета важно привиться большему числу жителей. В составе мобильной бригады я выезжаю в населённые пункты района и вижу, что число желающих сделать прививку увеличивается. Люди убеждены в том, что вакцинация - это наиболее эффективная мера борьбы с коронавирусом, с помощью которойрабатываются антитела, помогающие организму легче справиться с болезнью. Я и мои родные сделали прививку, к этому призываю и вас!

Обезопасьте себя и своих близких от возможных рисков и примите участие в вакцинации, позаботившись о себе и о своём здоровье. Ваше здоровье - в ваших руках!

ТЕСТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«УПОТРЕБЛЯЕТЛИ ВАШ РЕБЁНОК НАРКОТИКИ?»

Постарайтесь честно ответить на следующие вопросы "да" или "нет".

- Он (она) не хочет разговаривать с вами, отдаляется от вас.
- У сына (дочери) появились подозрительные друзья.
- Ребёнок становится скрытым: например, прекращает разговор по телефону при вашем появлении.
- Сына (дочь) мучают сонливость или бессонница. Ребёнок выглядит бледным.

- Сын (дочь) периодически бывает в "непонятном" состоянии: нарушена координация движений, отрешённый взгляд, несвязная речь.

- Ребёнок безразличен к своему физическому состоянию и внешнему виду.

- У него (неё) то пропадает аппетит и он (она) худеет, то, наоборот, ест в неограниченных количествах.

- Ребёнок носит одежду только с длинными рукавами.

- Он (она) часто лжёт.

- У него (неё) часто и резко меняется настроение, иногда он (она) бывает очень раздражительным и даже агрессивным, иногда очень вялым и даже безразличным.

- Пропадают ваши деньги и вещи из дома.

- Ребёнок стал плохо учиться, прогуливает уроки.

- Сын (дочь) стал часто задерживаться, надолго пропадает неизвестно где.

Обработка результатов:

Если больше семи признаков подходят для вашего ребёнка, то, возможно, он действительно употребляет наркотики. Помните, что вы не можете прожить жизнь за вашего ребёнка, но можете заставить его измениться. Вы не можете заставить его принять вашу помощь, но вы в силах сделать многое, чтобы желание победить стало его собственным!

Страницу подготовила Елизавета ЗАРУДНЕВА