

## НЕ ПРОЖГИ СВОЮ ЖИЗНЬ В ПУСТУЮ...

Все знают, что зависимость — это плохо. Каждый человек зависит от чего-то. Только зависимость может быть плохая и хорошая. Плохой зависимостью считают алкоголизм, курение, наркоманию и игровую зависимость. Есть и хорошие: человек не может без занятий спорта, чашечки кофе с утра, кусочка сладкого, хобби и т.п. Зависимый человек никогда не признается, что он зависим.

В большинстве случаев принудительное лечение не поможет, как советы и уговоры. Это болезнь, которую необходимо лечить. А вот результат зависит от желания, стремления и возможностей самого пациента.

### Наркомания

Наркомания подобна огромному чёрному пауку, без усталости оплетающему смертоносной паутиной всю нашу крошечную планету.

Мужчины и женщины, подростки и даже дети, коснувшись хоть раз этих липких нитей зла, почти обречены испытать на себе чрезвычайно опасный вред наркотиков, почти обречены сгинуть, пропасть в адской паутине бесследно. И это уже не люди.

Под воздействием наркотика в первом этапе человек испытывает чувство эйфории, после чего ему хочется поспать. При этом замедляется дыхание, снижается уровень работы головного мозга, ослабевают рефлексы, пропадает аппетит, притупляются болевые ощущения.

Вследствие употребления наркотиков увеличивается шанс подхватить СПИД, гепатит, заражение крови. В результате, которых человек умирает. У наркозависимых людей это может происходить через загрязненный шприц, (даже если его вымыть водой всё равно остаются частички заражённой крови) или через незащищенный половой акт. Смерть также наступает вследствие превышения дозы, смешивания различных наркотических веществ, большого содержания токсикологических компонентов.

### Курение

По результатам учёных, Россия является самой курящей страной в мире. Ежегодно от курения в России умирают 500 000 человек. На сегодняшний день весьма актуальна проблема курения среди подростков. У нас в стране курят более трёх миллионов подростков. Уже не удивительно идти по улице и чувствовать, как в нос постоянно попадает этот зловонный запах. Люди совсем забыли о вреде этой привычки. Курение настолько поглотило мир, что это уже стало культом среди подростков.

Мало кто знает, но в табачном дыме содержится больше химикатов, чем в выхлопных газах. В результате курения происходит нарушение кровообращения, снижается эластичность артерий и сосудов, страдает весь организм. Вследствие чего появляются такие заболевания как инфаркт миокарда, слепота, сужение сосудов в нижних конечностях, гангрена и рак лёгких.

Здоровье детей и других членов семьи курящего человека находится не в меньшей опасности. Вдыхая дым, пассивные курильщики рискуют заработать какое-либо заболевание на 20% больше чем курильщик со стажем. Особенно это отрицательное воздействие сказывается на детях и беременных женщинах. Врачи давно

**Запомните: начав  
употреблять наркотики, вы  
подписали себе смертный  
приговор! Возврата нет!**

заметили что ребенок, страдавший в утробе матери от пассивного курения появляется на свет слабым с признаками асфиксии.

Многие просто не считают это пристрастие вредным для здоровья. Но нужно понимать, что курение вовсе не безобидная привычка, от которой можно отказаться в любой момент. Это одна из разновидностей наркомании, причем очень опасная.