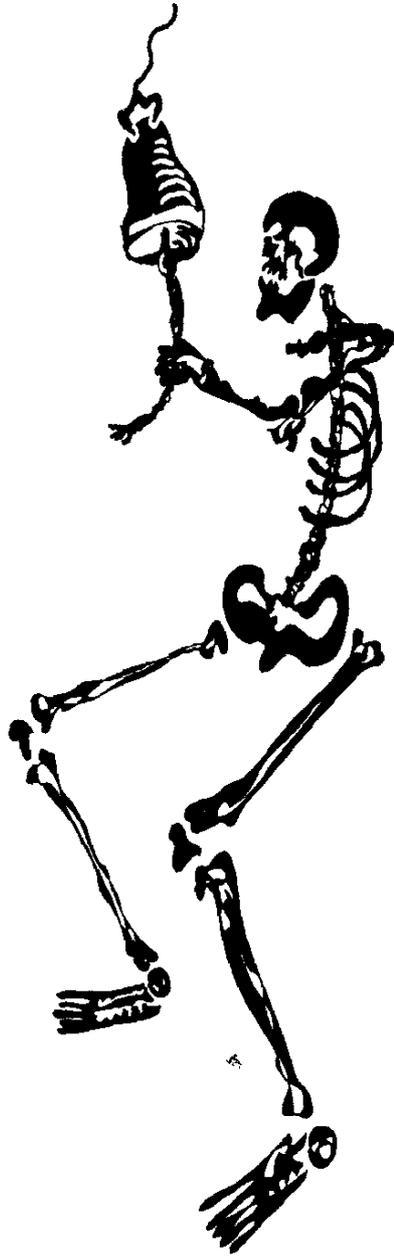


Отказаться можно один раз - первый



**АЛКОГОЛЬ, НАРКОТИКИ,
НИКОТИН –
НАШИ ВРАГИ НОМЕР ОДИН**

Методико-библиографические материалы



Прохоровская централизованная библиотечная система

Методико-библиографический отдел

АЛКОГОЛЬ, НАРКОТИКИ, НИКОТИН – НАШИ ВРАГИ НОМЕР ОДИН

методико-библиографические материалы
о проблемах алкоголизма, наркомании, табакокурения

Прохоровка

2009

ББК 91.51

А 45

Составитель

Н.П. Чистюхина, ведущий библиограф ЦРБ Прохоровской ЦБС

Ответственный за выпуск

Л.П. Ловчакова, зав. методико-библиографическим отделом ЦРБ Прохоровской ЦБС

А 45 Алкоголь, наркотики, никотин – наши враги номер один : методико-библиограф. материалы / сост. Н.П. Чистюхина. – Прохоровская центр. библиотечная система. – Прохоровка, 2009. – 44 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.	5
Что нужно знать о наркотиках.	7
Основные виды наркотиков и их последствия.	8
Женщины и наркотики – взгляд на проблему.	11
Факторы риска для здоровья, связанные с курением.	13
Последствия курения.	14
Проблема подросткового алкоголизма.	15
Тесты на определение алкогольной и наркотической зависимостью.	16
Что такое ломка.	20
Здесь вам помогут.	20
Нет наркотикам. Сценарий вечера.	22
Потерянная жизнь. Сценарий музыкального вечера	29
Прислушайся к своему сердцу. Сценарий вечера о курении.	33
Библиография.	40

ВВЕДЕНИЕ

Проблема преодоления наркомании, токсикомании, алкоголизма, табакокурения, СПИДа – одна из самых наболевших и сложных среди проблем, стоящих сегодня перед российским обществом. Масштабы и темпы распространения этой заразы таковы, что уже встает вопрос не только о моральном, но и о физическом здоровье значительной части молодежи. Именно молодежь несет особую ответственность за сохранение и развитие самобытной целостности российского общества, за преемственность его культуры и истории и воспроизводство последующих поколений.

Ситуация в стране, связанная с потреблением наркотических средств и других психоактивных веществ, распространением СПИДа является тревожной и имеет выраженную тенденцию к ухудшению. Антиобщественным проявлениям заметно способствует широкая пропаганда насилия и жестокости в средствах массовой информации, воспитывающая вседозволенность, противоправные методы решения различных вопросов, возможность уйти от ответственности.

В связи с этим у молодежи происходит переоценка нравственных ценностей, в результате чего такие понятия, как семья, честь, доброта, бескорыстие, в жизни некоторых молодых людей перестают быть основополагающими. Духовный кризис в обществе порождает в молодежной среде такие "пути" выхода из него, как совершение преступлений, употребление наркотиков и алкоголя.

По официальным данным Министерства здравоохранения и социального развития, в России насчитывается около 487 тысяч потребителей наркотиков и 343 тысячи больных наркоманией. Более 60 процентов из них – люди в возрасте до 30 лет. По экспертным же оценкам, наркотики в России употребляют 3 – 4 миллиона человек, при этом возраст «первой пробы» зелья снизился с 17 до 11 лет. По официальным данным, количество больных наркоманией в России за последнее десятилетие возросло почти в десять раз, особенно среди молодежи.

Нынешний 21 век ставит перед сегодняшней молодёжью массу актуальных проблем. Сначала это получение образования, которое в основном сейчас платное, затем поиск работы. Далеко не всем юношам и девушкам удаётся получить высшее образование и устроится на хорошо оплачиваемую работу. Многие, не сумев решить проблемы, пытаются зарабатывать деньги преступным путём, другие находят утешение в спиртном и самое страшное - в наркотиках. Ученые полагают, что страна приблизилась к критической черте, когда можно потерять целое поколение молодёжи.

По данным УВД области за последние 5 лет на Белгородчине количество молодых людей, поставленных на профилактический учёт в связи с потреблением наркотических средств, возросло и составило 3,5 тысячи человек. Из них 63 процента - молодёжь до 30 лет.

За последние 5 лет в области в 3,5 раза увеличилось количество наркопреступлений, а среди несовершеннолетних - в 2,5 раза. Наряду с наркоманией существует токсикомания. Различие между ними чисто терминологическое, поэтому все, кто вдыхают токсические вещества, тоже считаются наркоманами.

Нельзя не сказать и о таком пагубном влиянии на молодежь, как пристрастие к алкогольным напиткам. Личные особенности подростков, злоупотребляющих алкоголем или наркотиками, удивительно сходны.

Таким образом, можно сделать вывод, что алкоголизм, наркомания и токсикомания являются по сути лишь разновидностью одного явления - **психической и физической зависимости от химического вещества.**

Серьёзным фактором, влияющим на рост наркомании и алкоголизма, является также снижение ценности семьи, девальвация значимости родственных отношений. Неблагоприятный психологический климат в семье, в свою очередь, стал мощным стрессогенным фактором, побуждающим подростка обращаться к психотропным веществам. Отношение родителей к спиртным напиткам, обычаи и традиции семьи, связанные с их употреблением, влияют на то, какое место алкоголь займёт в жизни их сына и дочери.

По мере взросления желание подростков употреблять спиртные напитки осуществляется. Как показывают статистические данные, в десятом классе 94 процента юношей и 87 процентов девушек уже попробовали спиртное, а 75 процентов учащихся восьмых — десятых классов употребляют спиртные напитки по праздникам и семейным торжествам. По данным исследований 91,3 процента подростков, эпизодически употребляющих психотропные вещества, росли в неблагоприятных и в неполных семьях.

Подростковый возраст является наиболее опасным в жизни человека. Стремление к познанию всего нового, необычного, желание поскорее стать взрослым, перенять привычки и способы поведения старших, боязнь отстать от сверстников, выглядеть в их глазах смешным – всё это часто при неблагоприятно сложившейся ситуации приводит подростка к алкоголизму и наркомании.

Способы, как удержать людей от страшного зелья, могут быть различными, но даже самые радикальные не принесут должного эффекта в борьбе с этим социальным злом без совместных усилий родителей, педагогов и медиков.

Далеко не все подростки содержательно проводят свой досуг, имеют определенные увлечения. Около 58% процентов молодежи довольствуются только развлекательными программами и вечерами танцами, становятся завсегдатаями кофе и баров, где спутниками их свободного времени становятся водка и сигареты, а порой и наркотики.

Предлагаемые книги и материалы периодических изданий наряду с медицинскими аспектами рассматривают социальные корни наркомании, алкоголизма, табакокурение, меры личной и общественной профилактики. Какое место в жизни современного человека занимают вещества наркотического действия, как люди попадают в зависимость от них и чем можно помочь им в ее преодолении. Дана характеристика наркотических веществ с описанием их воздействия на организм. Рассмотрены вопросы предупреждения наркологических заболеваний и формирования трезвого образа жизни.

Библиографический указатель содержит важную информацию по вопросам профилактики зависимости к психоактивным веществам, примеры тестов, которые помогут предварительно (до консультации специалиста) выявить, есть ли у человека проявления алкоголизма, наркомании, токсикоманий, на сколько

они выражены. Здесь же содержатся адреса первой помощи при всех видах психологической зависимости, сценарии массовых мероприятий по данной тематике.

Адресован всем, кто интересуется вопросами преодоления психологической зависимости от одурманивающих веществ. Педагогам, воспитателям, родителям, библиотекарям предлагаем использовать данные материалы для более эффективной работы.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О НАРКОТИКАХ

Отказаться можно один раз - первый

Все наркотические средства, так или иначе, влияют на организм человека, и действуют они по-разному. Некоторые лекарства, алкоголь, никотин, - тоже наркотические средства. Многие из них общедоступны, хотя их употребление контролируется. Например, лекарственные препараты отпускаются строго по рецептам, а на алкоголь и сигареты существуют возрастные ограничения. Но большинство сильных наркотиков, таких, как героин, можно достать только нелегальным путем. В России нелегальное распространение и употребление наркотиков запрещено законом. Постоянное использование наркотика, а тем более применение его в больших дозах и может, в конце концов, привести к опасному заболеванию и даже к смертельному исходу. Человек попадает от наркотиков в физиологическую зависимость, потому что испытывает потребность принимать их снова и снова. Это означает, что его организм привыкает к определенной дозе наркотика, и когда не получает его в достаточном количестве, в его работе происходит сбой.

БОЛЕЗЬ ИЛИ ПРИВЫЧКА?

Наркомания - явление и медицинское, и социальное, общественное. В конце 20 века она охватила практически все страны мира: и отсталые, бедные, и вполне благополучные. Наша пропаганда долгое время уверяла жителей бывшего Советского Союза, что наркомания - это только для "загнивающего" Запада, а всего этого не может быть! Но это было совсем не так, всегда существовали плантации конопли и опийного мака в Средней Азии. Всегда было купить «достать из под полы» наркотики в Москве и Ленинграде, в Крыму. Всегда среди нас жили и умирали неизлечимые наркоманы, хотя «железный занавес» в период «холодной» войны и отсутствие массовых связей с другими странами действительно сдерживали рост наркомании.

Наркомания - это болезнь. Специалистам - наркологом это известно, по крайней мере, с конца 19 века и признается ими безоговорочно. Болезнь под названием «наркомания» упоминается во всех медицинских учебниках, справочниках наряду с другими заболеваниями. Но среди людей, не имеющих отношения к медицине, до сих пор господствует мнение, что это просто плохая привычка, что если человек употребляет наркотики, то причина этому - только его «непутевость», порочность, склонность к преступному образу

жизни. Собственно болезнью являются только 2 наркотических состояния - привыкание и зависимость.

- Привыкание к наркотикам возникает на первых этапах его применения, когда новичку хочется попробовать его еще раз (из стадного чувства или чтобы проверить собственное ощущение), а потом еще раз... Но в это время ему кажется, что при желании он может бросить «завязать»

-Зависимость характеризуется сильным влечением, желанием, непреодолимой потребностью постоянного применения наркотика, сопровождаемой нередко попыткой получить его любой ценой, даже ценой преступления. Резкой границы между двумя этими состояниями нет, а полная зависимость от некоторых сильных наркотиков наступает после первого приема, и ни о каком «бросить» уже не может быть и речи.

Наркотики – может это не так уж и страшно, может это только пугают? На этот вопрос должен ответить каждый сам.

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ НАРКОТИКОВ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ

ГЕРОИН

Наркотик получен химическим путем из другого наркотического вещества - морфина. Это один из самых коварных наркотиков. Психологическая зависимость от героина формируется после первого укола у 55 % юношей и 88 % девушек, а остальным требуется еще укол или два ... И возврата уже в нормальный мир нет. «Торчат» на героине, как правило, не очень долго: употребляющие этот наркотик живут 5-7 лет. Зависимые от героина девушки лишаются возможности иметь детей, ну а если все - таки им это удастся, то судьбе их будущих детей не позавидуешь.

Наиболее заметный признак употребления героина — сужение зрачков (при любом освещении). Все «приятные» симптомы зависимости от героина дают о себе знать уже в течение первых 1-2 недели его употребления : потливость, неожиданные слезы, насморки, понос, раздражительность, неумная дрожь, боли в сердце, опухоль, боли в костях и пояснице . С этими синдромами наркоман может бороться только одним способом - любым способом достать дозу и уколоться ... КРУГ ЗАМЫКАЕТСЯ.

КОКАИН

Кокаин относится к группе самых древних наркотических средств. Еще Испанские конкистадоры, огнем и мечом покорявшие Америку заметили, что местные жители жуют листья какого-то растения, после чего могут без еды и отдыха работать несколько дней. Это растение они называли «кокой». Прошли века. И в 19 веке не слишком многочисленные тогда любители «зелья» стали нюхать белый порошок, получаемый из листьев этой самой американской «коки». Впрочем, к этому времени обнаружилось, что кока произрастает и на островах Ява и

Цейлон. Особенно полюбила кокаин богема : выяснилось, что этот наркотик вызывает эйфорию и особый вид, опьянения, при котором ощущается прилив творческих сил и физического возбуждения. Правда, вскоре стало понятно,

что приятное состояние длится недолго, а на смену ему приходит усталость, раздражительность и депрессия. И кокаинист уже не может остановиться, он во власти своего порока. При длительном употреблении кокаин вызывает у наркомана манию преследования и галлюцинации: ему кажется, что за ним кто-то следит, что ему угрожает опасность. Наркоманам «со стажем» чудится, что у них под кожей бегают насекомые (так называемые «кокаиновый клоп»), и, что бы от них избавиться, наркоманы в исступлении рассекают себе кожу ножом или лезвием.

Кокаин врачи называют «быстрым убийцей», так как заболевания сердца и его внезапная остановка чаще всего наблюдается именно у любителей кокаина.

МАК ОПИЙНЫЙ ИЛИ СНОТВОРНЫЙ.

О воздействии опийного мака маленькие дети обычно узнают еще в детстве из сказки Волков «Волшебник Изумрудного города» Помните, как Элли с друзьями уснули под одурманивающим воздействием макового поля? В жизни все, конечно, не так просто, мак нужно вначале обработать, чтобы получить из него наркотик из семейства «депрессантов», известных под названием «опиаты». Мак опийный культивируется по всему миру, и даже дачники Подмосковья, в саду которых растут ярко - красные цветы, не гарантированы от ночного визита жаждущих кайфа малолетних наркоманов : маковая «соломка» тоже наркотик, затуманивающий людской разум . Одурманенный маковой соломкой человек уже не контролирует своих поступков . Немного медленней, но тоже входит в зависимость - начинает употреблять чаще , а доза постепенно увеличивается.

Ниже приведен список наркотиков с описанием их воздействия на организм.

Вещество	Описание	Воздействие на организм
АЛКОГОЛЬ	В чистом виде – прозрачная жидкость, которая содержится в пиве, вине, водке, спирте и др. алкогольных напитков.	Расслабленное и угнетенное состояние, плохая координация движений и ослабленный контроль над ними. Вырабатывает привычку и зависимость. Длительное употребление алкогольных напитков больших количествах ведет к серьезным заболеваниям печени, сердца, мозга.
КОНОПЛЯ	Обычно распространяется в виде высушенных листьев, Смешивая с табаком, коноплю используют для курения.	Вызывает расслабленность, чувство усталости, головокружение, тошноту, ощущение сухости во рту, покраснение глаз и сильное

<p>КОКАИН</p>	<p>Очищенный порошок белого цвета. Обычно его нюхают</p>	<p>сердцебиение. Кроме того, производит такое же воздействие, как и никотин.</p> <p>Тревожное или слишком восторженное или угнетенное самочувствие.</p>
<p>КРЭК</p>	<p>Разновидность кокаина. Маленькие кусочки крэка используют для курения.</p>	<p>Разрушает носовые проходы, наносит вред легким и вырабатывает сильное привыкание.</p>
<p>ЭКСТАЗИ</p>	<p>Таблетки или капсулы. Глотают</p>	<p>Сначала экстази вызывает чувство доверия ко всем людям без разбора, энергичность, уверенность в себе. Впоследствии наступает тошнота и тревога. Этот наркотик наносит непоправимый печени, почкам и может привести к внезапной смерти</p>
<p>ГЕРОИН</p>	<p>Серо-коричневый порошок продается обычно в смеси с хлорной известью или тальком. Героин курят, нюхают, делают инъекции.</p>	<p>Чувство подъема непременно сменяется угнетенным состоянием. Героин вызывает сильное привыкание и зависимость. Организму требуются все большие дозы, в противном случае начинаются ужасные ломки. Часто от передозировки героина наступает смерть. Вызывают ощущение благополучия, головокружение. Наносят вред носовым перегородкам и легким. Могут вызвать удушье. Часто вырабатывается привыкание.</p>
<p>ВДЫХАЕМЫЕ ТОКСИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА</p>	<p>Это некоторые клеи, бензин, краска, лак, Обычно их вдыхают через нос.</p>	<p>Погружают наркомана в мир страшных видений и галлюцинаций. Вызывают нарушения умственной деятельности и разрушают мозг.</p>
<p>ЛСД</p>	<p>Белые таблетки или жидкость, которой пропитываются маленькие листочки</p>	<p>Вызывает легкое головокружение, а иногда и чувство тошноты. Как правило,</p>

НИКОТИН	бумаги. Обычно их глотают. В табаке, например, сигаретах.	вызывает устойчивую зависимость. Никотин разрушает легкие и реснички носового эпителия, вызывает заболевания сердца и провоцирует инфекционные заболевания грудной полости. Может привести к раку легких.
---------	--	--

ЖЕНЩИНА И НАРКОТИКИ – ВЗГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ

Социологи считают женскую наркоманию и женский алкоголизм фактором непосредственной социальной угрозы положению женщины в обществе, ее здоровью и здоровью будущих поколений. Резкий рост распространенности женской наркомании особенно характерен для последнего десятилетия. Если доля женщин-наркоманок среди наркозависимых лиц в конце 80-х годов прошлого века равнялась примерно семи процентам, то в настоящее время она возросла до 30 %, составив около трети от общей численности наркоманов.

По сравнению с мужской наркозависимостью, женская отличается рядом особенностей.

Первый опыт приобщения женщин к психотропным веществам связан, как правило, с влиянием со стороны мужчины – наркомана – полового партнера или приятеля. Стремление стать равной мужчине или, наоборот, преодолеть зависимость от него, комплекс низкой самооценки, желание избавиться от одиночества, депрессии, тревожности, невротических состояний, связанных с тяжелыми семейными и жизненными обстоятельствами или потерей семьи (синдром «опустевшего гнезда») - вот те причины, по которым женщины и девушки начинают принимать наркотики. Чаще всего поддаются такому влиянию по половому признаку девочки-подростки, склонные к анти-социальному поведению и раннему началу половой жизни. И хотя часто девочки понимают, насколько велик риск знакомства с наркотическим веществом – желание пережить острые ощущения оказывается сильнее.

Есть мнение, что подростки чаще вовлекаются в мир наркотиков так называемыми субкультурными «микрогруппами», имеющими на подростка гораздо большее влияние, чем семья.

Многочисленные исследования возрастных характеристик наркозависимости показывают: первое употребление марихуаны девочкой-подростком происходит в среднем в возрасте 14 лет, героина и кокаина – в возрасте 17-18 лет. Молодая женщина приобщается к наркотикам в возрасте от 21 до 27 лет. После 30 лет, считают многие исследователи, начальное приобщение к наркотикам уже маловероятно. К сожалению, есть данные, что доля женщин среднего и старшего возрастов среди начавших впервые употреблять наркотики, в последние годы значительно возросла.

Мужская и женская наркомания отличаются и видами предпочитаемых наркотических веществ. Женщины чаще употребляют снотворные и психотропные фармацевтические препараты, особенно на первых стадиях формирования зависимости. Они больше, чем мужчины, подвержены полинаркомании и политоксикомании (одновременному или попеременному употреблению двух или более наркотических или токсических веществ).

Женская токсикомания отличается более злокачественным течением. У женщин быстрее формируются основные синдромы наркомании, они чаще и быстрее мужчин переходят с эпизодического на систематический прием наркотиков. Именно тем, что женщина с самого начала «с головой» погружена в наркотик, специалисты объясняют более быстрое формирование наркозависимости у женщин в отличие от мужчин, имеющих заметно выраженную первую фазу эпизодического приема наркотика.

Степень зависимости на первоначальном этапе приема наркотиков у мужчин и женщин тоже различна. Женщины могут отказаться от приема наркотиков в случае обострения сопутствующих хронических заболеваний или при влиянии и активной помощи со стороны друзей и родственников. Мужчины чаще – нет. Что касается состояния ремиссии – этапа течения болезни, характеризующегося временным ослаблением болезни или исчезновением ее проявлений – у женщин он наступает реже, но длится дольше, чем у мужчин.

В результате сформировавшейся наркотической зависимости женщина быстрее теряет свой социальный статус и ведет аморальный образ жизни, больше подвержена риску противоправных действий. Среди наркоманок высок процент (более 70%) женщин, занимающихся проституцией.

Хорошо известно, насколько опасна наркомания матери и ребенка. Она становится причиной многочисленных разнообразных патологий развития. Наркотическая ломка у только что родившегося маленького человека – это страшная картина. Чаще всего это явление наблюдается у детей, матери которых употребляли наркотики в первые триместры беременности. На пресс-конференции в Лондоне 19 июня представитель IARC профессор Джонатан Самет из университета Джона Хопкинса в Мериленде сообщил, что пассивный курильщик вдыхает те же самые опасные вещества, что и любитель сигарет, не смотря на малую их концентрацию. Это доказывают результаты анализов, взятых у некурящих.

Ученые не нашли взаимосвязи между пассивным курением и раковыми заболеваниями у детей. Однако медики отмечают, что не известно также и то, как это сказывается, когда дети вырастают.

Международное агентство исследований раковых заболеваний (IARC) обнародовало предварительные результаты своего исследования относительно опасности курения. Научные данные свидетельствуют, что табачный дым более злокачественен, чем это считалось ранее. Опасен он и для самого курильщика и для тех, кто находится рядом с ним.

Курение уже давно названо одной из причин раковых заболеваний. Однако только теперь ученые, наблюдая не одно поколение курильщиков, выявили

более ясную картину опасности табака.

Подразделение Всемирной организации здравоохранения IARC провело специальное научное исследование, которое показало, что риск возникновения раковой опухоли в результате курения гораздо выше, чем предполагалось ранее. Это исследование также окончательно доказало, что на появление рака влияет табачный дым. В частности, содержащиеся в сигаретном дыму вещества вызывают раковые опухоли в желудке, печени, почках, а также лейкемию.

ФАКТОРЫ РИСКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СВЯЗАННЫЕ С КУРЕНИЕМ

Хотя многие люди и отдают себе отчет в том, что курение вредно, однако мало кто из них осознает в полной мере степень этой опасности. В этой связи заслуживают внимания количественные оценки степени риска, если такие данные имеются в вашей стране. При этом особое значение имеют те оценки, которые показывают, насколько вредно и опасно курение по сравнению с другими причинами смертности и заболеваемости. Лишь немногие из других стереотипов поведения или факторов риска, которые можно предотвратить, являются причиной смерти такого же количества людей, как табакокурение. Курение приводит к развитию трех основных заболеваний с летальным исходом: рак легкого; хронический бронхит и эмфизема; коронарная болезнь. На примере нескольких стран, в которых курение стало массовой привычкой уже давно, было доказано, что табак является причиной смертности от рака легкого в 90% всех случаев, от бронхита и эмфиземы в 75% и от болезни сердца в примерно 25% всех случаев. Примерно 25% регулярных курильщиков сигарет умрет преждевременно по причине курения. Многие из этого числа смогли бы прожить на 10, 20 или 30 лет дольше, т.е. в данном случае средняя потеря лет жизни является существенной. Умершие вследствие курения в среднем потеряют 10-15 лет своей жизни. В одной европейской стране (с населением примерно в 50 млн. человек) число умерших вследствие курения эквивалентно числу погибших в результате авиакатастроф реактивных лайнеров большой вместимости, если предположить, что такие катастрофы - с гибелью всех людей на борту - будут происходить ежедневно. Все это - не более чем статистические подробности. Курильщики нередко стараются оградиться "рациональным" образом от выводов, напрашивающихся из подобной информации, ссылаясь на индивидуальные случаи ("мой дед выкуривал 40 сигарет в день и прожил до 93 лет") или на относительный риск, связанный с другими формами поведения ("не исключено, что завтра моя жизнь оборвется под колесами автобуса"). Данные статистики можно просто обобщить, подчеркнув тот факт, что курение является гораздо более опасным злом по сравнению с происшествиями такого рода. Даже в тех странах, где мало и слабо регистрируются дорожно-транспортные происшествия, курение является более опасным для здоровья. В такой стране, как Соединенное Королевство, курение вдесятеро опасней, чем дорожно-транспортные происшествия.

ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

Легочно-дыхательная система

В области дыхательных путей большого сечения развивается кашель и активизируется выделение мокроты.

Малые дыхательные пути воспаляются и сужаются.

Длительное воздействие дыма оказывает повреждающее действие на реснички эпителия и затрудняет их нормальное функционирование. Хронический бронхит курильщиков приводит к нарушению выделения слизи с помощью ресничек.

В легких курильщиков обнаруживается повышенное содержание воспаленных клеток. Приступы астмы происходят чаще и приобретают более тяжелую форму. Возникает склонность к рецидивам респираторных инфекций.

Сердечно-сосудистая система

После каждой выкуренной сигареты повышается систолическое и диастолическое давление крови. Также увеличивается число ударов сердца и его минутный объем. Кроме того, сигаретный дым вызывает сужение сосудов периферических артерий. Наряду с этим курение способствует развитию состояний, приводящих к образованию тромбов, вследствие: ускоренной агрегации и адгезии тромбоцитов; повышения уровней фибриногена в плазме и вязкости крови; сокращения периода жизни тромбоцитов и времени свертывания крови.

Содержащаяся в табачном дыму окись углерода связывается с гемоглобином, приводя к повышению уровня карбоксигемоглобина, который может превысить соответствующий уровень у некурящих в 15 раз. Таким образом, сокращается объем гемоглобина, доставляющего кислород.

Курение также приводит к повышению общего содержания холестерина в сыворотке крови и уровня свободных жирных кислот в плазме. Курение усиливает риск наступления внезапной смерти и развития атеросклеротического заболевания периферических сосудов, что, в свою очередь, повышает риск омертвления ткани и ампутации конечностей у таких пациентов. Наряду с этим курение самым непосредственным образом взаимосвязано с гипертонзией и повышением содержания холестерина в крови, что повышает риск развития коронарной болезни и сердечно-сосудистой болезни.

Курение повышает риск возникновения ишемической болезни сердца у женщин, принимающих оральные контрацептивы.

Прочие клинические последствия

Курящая беременная подвергает себя повышенному риску возможного выкидыша, рождения мертвого ребенка или ребенка с низкой массой тела.

Среди курильщиков чаще встречается язва желудка и двенадцатиперстной кишки; более того, в случае такой язвы опасность летального исхода у курящих выше, чем у некурящих больных. Кроме того, септические язвы у курильщиков плохо поддаются лечению.

Состав табачного дыма

Табачный дым содержит азот, водород, аргон, метан и цианистый водород. Многие не осознают пагубное воздействие окиси углерода. Представля-

ется угрожающим нижеследующий перечень возможных агентов, придающих сигаретному дыму опасный характер: ацетальдегид, ацетон, аммиак, бензол, бутиламин, диметиламин, ДДТ, этиламин, формальдегид, сероводород, гидрохинон, метиловый спирт, метиламин, соединения никеля и пиридин.

ПРОБЛЕМА ПОДРОСТКОВОГО АЛКОГОЛИЗМА

Подростков, страдающих алкоголизмом, за последние годы становится все больше. На учете в детских наркологических центрах состоят сотни человек.

Самые маленькие пациенты – подростки 14 лет с диагнозом «пивной алкоголизм»: они могут выпивать в день до десяти бутылок. Специалисты считают, что пивной алкоголизм крайне опасен, особенно в детском возрасте

Поводы первого приобщения к алкоголю разнообразны. До 11 лет знакомство с алкоголем происходит либо случайно, либо его дают «для аппетита», «лечат» вином, или же ребенок сам из любопытства пробует спиртное (мотив, главным образом, присущий мальчикам). В более старшем возрасте мотивами первого употребления алкоголя становятся традиционные поводы: праздник, семейное торжество, гости... С 14-15 лет на первое место выходят такие доводы, как: «неудобно было отстать от ребят», «друзья уговорили», «за компанию», «для храбрости» и т.п.

Стоит раз прикоснуться к спиртному, как снимается психологический барьер и подросток считает себя вправе выпить с товарищами или даже одному, если появляется такая возможность.

Подростки очень трудно поддаются лечению, при малейшей возможности снова пьют или переходят на прием наркотических веществ (зачастую бывает наоборот). Гораздо чаще, чем взрослые алкоголики, они погибают от несчастного случая, в драках, нередко кончают самоубийством.

Необходимо задуматься о будущем наших детей и серьезно заниматься этой проблемой. Любую болезнь всегда легче предотвратить, чем лечить. А если случилась беда, не медлите, обращайтесь к психологу, наркологу – спасайте ребенка.

ТЕСТ
для родителей и членов семьи

*ОБНАРУЖИВАЛИ ЛИ ВЫ У БЛИЗКОГО ЧЕЛОВЕКА ИЛИ РЕБЕНКА
СЛЕДУЮЩИЕ СИМПТОМЫ?*

1. Снижение успеваемости в школе в течение последнего года?
2. Резкое снижение успеваемости
3. Неспособность ребенка рассказать родителям о том, как протекает общественная жизнь в школе
4. Утаивание вызовов в школу
5. Потерю интереса к спортивным и другим внеклассным занятиям
6. Сообщения педагогов или учеников о прогулах уроков, драках, воровстве
7. Задержание в связи с вождением автотранспорта в состоянии опьянения
8. Задержание в связи с употреблением опьяняющих средств на дискотеках, вечерах и т.п.
9. Арест в связи с хранением, перевозкой, приобретением и сбытом наркотиков
10. Другие противоправные действия, совершенные в состоянии опьянения, включая алкогольное
11. Совершение краж
12. Пропажу из дома денег, книг, одежды и т.д.
13. Частое выпрашивание денег у родителей и родственников
14. Пропажу одежды, пластинок, кассет и т.п.
15. Наличие значительных сумм денег из непонятого источника
16. Частую, непредсказуемую, резкую смену настроения
17. Снижение настроения, негативизм, критическое отношение к обычным вещам и событиям
18. Самоизоляцию, уход от участия в семейных событиях
19. Скрытность, задумчивость, уединенность, длительное прослушивание магнитофонных записей
20. Нарастающую лживость
21. Позицию самозащиты в разговоре об особенностях поведения
22. Нежелание общения с домашним окружением
23. Нарастающее безразличие, безынициативность, потерю энтузиазма
24. Высказывания о бессмысленности жизни
25. Общие психологические изменения: Нарушения памяти, неспособность мыслить логически
26. Частые простудные заболевания
27. Потерю аппетита, похудание
28. Отказ от утреннего туалета, незаинтересованность в смене одежды
29. Внешний вид нездорового человека, бледность, отечность, покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы от уколов
30. Частые синяки, порезы, не находящие удовлетворительного объяснения: «Просто упал»
31. Появление татуировок, следов от ожогов сигаретой, порезов на предплечьях
32. Бессонницу, повышенную утомляемость, сменяющуюся необъяснимой энергичностью

33. Утверждение подростком своего права на употребление спиртного, наркотиков
 34. Частый запах спиртного или появление запаха гашиша на одежде
 35. Чрезмерно расширенные, суженные зрачки
 36. Потерю памяти на события, происходившие в период опьянения
 37. Наличие шприца, игл, флаконов, закопченной посуды, марганца, уксусной кислоты, ацетона, растворителей
 38. Наличие неизвестных таблеток, порошков, смолы, травы и т. п. в особенности, когда эти вещи скрываются
 39. Пренебрежение к домашним правилам
 40. Незаинтересованность в домашних делах
 41. Безучастность к семейным торжествам
 42. Нарастающую напряженность в семейных взаимоотношениях
 43. Стремление не ночевать дома
 44. Скрытность
- Если вы обнаружили более 10 симптомов у кого-то среди своих близких, существует необходимость обратиться за консультацией к специалистам.

ТЕСТ

на определение степени алкогольной зависимости

1. Употребляете ли вы спиртное в больших количествах после огорчения, ссоры или когда начальник отчитает вас?
2. Когда у вас проблемы или вы чувствуете себя в затруднительном положении, всегда ли в таких случаях вы пьете больше обычного?
3. Замечали ли вы, что можете выпить больше спиртного, чем вы пили раньше?
4. Было ли у вас так, что на следующее утро после выпивки вы не могли вспомнить каких-то эпизодов предыдущего вечера, хотя даже ваши друзья говорили вам, что вы не напивались до потери сознания?
5. Когда вы пьете с другими людьми, стараетесь ли вы незаметно от них выпить больше?
6. Бывают ли такие случаи, что вы чувствуете себя дискомфортно, когда у вас нет выпивки?
7. Не замечали ли вы в последнее время, что, начиная пить, вы спешите сделать первый глоток, хотя раньше этого не было?
8. Вы когда-нибудь испытываете чувство вины за то, что пьете?
9. Раздражаетесь ли вы, когда ваши друзья или семья обсуждают ваше употребление алкоголя?
10. Замечали ли вы, что у вас в последнее время все чаще случаются «провалы в памяти»?
11. Часто ли вы замечаете у себя желание продолжить выпивку после того, как ваши друзья говорят, что им уже достаточно?
12. У вас всегда есть причина, чтобы напиться слишком сильно?
13. Часто ли вы, протрезвев, сожалеете о том, что сделали или наговорили,

- будучи выпивши?
14. Пытались ли вы что-нибудь сделать, чтобы контролировать свое употребление алкоголя?
 15. Часто ли вы нарушали даваемые себе обещания не пить «в меру»?
 16. Пытались ли вы сдерживать употребление спиртного, меняя работу или место жительства?
 17. Пытались ли вы избегать своей семьи или близких друзей, когда пьете?
 18. Увеличивается ли у вас число проблем, связанных с деньгами или работой?
 19. Не кажется ли вам, что все больше людей стали обращаться с вами несправедливо без достаточных на то оснований?
 20. Вы едите мало и нерегулярно, когда пьете?
 21. «Трясет» ли вас иногда по утрам и вы чувствуете, что небольшое количество спиртного вам помогает?
 22. Замечали ли вы в последнее время, что не можете уже пить так много, как это было раньше?
 23. Пили ли вы когда-нибудь несколько дней подряд? Чувствуете ли вы себя иногда очень подавлено и сомневаетесь в таком состоянии в смысле жизни?
 24. Иногда после периодических запоев слышите или видите ли что-нибудь такое, чего на самом деле нет?
 25. Испытываете ли вы чувство страха после того, как долго пили?

Интерпретация результатов теста такова. Если вы отвечаете «да» несколько раз, то можно указать на следующие стадии алкоголизма:

Вопросы 1 – 8 – ранняя стадия;

Вопросы 9 – 21 – средняя стадия;

Вопросы 22 – 25 – начало заключительной стадии болезни;

ТЕСТ

для определения наркотической зависимости

1. Избегаете ли вы людей и мест, где вам не прощают того, что вы употребляете наркотики?
2. Тратите ли вы деньги, скорее на наркотики, чем на еду и другие необходимые вещи?
3. Считаете ли вы, что любой в этом мире – сумасшедший кроме вас?
4. Удивляет ли вас, что некоторые люди не хотят принимать наркотики вообще?
5. Осознали ли вы, что наркотики в итоге приводят к чувству обреченности?
6. Оберегаете ли вы свой запас наркотиков?
7. Вы пополняете свой запас, когда наркотики кончаются (но еще есть), а не когда они закончились?
8. Вам нравится «торчать» в одиночку?
9. Пробовали ли вы заменять один наркотик другим, думая, что у вас была особая проблема с наркотиком, который вы заменили?

10. Пренебрегаете ли вы своими обязательствами ради наркотика?
11. Употребляете ли вы наркотики из-за скандалов в семье?
12. Обманываете ли вы врачей, чтобы получить законным путем наркотики, успокаивая себя при этом, что это нормально употреблять их, раз они легальные?
13. Бывает ли у вас по несколько рецептов от разных врачей?
14. Используете ли вы наркотические средства, чтобы «завести» себя утром или успокоить вечером?
15. Пользуетесь ли вы нелегальными наркотиками или схожими с ними по действию особо сильными средствами, думая при этом, что невозможно воспротивиться этой привычке?
16. Были ли у вас проблемы с друзьями, семьей, работой или законом, связанные с употреблением наркотиков?
17. Задерживались ли вы полицией за вождение автомобиля в состоянии наркотического опьянения?
18. Воруете ли вы наркотики или деньги, чтобы их купить?
19. Есть ли у вас более чем одно место, где вы прячете наркотики?
20. Есть ли у вас пустые упаковки из-под наркотиков в вашем личном транспорте?
21. Пытались ли вы принимать неготовые еще к употреблению наркотики?
22. Воруете ли вы наркотики у своих друзей?
23. Претендуете ли вы на лучшую дозу наркотиков в компании?
24. Брали ли вы когда-нибудь наркотик вашего лучшего друга, который тот оставлял себе на утро?
25. Точили ли вы иглу о спичечный коробок когда-нибудь?
26. Коллекционируете ли вы атрибуты вашего пристрастия?
27. Употребляете ли вы наркотики, которые вам не нравятся?
28. Совершаете ли вы в состоянии наркотического опьянения поступки, которые не сделали бы иначе?
29. Прячете ли вы наркотики, даже если живете один?
30. Перестали ли вы получать кайф от наркотиков?
31. Обыскивали ли вы аптечки других людей?
32. Чтобы чувствовать себя хорошо, вам обязательно нужен наркотик?
33. Сомневаетесь ли вы в своем психическом здоровье?
34. Лжете ли вы по поводу того, какие наркотики и как много вы употребляете?
35. Принимаете ли вы наркотики, чтобы преодолеть страх перед другими людьми?
36. Решались ли вы покончить с собой?
37. Беспокоит ли вас отсутствие «кайфа»?
38. Пробовали ли вы контролировать употребление наркотика?
39. Являются ли наркотики центром ваших интересов?
40. Стыдно ли вам из-за того, что вы не наркоман?
41. Превышали ли вы когда-нибудь свою дозу?
42. Пробовали ли вы когда-нибудь освободиться от наркотиков, терпя при

- этом неудачу?
43. Выбираете ли вы себе приятелей в зависимости от того какой наркотик они предпочитают?
44. Вы не согласны, что у вас, может быть, есть проблема с наркотиками?
45. Это правда, что вы хотите освободиться от наркотиков, но не можете этого сделать в одиночку?
- Если у вас возникла необходимость отвечать на вопросы данного теста, и вы положительно ответили хотя бы на 5 вопросов, существует необходимость проконсультироваться у специалиста – нарколога.

ЧТО ТАКОЕ ЛОМКА?



По всему телу идет дрожь, прошибает пот, постоянное зевание;



Из глаз и носа побегут полноводные ручьи;



Начнется жестокий понос;



Будет ломать, и крутить суставы;



Спазмы сведут желудок, откроется рвота с кровью;



Будешь кричать от боли, не находить себе места...



Некоторые теряют сознание, часто это приводит к смерти!

ЗДЕСЬ ВАМ ПОМОГУТ в Москве:



Фонд спасения детей и подростков от наркотиков (г. Москва).
Тел.: **8-(495)-458-74-58.**



Телефон доверия «Российской наркомании» (г. Москва).
Тел.: **8-(495)-280-61-61**

в Белгороде: код 8- (4722)



ОГУ «Центр молодежных инициатив» областного управления по делам молодежи.

Молодежный телефон доверия: 34-09-71.



Наркологический диспансер областной.

Адрес: г. Белгород, пр-т Б.Хмельницкого, 79.

Тел.: 22-43-64



Подростковая наркологическая служба.

Адрес: г. Белгород, ул. Фрунзе, 57а

Тел.: 32-03-35



Наркологический кабинет анонимного лечения областной.

Адрес: г. Белгород, ул. Буденного,3

Тел.: 25-83-40



Наркологическая помощь.

Адрес: г. Белгород, пр-т Б.Хмельницкого, 78б (ДК «Энергомаш», к.7)

Тел.: 26-93-46



Областной центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями

Тел: 51-30-81



Центр медико-психологической профилактики алкоголизма и наркомании среди несовершеннолетних.

Тел.: 32-03-35



Лечебно-диагностический центр «Партнеры» нарколог – **34-54-00**



Медицинский центр безмедикаментозного лечения **53-83-77**



Зайди на сайт для получения информации о курении, алкоголе, наркотиках

www.mindbodisoul.gov.ur/index.html

http://www.rol.ru/news/med/news/02/06/20_010.htm

Источник: www.rvh.khv.ru/peoplt/smoke/index4.htm

НЕТ НАРКОТИКАМ

Сценарий вечера

(На сцене все участники, кроме Дьявола, поют.)

Вступление:

Если есть у тебя голова на плечах —
Адресуем тебе разговор о серьезных вещах.
Кто есть кто? Кто есть ты?
Быть нам или не быть?
И какими нам быть, если все-таки быть?
Если все-таки жить.
Философскую притчу хотели бы вам мы
представить,
Если есть у тебя голова на плечах —
Адресуем тебе разговор о серьезных вещах...

Одна из «жертв»:

Ни в одной не найдете газете
Вы сообщения о сделке века!

Другая «жертва»:

«Люди гибнут за металл!» —
Гете вам еще сказал.
«Сатана там правит бал».

Автор

Сделка века! Сделка века!
Как уничтожить человека!

Все: Добро пожаловать в преисподнюю!

(Все уходят. На сцене за столом — Дьявол.)

Автор:

В офис к Дьяволу идет
Всякий разный прочий сброд —
Кто-то что-то предлагает,
Кто-то душу продает,
Один скользкий, ловкий малый
Всем сулит большой доход.
Впрочем, можете послушать —
Разговор еще идет,

(Торговец входит в кабинет.)

Торговец:

Сделка века! Сделка века!
Как уничтожить человека!
Идея — гениальная!
Прибыль — колоссальная!

Дьявол:

Что конкретно предлагаешь?

Торговец:

Предлагаю удовольствие
Для тех, кто в этом нуждается.
Ощущения — неповторимые,
Все плохое уходит, стирается,

Человек в состояние радости окунается,
В мире грез пребывает и привыкает,
«Крючок» мой с «наживкой» глотает
И в «зомби» превращается
Эта штука наркотик называется.
Подростки, молодежь,
Все это покупая,
Нас постоянно обогащают,
Себя разрушают и даже убивают,
Ну, а чтоб сразу, не загнулись
(И наши денежки осталась) —
Парочку для них лечебниц частных
Деньгами можно поддержать —
От зависимости им не избавиться,
И к нам придут они опять.

Дьявол (заинтересованно):

-Ну что же. План хорош,
Действительно коварен.
И сотни тысяч душ
Отправит на тот свет.
Их ожидает Смерть.
А человек... Он клюнет,
Он слаб, он раб своих желаний,
Лелеет он их и холит,
Он жертва разочарований,
Конфликтов, стрессов и обид.
Отныне это будет
Наш совместный бизнес.
Что просишь для себя?

Торговец (скромно потупившись):

Мечтаю я о вилле на Канарах,
Особняке в Крыму,
И «мерседесов» пару.
Так что ж? Добро?
Мы по рукам ударим?

Дьявол (мечтательно):

О, да! Начнем охоту!
Отныне каждый день
Ты ищешь новую мишень.
Ее мы в жертву превращаем —
И бизнес наш так процветает!

(Торговец поворачивается спиной (и боком) к зрительному залу. На сцене — череп (или любой другой символ Смерти). Ударяют по рукам. Сделка завершена. Уходят в разные стороны)

Автор:

О, будущий наркобарон —

Быстренько в гору пошел,

На людских страданиях

Сколачивая состояние.

На молодежных «тусовках»

Жертвы свои он искал,

В свои сети заманивал

И смертельный товар предлагал.

(Молодежь собирается на «тусовку». Кто-то гоняет пустую банку из под пива, кто-то перебирает струны гитары. Появляется Торговец.)

Торговец:

Привет, детвора!

Как жизнь, как дела?!

5-я «жертва»: Мы уже *не* детвора... 3-я «жертва»: Дела как сажа бела... **Торговец:** Ну, говори. Здесь все свои...

1-я «жертва»: Мать не понимает меня. Считает меня еще маленькой. Отца я просто ненавижу. Он все время пьет. Недавно я перешла в другую школу. Я чувствую себя одиноко.

(Поворачивается спиной к зрителям. На майке – «мишень»)

2-я «жертва»: Меня ненавидят в классе из-за того, что я много знаю и хорошо учусь. Я хочу поступить в вуз. Но у нашей семьи таких денег нет. Отец потерял работу, у матери проблемы со здоровьем. У меня пет будущего. Мне не хочется жить. *(Поворачивается, демонстрирует «мишень»)*

3-я «жертва»: У моего отца есть личный вертолет. Он бизнесмен. Но мы редко видимся. Для него главное — деньги. А недавно меня бросил любимый парень. Это тупик *(поворачивается спиной)*.

4-я «жертва»: Мне плохо дается учеба. Все считают меня тупым. Я замкнулся в себе, стал ужасно закомплексованным. Почти всегда у меня плохое настроение *(поворачивается спиной)*.

5-я «жертва»: Меня эти взрослые достали! Учат жизни, учат, а сами... Надоело жить по их дурацким правилам! Я люблю хорошо проводить время, гулять с друзьями. Больше меня ничего не интересует... *(поворачивается спиной)*.

(Пауза. Торговец доволен. Оглядывает ряд жертв. Хлопает в ладоши)

Торговец:

Хватит ныть и скулить,

Надо весело всем жить!

Познакомьтесь-ка ребята,

С моей компанией приятной!

(Жестом приглашает выйти «компанию». Демонстрирует на спине символ Смерти. «Компания» вваливается под песню «Отпетых мошенников» «Всяко разное — это не заразно».)

Клей:

Я — клей! Понюхай меня и забалдей.

Таблетка:

Я — кругленькая таблетка.

Проглоти скорей меня, детка!

Шприц:

Какие красивые руки!

(Гладит руки у одной из «жертв»)

Я — шприц! Скорей об меня уколись!

«Косячок»:

Я — «Косячок»! Выкури меня, дурачок.

(или Я – сигареточка,

Выкури меня, деточка.) —

«Дурь»:

Я — дурь. И я твоя, вся обалденная!

Клей:

Ну что же ты стоишь?

Скорей оторвись!

Таблетка:

Балдей и веселись!

Шприц:

Долой проблемы!

Все (и жертвы):

Даешь новую жизнь!

«Дурь»:

Хмуриться перестань!

Попробуй лучше кайф!

(«Наркотики» берутся за руки с жертвами, образуют круг, танцуют под быструю музыку. Затем все просто танцуют. Музыка заканчивается.)

Торговец:

Ну что, молодежь,

Вам понравился балдеж!?

2-я «жертва»: Что это было? Я улетал.

4-я «жертва»: Я как безумный хохотал.

1-я «жертва»: А я такие мультики видала.

3-я «жертва»: Я веселилась от души.

5-я «жертва»: Еще хочу! Дай!

Торговец:

Не спеши!

(Рукой указывает на «Наркотики», которые встали за его спиной.)

Торговец:

Это — товар. Даром не дам.

Деньги плати. Нет — уходи.

«Жертвы»:

— Мне!

— Мне!

— Мне! — *Все дают ему деньги, вещи.*

(Торговец быстро набивает мешок. На мешке — изображение доллара)

Автор:

Снова продолжается безумие,

И незаметно перешли черту

От удовольствия к зависимости,

А вот и Дьявол появился на пиру.

Дьявол (возвышаясь над тусовкой, стоя на столе):

О, вакханалия в разгаре:

Я поздравляю вас!

Вы прямо в ад попали!

(Звучит очень быстрая музыка. Танцующие образуют два круга — внешний («Наркотики») и внутренний («Жертвы»). Дикий танец. «Жертвы» уже пытаются выбраться, но «Наркотики» их не выпускают. Музыка замирает. Танцующие останавливаются.) «Жертвы», оставаясь в кругу, обращаются к Дьяволу:

1-я «жертва»: Мне плохо!

2-я «жертва»: Я больше не хочу!

3-я «жертва»: Я не могу так больше!

4-я «жертва»: Помогите мне!

5-я «жертва»: Я погибаю!

Автор (с горечью):

Сделка века! Сделка века!

Как уничтожить человека!?

Судьбы наших героев пред вами предстанут.

Комментарий излишен.

Объявляю тайм-аут.

(Жертвы по одному выходят из круга, образуемого «Наркотиками»)

2-я «жертва»: Я умер от передозировки наркотиков в возрасте 22 лет.

(Поворачивается спиной. На ней «мишень»).

1-я «жертва»: Я — ВИЧ-инфицированная. Заразилась во время внутривенной инъекции. Я обречена.

(Поворачивается, демонстрируя «мишень»).

4-я «жертва»: Я — наркоман. Влачу жалкое существование. Родные брезгуют общаться со мной. У меня нет семьи.

(Поворачивается.)

2-я «жертва»: Наркотики толкнули меня на преступный путь. Я стала воровать. Осуждена. Нахожусь в тюрьме.

(Поворачивается.)

5-я «жертва»: Мой сын инвалид. Он расплачивается за мои грехи. *(Поворачивается, спиной демонстрируя «мишень»).*

(Все «Жертвы» стоят в одну линию. Пауза, «Жертвы» поворачиваются лицом к зрителям. Позади них выстраиваются «Наркотики», Торговец, Дьявол.) Все поют:

Если есть у тебя голова на плечах —

Адресуем тебе разговор о серьезных вещах.

Кто есть кто? Кто есть ты?

Быть нам или не быть?

И какими нам быть, если все-таки быть?

(Пауза. Далее звучит рэп. Актеры все это исполняют в динамик (или говорится речетативом).)

Автор: И прощаясь, позвольте дать вам совет.

Все хором: Жизнь — да! Наркотики — нет!

1-я «жертва»: И если кто-то тебе скажет: «Давай!»

Все: Смело «товарища» подальше посылай!

2-я «жертва»:

Появится такой вот «друг», гони его взашей.

Все: Запомни: ты — личность, ты не мишень! *(срывают и выбрасывают «мишени»).*

3-я «жертва»:

Не позволяй, чтоб на тебе, на жизни твоей

Он заработал состояние, прогони его скорей!

4-я «жертва»:

Безвредных наркотиков не существует.

Все:

Не трогай эту гадость! Ни эту, ни другую!

5-я «жертва»:

Ты же не хочешь, как пещерный человек, ноги протянуть в 30 лет?

Клей:

Если плохо тебе — ты не замыкайся,

(показывает номер молодежного телефона доверия)

По телефону звони.

Все: Звони и доверяйся!

Таблетка:

К психологу иди, найди себе друга.

Музыку вруби, послушай на досуге.

Шприц:

Плавай, загорай, спортом занимайся,

Книжки читай, фотоделом увлекайся.

«Косячок»:

Делай, что понравится, что тебе по душе.

Все: Но наркотики — это не решение проблем!

«Дурь»:

Уйди в учебу! Найди свое призвание!

Как сумасшедший лети на свидание!

Выращивай цветы! Спасай животных!

Все: Но только не наркотики, только не наркотики

Торговец:

В жизни нашей

Не бывает без проблем.

Будь сильнее обстоятельств.

Все: Ведь ты – человек!

Дьявол:

Ты — венец эволюции,

Разума носитель!

Так не веди себя так,

Словно ты — дьявол-разрушитель...

Автор:

Внутри тебя — Добро и Зло.

Слово за тобой. И это слово – одно.

Все: «Да» или «Нет».

Автор:

Сказать ты должен сам

И выбрать его сам!

(Пауза.)

Все: Если есть у тебя голова на плечах –

Адресуем тебе разговор о серьезных вещах. *(Хором.)*

(Уходят со сцены.)

ПОТЕРЯННАЯ ЖИЗНЬ

СЦЕНАРИЙ МУЗЫКАЛЬНОГО ВЕЧЕРА

Звучит тревожная фонограмма колокола. С горящими свечами выходят семь девушек в черных плащах и одна в белом. Они двигаются по на-

правлению к центру сцены и становятся в треугольник. Поочередно поворачиваясь к зрителям, говорят свои фразы по сценарию. В это время девушка в белом раздает в зрительном зале пакетики с каким-то порошком (сахарная пудра).

1-я девушка. Пожар

2-я девушка. Пожар

3-я девушка. Пожар полыхает по всей России. Пожар, в котором горят миллионы юных жизней. Нераскрывшиеся таланты, несбывшиеся мечты, нерожденные дети.

4-я девушка. Пожар уносит молодых людей, не познавших любви, радости отцовства и материнства.

5-я девушка. Белая смерть нависла над нами!

6-я девушка. Белая смерть, ее имя – наркотик!

Очень тихо звучит траурный марш.

7-я девушка. На кладбищах, если взглядеться внимательно, на новых крестах, надгробных плитах поражают даты рождения и кончины усопших – совсем молодые люди.

1-я девушка. Целые молодежные кварталы мертвых. Смертность не только возросла, но и резко помолодела.

2-я девушка. Смерть – это всегда тяжело и страшно, в особенности от наркотиков. Ведь молодые люди, только начинающие жить, уходят в небытие добровольно, по собственной глупости.

3-я девушка. Кажется, только вчера в России говорили о наркомании как о трагедии других стран, но она пришла к нам, распространяется со скоростью эпидемии.

4-я девушка. Страна оказалась перед лицом национального бедствия. Самое страшное, что в наркотическом пожаре горят подростки, юноши и девушки. Под угрозой наше будущее.

Ведущие разворачиваются спиной к зрителям, образуя черный задник из раздутых плащей. На сцену выходят дети.

Марина. Почему ты не сказал маме или хотя бы мне? Что теперь делать, чем тебе помочь?

Леша. Дозу! Прошу тебя!

Марина. Лешенька, миленький, где же я возьму? Я побегу к маме, тебе нужно в больницу.

Леша. Не уходи. С каждой минутой мне все трудней говорить. Мне нужна очередная доза. У меня все тело ломит. Я уйду из жизни. Никто не может мне помочь. Я прошу тебя, никогда не пробуй этой гадости, обещай, обещай мне!

Марина *(плачет)* Леша, Лешка...

Черные плащи раздвигаются, проходят вперед и перекрывают детей. Свет гаснет и вновь зажигается. Звучит тревожная фонограмма колокола.

1-я девушка. Рост наркомании среди школьников и в студенческой среде увеличился за последние годы в 6 – 8 раз.

2-я девушка. По последним данным, во многих школах регулярно потребляют наркотики до одной трети старшеклассников.

Девушки уходят. Хореографический коллектив исполняет «Бесовский танец». Музыка прерывается, участники танца замирают. Звучит тревожная фонограмма колокола. Выходят две девушки в красном со свечами.

1-я девушка. Массовая наркотическая одурь поражает все больше и больше молодых людей и даже детей, особенно беспризорных. Их в России уже около миллиона! Наркоманы передают друг другу опасные заразные болезни. Нависла угроза катастрофического распространения СПИДа.

2-я девушка. Участились случаи самоубийств. Не только в крупных городах, но и в захолустьях сотни, тысячи наркоманов гниют от гангрены, превращаются в живые трупы.

Видеовключение на 3 минуты о пагубности наркотиков. Танцоры покидают сцену. Их сменяют участники театрально-хореографической композиции «Судьба наркоманки». Музыка прерывается, участники композиции замирают. Выходят четыре девушки в черном, со свечами. Звучит тревожная фонограмма колокола.

1-я девушка. От 65 до 80 процентов наркоманов – дети из высокообеспеченных семей.

2-я девушка. В антинаркотическом центре в Киргизии проходят курс лечения дети некоторых высокопоставленных лиц.

3-я девушка. Ни деньги, ни власть, ни положение не спасут наших детей от угрозы белой смерти.

4-я девушка. Число женщин – наркоманок за последнее десятилетие увеличилось в почти в 6 раз. Они рожают заведомо зависимых от наркотиков младенцев.

Видеовключение о пагубности наркотиков на 3 минуты.

ПОТЕРЯННАЯ ЖИЗНЬ

Поэтическая композиция

Дым от сигарет выходит кольцами,

И в хмельном угаре голова...

Уж давно не радуется солнцу

Девушка, душой своей мертва.

Пьяные компании, пирушки,

Матери несчастные глаза,

Сигареты, «травка» под подушкой

Да сестры соленая слеза.

День за днем живет она без цели,

Потеряла всех своих друзей...

Даже в марте звонкие капли

Не приносят облегченья ей...

Засосала страшная трясина,

Сил бороться не было и нет,

А наркобарон, крутой детина,

Так «достал» что стал не в радость свет.

Деньги, деньги, деньги... где достать их?

Требуется доза хоть умри!

Маминых серег, колец последних

Ей едва хватило дня на три...

Помогите, люди! Дайте руки!

Ей самой не вырваться из пут.

Удержите, взявши на поруки,

И поверьте, что глаза не лгут.

Молят милосердия, защиты,

Сильного, надежного плеча...

Совести исчерпаны кредиты,

Так не оттолкните сгоряча!

Чтобы не погибли миллионы

Россиян красивых, молодых,

Разгромите грязные притоны,

Раз и навсегда закройте их!

Пристально взгляните в лица юных,

Нет ли в них тревожной пустоты?

И себя спросите как с трибуны:

«Что для их спасенья сделал ты?»

Участники композиции продолжают.

1-я девушка. А что для их спасенья сделал город?

2-я девушка. Человек, не занятый творчеством, трудом, не знающий, куда себя деть, - хорошая мишень для наркотиков.

3-я девушка. А кто хочет стать такой мишенью?

4-я девушка. Приглашаем вас в учреждения города, где вы сможете найти себя, утвердиться, самореализоваться. Слово предоставляется директору Дворца культуры.

Директор рассказывает о возможностях учебы, трудоустройства, культурного досуга.

Звучит «Аве Мария». Выходят три девушки в белом.

1-я девушка. 500 тысяч наркоманов состоят сегодня на учете. По оценке экспертов, на самом деле их уже больше двух миллионов. Через пару лет их численность может возрасти вдвое.

2-я девушка. За последние 10 лет число смертей от употребления наркотиков увеличилось в 12 раз, а среди детей в 42 раза!

3-я девушка. Один наркоман делает наркоманом 10 человек.

Видеовключение о пагубности наркотиков на три минуты

На сцене четыре девушки в черном, четыре в красном и один парень. Девушки стоят спиной к зрителям, раскинув плащи, изображая стену. Парень стоит лицом к зрителям, за стеной, пытаясь докричаться.

Парень. Я был в этой компании всего один раз. Мне предложили: «Попробуй, когда-то нужно начинать». Я попробовал один раз.

Поворачивается спиной к зрителю. Девушки говорят фразы, поочередно поворачиваясь к зрителям.

1-я девушка. Результат положительный!

2-я девушка. У меня СПИД!

3-я девушка. Теперь жалею, что сделала это!

4-я девушка. Я знаю, что скоро умру!

5-я девушка. Так страшно жить!

6-я девушка. Мои друзья избегают меня!

7-я девушка. Мне больше не хочется мечтать!

8-я девушка. Жизнь кончена!

Звучит фонограмма песни «Больно» в исполнении Земфиры.

Видеовключение о пагубности наркотиков на три минуты. Участники композиции покидают сцену.

Девушка в черном. Слово предоставляется врачу-наркологу.

После выступления врача на сцене появляются две девушки в красном и девушка в белом, которая в начале вечера раздавали пакетики с порошком. Обращаясь к зрителям, они просят подняться со своих мест тех, кто брал эти пакетики.

1-я девушка. Вам обещали участие в конкурсе? Вам обещали приз? Вас уговаривали взять эти пакетики?

2-я девушка. Вот точно так же, а может быть, примерно так распространяют наркотики, обещая удовольствие, цена которому – жизнь.

3-я девушка. Прошу участников конкурса пройти со мной за сцену.

Участники уходят готовиться, выходят дети и девушка в красном. Видеовключение о пагубности наркотиков на три минуты.

Леша. Мы молоды, значит жизнь прекрасна!

Марина. Но может быть она еще опасной!

Леша. Когда подстережет из-за угла легкомысленная связь и острая игла.

Марина. Тебе хочется под кайфом жить, но этот кайф придет тебя убить.

Леша. Есть слово страшное, и это слово – СПИД.

Марина. В нем жизнь твоя без времени сгорит.

Девушка. 40 процентов зараженных ВИЧ-инфекцией – наркоманы.

На сцену выходят участники композиции с белыми пакетиками. Они идут как зомбированные, как сомнамбулы под фонограмму траурной музыки. Поворачиваясь к зрителям рвут пакетики, говорят хором.

МЫ – ПРОТИВ НАРКОТИКОВ!

Ведущий (Зачитывает письмо).

«Брат, так много хочется тебе сказать – не читать нотаций, а просто сказать, чтобы ты понял, что свою жизнь человек строит сам, своей головой: какое у него окружение, какие друзья – такая и жизнь. Я живой тому пример. Ты знаешь, в каком окружении я жил, и какие у меня друзья, результат налицо. Пойми, что в мире, где живут нормальные люди, такие, как я и мне подобные, не нужны. В этом виноват я сам, раньше я этого не понимал. Жаль, что понял слишком поздно. Таких, как я, сгоняют в зоны и пытаются пере-

воспитать. Но что это такое – тебе лучше не знать, потому и прошу: не попадай сюда.

Еще раз говорю: найди хороших друзей, поменяй круг общения, поставь нормальную цель в жизни – и все у тебя будет нормально. Главное: прошу, береги маму, ведь без неё мы давно бы уже пропали. Запомни: прежде чем что-то сделать, надо подумать хорошо, очень хорошо. Я понял это только здесь, не повторяй моих ошибок. Я много принес горя маме, так хоть ты подари ей немного счастья. Запомни, что мама – это первый и лучший друг, она не продаст и не предаст, поэтому цени и уважай её.

Передай привет моей жене, писать ей пока не буду, рука не поднимается. Поцелуй за меня любимую доченьку».

«Прислушивайся к своему сердцу»

Сценарий вечера о вреде курения

Действующие лица:

Доктор Айболит

Петя Степанов

1-я девушка

2-я девушка

Органы Пети:

Сердце

Легкие

Желудок

Мозг

Властелина – царица Никотинового царства

Слуги Властелины:

Рак

Язва

Атеросклероз

Никотиновая Слепота

Никотин

Жертвы курения:

Слепцы

Курящие девушки

Айболит: Я – доктор, друзья.

Известен вам я с детства.

Вы всюду встретите меня,

Я рядом, по соседству.

Если в школу ты зайдешь,

Там легко меня найдешь.

У меня есть кабинет,

Он не страшен, вовсе нет!

Если что-то заболит –

Рядом доктор Айболит.
Если поранился вдруг – не беда,
Мой кабинет ты найдешь без труда.
Рану твою йодом смажем,
Затем белоснежным бинтом завяжем.
Лекарство волшебное у меня,
Вылечит быстро оно тебя.
Часто прививки я делаю детям,
Ведь я за здоровье людей в ответе!
Не бойтесь уколов,
Они не страшны!
Они нам порою очень нужны!
Уколы сегодня не буду делать вам.
Историю о Пете поведаю вам!
Уходит.

Раздается школьный звонок. Слышатся голоса ребят. На сцену выходят две девушки.

1- Девушка

Степанов Петя, мой сосед,
Всюду с пачкой сигарет.
Он курит, не стесняется,
На взрослых огрызается.

2-я Девушка

С урока прозвенит звонок –
Петя в укромный бежит уголок.
Всю перемену он может курить,
Вместо того, чтоб урок повторить.

1-я Девушка

Учится плохо, стал часто болеть,
Не может урок до конца досидеть.
С Петей беседы мы проводили,
О вреде курения много говорили.

Появляется Петя

Петя упорно твердит всегда:

Петя: Курил! Курю! Что вам за беда?

Курит давно мой дед,
А деду исполнилось семьдесят лет!
Он жив, как видите и здоров,
Редко бывают у докторов.

2-я Девушка

Ну вот что, Степанов, курить бросай.
Из двоек и троек скорей вылезай!

1-я Девушка

Своим поведением позоришь наш класс.

В школьной газете пишут про нас.

Петя (*грубо*)

Уйдите с дороги, что встали?

Нытьем вы меня достали!

Айболит

Ночью приснился такой Пете сон,

Как будто увидел фильм ужасов он.

Звучит жуткая музыка. Опираясь на палочку, прихрамывая, Входят Сердце и Легкие (эмблемы на одежде). Они сгибаются под тяжестью огромных пачек сигарет «Мальборо».

Сердце

Плохи, приятель, мои дела!

Ноша такая мне тяжела.

Трудно стало мне стучать.

От боли хочется громко кричать.

Легкие

И я задыхаюсь на каждом шагу!

Нет, жить так дальше я не могу!

Сердце

Усердно работало я и стучало.

Хозяин не ведал со мною печали.

Он вместо своей заботы,

Пробежек по субботам,

Прогулок и зарядки

Дымит лишь без оглядки.

Айболит

Запомните! В табачном дыме обнаружено 30 природных ядов, способных вызвать рак.

Легкие

(Продолжая разговор оглядывается по сторонам).

Скажу вам, дружище, по секрету.

Должны вы узнать, конечно, об этом.

Рак Легких недавно здесь побывал,

Новую жертву себе он искал.

К счастью большому, на этот раз

Он не заметил с тобою нас.

В сети свои он не смог нас поймать.

А что будет с нами лет через пять?

День ото дня наш хозяин слабеет.

Время придет – его Рак одолеет.

От сигарет, от табака
Умрем вместе с ним мы наверняка.
Если б знал он как страшно
Умирать от болезни этой ужасной.
Если б хотел наш хозяин жить –
Он бы немедленно бросил курить.

Айболит

Запомните! Раком легких курящие болеют в 15 раз чаще, чем некурящие.
Звучит ритмичная музыка. Через зал бежит Рак Легких. Сердце и Легкие убегают. Рак начинает танцевать еще в зале, затем продолжают танцевать на сцене.

Рак

Новую жертву себе я ищу.
Я никого здесь не упущу.
Там, где курят с охотой,
Найдется всегда мне работа.
(Принюхивается)
Знакомым дымком пахнет, чувствую я.
Надо спешить! Ждет работа меня!
(Убегает.)

С криком на сцену выбегает Желудок.

Желудок

Помогите! Караул! Погибаю!
Молодым, в расцвете сил умираю!
Язва гонится проклятая за мной,
А ведь я еще такой молодой!
Мозг хозяина часто просил,
Чтоб голодным никогда он не курил.
А хозяин не любит меня,
Никотином тихо губит меня.
Появляется с сачком Язва. Пытается поймать желудок. Желудок убегает.

Айболит

Запомните! Яды, содержащиеся в никотине, отрицательно влияют на слизистую оболочку желудка, изменяют ее, что приводит к такому заболеванию, как язва желудка.

Чтобы Язву победить –

Пора настала бросить курить!

Звучит грустная, почти траурная музыка. На сцену выходит Мозг. Он опутан сетью веревок, на концах которых навешаны двойки, тройки..

Мозг

Я – бедный, несчастный, прокуренный Мозг,
Хочу, чтобы кто-нибудь Пете помог.
Он каждый день никотином травится,
А мне это ох как не нравится.

Стал плохо он соображать,
И вот – по контрольной двойка опять.
Он учится еле-еле,
Двойки его одолели.
Он бросить курить не может, ослаб,
Теперь в никотиновом царстве он раб.
(Уходит.)

Айболит

Запомните! Исследования показали, что никотин, содержащийся в табаке, вызывает привыкание к табаку. Курящий очень скоро становится никотинозависимым.

Появляются Слепцы. Их конвоируют Атеросклероз и Никотиновая Слепота.

Айболит

Курящих нередко поджидает беда
Под названием Никотиновая Слепота.
Она неизлечима.
Атеросклероз сосудов начинается.
Руки и ноги гангреной поражаются.
Курильщик легко инвалидом станет,
Если вовремя курить не перестанет.
Раздается барабанный звон.

Никотиновая Слепота и Атеросклероз

(вместе)

Владычица мира идет, Властелина!
Царица мрака и никотина!
Всем на колени немедленно стать
Царицу принято так встречать!
(Слепцы падают на колени.)

Звучит торжественная музыка. Входит Властелина, за ней следует Рак и Язва, выносят трон. Властелина садится. К ней подбегают, кланяются Никотиновая Слепота и Атеросклероз.

Никотиновая слепота

Вас рады приветствовать здесь и сейчас!
Вот новые жертвы нашли мы для вас!

Атеросклероз

Они, очевидно, не любят жить?!

Властелина

За все! За все надо платить!

(Оглядывает жертвы.)

Но мало рабов вы пригнали, мало!

Еще поискать бы, друзья, не мешало!

*Никотиновая Слепота и Атеросклероз убегают и тут же возвращаются.
Они приводят двух девушек.*

Атеросклероз

Эти девицы недавно курили,
О долге и совести позабыли!
Они не хотят матерями быть,
Здоровых детей миру дарить.
Властелина осматривает новеньких.

Айболит

Запомните! Пороки сердца, задержка умственного развития, смерть в чреве матери ребенка – вот расплата за пристрастие к табаку будущих мам.
Не курите, девочки, не курите!
Будущее ваше пощадите!

Властелина

Мало! Мало! Еще хочу!
Должна же работа быть палачу!
Язва и Рак вытаскивают на сцену Петю.

Властелина

Где мой палач? Мой господин?
Вечно голодный сэр Никотин!
Барабанная дробь. Медленно двигается Никотин с огромным мечом. Он приближается к Пете.

Петя *(умоляюще)*

Я больше не буду курить! Пощадите!

(Кричит.)

На помощь! На помощь!

Спасите! Спасите!

Звук литавров. Свет гаснет. Петя, как волчок вертится на сцене. Все уходит. Когда свет вновь вспыхивает, то на сцене только Петя, Айболит и Девочки.

Петя

Как хорошо, что все это лишь сон!

Айболит

Но в явь превратиться легко сможет он!

1-я Девушка

Ну, что, Степанов, решил, как жить?

Курить будешь дальше?

Иль бросишь курить?

2-я Девушка

А может отдать тебя палачу?

Петя

Нет, встретиться с ним я, друзья, не хочу!

(Достаёт пачку сигарет, рвет ее.)

Бросаю курить! Надоело так жить!

Хватит никотином организм губить!

Вам всем сидящим мой совет:

Ничего хорошего в курении нет!

Если хотите здоровым быть –
Бросайте, бросайте, бросайте курить!
*Выходят все участники представления. С одной стороны – Сердце, Легкие,
Мозг Желудок с другой стороны – отрицательные персонажи.*

Айболит

(обращается в зал)

Представьте: я – весы, а это чаши. *(Развернутые ладони рук.)*

На этой стороне весов –
Здоровье близких ваших,
Будущей матери и детей,
Жизнь и здоровье планеты всей!

А эта чаша весов тяжела,
Но в нашей жизни она не нужна!

Отрицательные персонажи поворачиваются к залу спиной.

1-я Девушка

Курят героини с киноэкранов.

Желудок Курят героини известных романов.

2-я Девушка

Курят медсестры порой и врачи.

Все Кто от куренья нас может спасти?

Сердце

Народная мудрость давно гласит:

«Курить – это значит здоровью вредить!»

Мозг

Может издать во всех странах закон:

«Курильщики злостных с планеты вон!»

2-я Девушка

Хотим мы здоровыми, бодрыми быть,

Пользу планете своей приносить!

Петя

Министры в правительстве и депутаты,

Пора покончить с зельем проклятым!

Айболит Пусть каждый сидящий на миг помолчит.

Послушает, как сердце его стучит!

Пауза. Удар метронома или гонга. Отравительные персонажи поворачиваются лицом к зрителям.

Пусть ваше сердце даст вам совет:

Все Стоит курить продолжать или нет?!

(Удары метронома.)

БИБЛИОГРАФИЯ

1. **Адреса помощи:** Где лечат от наркомании (по России) // Первое сент. – 2007. – 3 февр. – С. 7.

2. *Агранович М.* Давай закурим, сыночек по одной: что делать родителям, впервые застукавшим свое чадо с сигаретой / М. Агранович // Рос. газета. – 2007. – 27 фев. – С. 11.
3. *Айсберг* заморозит чуму // Библиотека. 2006. – №10. – С. 49.
4. *Алексеев Л.* Александр Шаганов: «Я сделаю все, чтобы моя дочь была защищена от наркотиков» / А. Алексеев // Пока не поздно. – 2006. – № 6.
5. *Алексеев Л.* Беседа с нами, Виктория Токарева вдруг воскликнула: «Как хорошо жить!» / А. Алексеев // Пока не поздно. – 2007. – № 2. – С. 4.
6. *Алексеев А.* Будьте более всего осторожны с вашей душой и вашей жизнью / А. Алексеев // Пока не поздно! – 2008. – № 10. – С. 4.
7. *Алексеев А.* Марина Сулова. Желаю нашим подросткам умного взрослого друга рядом, силы воли / А. Алексеев // Пока не поздно. – 2008. – № 9 – С. 4.
8. *Алексеев А.* Ренат Акчурин: Наркомания – это болезнь социальная / А. Алексеев // Пока не поздно! – 2007. – № 5. – С. 4.
9. *Алексеев А.* Солидарность и поддержка общества – основа выживания России // Пока не поздно. – 2007. – № 4. – С. 4.
10. *Ананьев А.* Генералы, миллиарды и «белые вороны»: все о проблеме наркомании / А. Ананьев // Смена – Зебра. – 2004. – 3 марта. – С. 2.
11. *Анисоян М.* Эпидемия: профилактика наркомании, что нужно знать в первую очередь? / М. Анисоян // Свет. – 2001. – № 12. – С. 16 – 17.
12. *Бабаева С.* «Когда все трещало по швам, о наркотиках мало кто думал»: О рынке наркотиков / С. Бабаева // Известия. – 2004. – № 57. – 31 марта. – С. 1.
13. *Баймухаметов. С.* Нарко-Россия // Сельская новь. – 2006. – № 1. — С. 18-19.
14. *Буянов М. И.* Размышления о наркомании. Кн. Для учителя. – М.: Просвещение, 1990. – 80 с.
15. *Владимирский, А.* Наркота по-Воронежски / А. Владимирский. – Комс. пр. – 2006. – № 99. – 26 окт. – С. 11.
16. **8 дней «против»**, два – «за» // Библиотека. – 2002.–№ 1 *Гаврилов В.* Наркомания бьет по будущему: госнаркоконтроль уточняет меры борьбы с этой угрозой / В. Гаврилов // Труд. – 2004. – 31 марта. – С. 1.
17. *Георгиев Ю.* Как снять подростков с иглы / Ю. Георгиев. – Клуб. – 2001. – № 2. – С. 19 – 20.
18. **Граница: пресечь конопляный роман** // Наркомат. – 2006.–№ 1(28). –С.58.
19. *Гузилов Б. М.* Что губит нас...: О проблемах алкоголизма, наркомании и табакокурении / Б.М. Гузилов, А.А. Мейроян. – Л.: Лениздат, 1990. – 208 с.
20. *Гурски С.* Внимание, родители / С. Гурски. – Пер. с пол. – Изд. 2-е. – М.: Профиздат, 1989. – 128 с.
21. *Данилин А.* Как спасти детей от наркотиков / А. Данилин, И. Данилина. – «Врачи предупреждают». – М.: ЗАО Изд-во Центрполиграф, 2001. – 348 с.

22. **Димова Е.** Это уже не модно. Бросить трудно, но возможно / Е. Димова // Сударушка. – 2003. – № 21. – С. 4.
23. **Добрынина Е.** Ломка началась: Президент призвал разрушить наркобизнес / Е. Добрынина // Российская газета. 2004.–№ 65.–31 мар.– С. 1.
24. **Женщина и наркотики** // Пока не поздно. – 2004. – № 22. – окт.
25. **Завьялова Н.** Мудрость, запечатленная на пальмовых листьях / Н. Завьялова // Пока не поздно. – 2004. – № 4. – С. 2.
26. **Засухин Е.** Грань дозволенного / Е. Засухин // Свет. – 2005. – № 4. – С. 24 – 25.
27. **Золотарева А.** Поменяем пиво на Хоркину? / А. Золотарева // Белгородская правда. – 2004. – 25 мая. – С. 1.
28. **Из этого болота** возврата нет // Труд. – 2000. – 27 сент. – С.6.
29. **Исмуков Н. И.** Без наркотиков: Программа предупреждения и преодоления наркотической и алкогольной зависимости / Исмуков, Н.И. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 384 с.
30. **Исповедь** бывшего 16-летнего пьяницы // Труд-7. – 2002. – 15 авг.
31. **Капустина А.** Адский карнавал /А. Капустина // Пока не поздно. – 2004. – № 10(61). – С. 3.
32. **Климент**, митрополит. Это касается всех / Климент // Воскресная школа. — 2005. — № 47— 48.— С.6.
33. **Коньшев В.** Алкоголь: опасная польза / В. Коньшев. – Физ. и спорт. – 2002. – № 8. – С. 10 – 11.
34. **Копонев С.** Дети и наркотики. Тест на внимательность родителей / С. Копонев // Человек и закон. — 2005. — № 7. — С. 112—115.
35. **Курек Н.С.** Нарушения психологической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте / Н.С. Курек. – СПб.: Алетейя, 2001. – 225с.
36. **Курение** ведет к бесплодию // Физ. и спорт. – 2002. – № 1. – С.21.
37. **Курносова Л.** Суд над наркоманией / Л. Курносова // Воспитание школьников. — 2002. — №3.—С. 71—73.
38. **Ларин Е.** Курить или не курить – вот в чем вопрос? / Е. Ларина // Белгор. Правда. – 2009. – С. 3
39. **Лойченко С.** И нет у тебя страшнее врага, чем ты сам: Наркомания распространяется со скоростью лесного пожара // Первое сент. – 2001. – 15 сент. – С. 7.
40. **Макеева А.** Подросток тянется к наркотикам // Семья и школа. — 2003. — № 7 – 8. – С. 17.
41. **Маловнк Е.** Не ведаем, что творим / Е. Маловик // Пока не поздно. – 2004. – № 4(55). – С. 1.
42. **Никитин Л.** Юность без наркотиков и алкоголя / Л. Никитин // Клуб. – 2001. – № 2. – С. 21 – 22.
43. **Оградить** от беды // Библиотека. – 2000. – №5. – С. 47- 48.
44. **Панова М.** Мир и жизнь, и созвездий движенье я сравнил со светильником воображенья... / М. Панова // Пока не поздно. – 2004. – № 2(53)

45. **Подростки** курят: Как и почему?: Досье по проблеме. // Семья и школа. – 2001. – № 1 – 2. – С. 28 – 29.
46. **Пузыревская И.** За школу без наркотиков / И. Пузыревская // Воспитание школьников. – 2001. – № 7. – С. 38 – 42.
47. **Сигарета** – вне закона: Материалы о курении, его вреде // Первое сент. – 2002. – 2 февр. – С. 6.
48. **Сирота Н.А.** Профилактика наркомании и алкоголизма / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 176с.
49. **Следственный комитет** при МВД РФ сообщает // Пока не поздно. – 2003. – № 5. – март. – С. 2.
50. **Табак** вреднее, чем вы думали // Физ. и спорт. – 2002. – №4.
51. **Тебе** нужен наркотик? Нет, наркотикам нужен ты!: Прочти сам, обсуди с одноклассниками, перескажи друзьям // Первое сент. – 2000. – 23 сент. – 23 сент. – С. 7.
52. **Третьяков Ю.** Наркоагрессия: Количество наркоманов в России за последние годы выросло почти в десять раз / Ю. Третьяков // Труд. – 2004. – 30 марта. – С. 2.
53. **Уваров Е.** Воспитание добром – тоже профилактика / Е. Уварова // Пока не поздно. — 2006. — № 34.
54. **Французский** парадокс: О пользе и вреде вина // Физ. и спорт. – 2002. – № 4. – С. 12 – 13.
55. **Фролова Н.** Голодная душа и смятенный ум путь в бездну / Н. Фролова // Пока не поздно. – 2004. – № 6(57). – С. 3.
56. **Фролова Н.** Повесть о мужестве / Н. Фролова // Пока не поздно. – 2004. – № 8(59). – С. 3.
57. **Хажилина И.И.** Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии / И. И. Хажилина. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002.
58. **Шитова Т.** Эта жуткая мания / Т. Шитова. – Домашний очаг. – 2003. – № 2. – С. 114 – 117.
59. **Эпицентр:** Наркомания – это смерть!: // Учит. газ. – 2000. – № 5.

СЦЕНАРИИ

1. **Баклыкова Л.** «Быть здоровым – это стильно!» : сценарий праздника в День молодежи / Л. Баклыкова // «Сценарий и репертуар». – 2004. – №7. – с.5.
2. **Долгов, Т.** «Звезда под крышей» : сцены из пьесы / Т. Долгова // «Сценарий и репертуар». – 2004. – №7. – С. 26.
3. **«Другой мир»** : сценарий пьесы в одном действии, пяти картин, с прологом и эпилогом) / «Сценарий и репертуар». – 2004. – № 7. – С. 57.
4. **Калашникова А.** «Что уносит дым сигареты?» : сценарий вечера – диспута для молодежи / А. Калашникова // «Звени, звени, золотая Русь!»: сборник сценариев. – М. : Академия, 2003. – С. 96.
5. **Каратушина А.** «Август» : пьеса в двух действиях / А. Каратушина // «Сценарий и репертуар». – 2004. – № 7. – С.54.

6. **Коротков Ю.** «Не оборви свою песню!» : сценарий рок – оперы с прологом, эпилогом и двумя действиями / Ю. Коротков // «Сценарий и репертуар». – 2000. – № 7. – С.72.

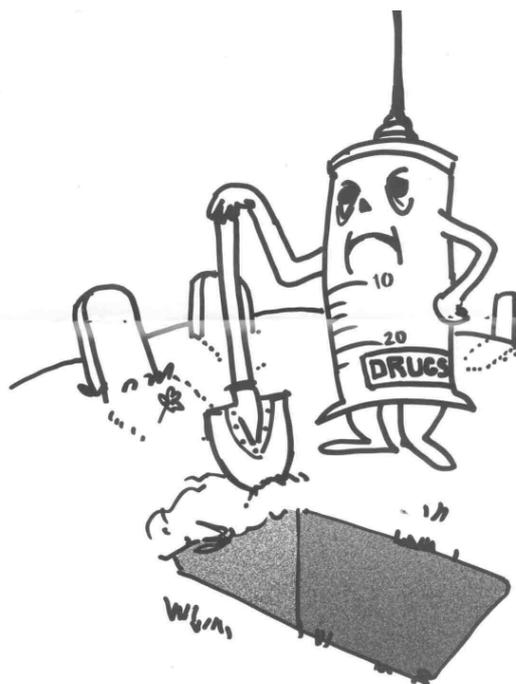
7. **Никитин Л.** «Скажи наркотикам: «Нет!» : сценарий акции – концерта) / Л. Никитин // «Сценарий и репертуар». – 2004 . – № 7. – С. 21.

8. **Смирнов А.** «Прекрасное слово – жизнь» : сценарий театрализованного вечера, посвященного борьбе с наркоманией / А. Смирнов // «Сценарий и репертуар». – 2004 . – № 7. – С. 39.

9. **Сотников В.** «По ком звонит колокол?» : сценарий агитпредставления, посвященного борьбе с наркоманией / В. Сотников // «Горница». – 2002 . – №1.

10. **Спиридонова В.** «Из жизни наркомана» : сценарий сценки / В. Спиридонова // «Сценарий и репертуар». – 2004 . – № 7. – С.81.

11. **Стрельников** «Спасибо, не курю» : сценарий тематической программы. / Н. Стрельникова // «Горница». – 2002 . – № 3. – с.1.



ARTDOLZA

®