

- Каждый наркоман неизбежно становится преступником. Ему ведь надо принять очередную дозу наркотика, чтобы прекратить страдания, а денег нет, значит, надо воровать. И попадёт он в тюрьму, это только дело случая и времени.
- Через иглу или беспорядочные половые связи вы можете заболеть СПИДом, гепатитом, венерическими заболеваниями.

### ЧТО ВПЕРЕДИ?

- Страх и презрение близких.
- Обнищание и разорение семьи.
- Отставание от сверстников в умственном и физическом развитии.

### ЧТО ТЫ МОЖЕШЬ СДЕЛАТЬ?

**Во-первых**, реши для себя, раз и навсегда, будут ли в твоей жизни наркотики.

**Во-вторых**, научись отказываться от того, что тебе не нужно.

**В-третьих**, если ты чувствуешь, что самому тебе не справиться, подумай, кто бы мог тебе помочь. И не паникуй.



**ЕСЛИ ТЫ ЗАХОЧЕШЬ – ОБЯЗАТЕЛЬНО  
НАЙДЕШЬ ВЫХОД!**

## Десять способов сказать «НЕТ!»

- Эта дрянь не для меня.
- Не сегодня и не сейчас.
- Есть увлечения и покруче.
- Я в «завязке».
- Нет уж, у меня и так вагон неприятностей.
- Я уже пробовал – это мур!
- Ты что?! У меня аллергия!
- Мои мозги мне пока не лишние.
- Я не хочу умственно отсталых детей.
- Я не тороплюсь на тот свет.

### ГБУ «Курганский областной наркологический диспансер»

📍 г. Курган, ул. Кирова, 78,  
подростковый наркологический кабинет

☎ 8 (3522) 46-64-54.

**Анонимный телефон  
бесплатного консультирования**

☎ 8(3522) 42-85-90.

Звонки принимаются  
каждый вторник и пятницу  
с 14.00 до 16.00 часов.



**Я ВЫБИРАЮ  
ЖИЗНЬ БЕЗ  
НАРКОТИКОВ!**



## ЧЕМ ОПАСЕН НАРКОТИК?

Действие наркотика похоже на действие алкоголя, но есть между ними и серьёзная разница. Сегодня можно выпить рюмку водки, а завтра забыть о ней и заниматься другими делами.

Наркотик же не отпускает от себя и не даёт времени на размышление. Он очень быстро встраивается в обменные процессы организма и становится необходим человеку, как воздух. Достаточно принять несколько доз, и человек становится рабом наркотика.

**Наркотик быстро ставит крест на прежней жизни человека и пускает её по своему сценарию – сценарию болезни, сценарию беды.**



## ОНИ РЯДОМ С ТОБОЙ

Ты видел этих мальчиков и девочек, сидящих на корточках у подъезда с тоскливыми недобрыми глазами. Они носят одежду с длинными рукавами, чтобы не показывать следы от уколов, они часто прячут глаза, чтобы не видели их зрачков. Почти всё своё время они проводят в поисках денег на очередную дозу. Если поговорить с ними откровенно, они расскажут тебе, что их жизнь – это жизнь «зомби» от укола до

укола, их жизнь – это кровь, грязь и боль. Некоторые из них могут бравировать своими «улётами», своим знанием жизни, **но каждый из них втайне завидует тебе, потому что они – рабы своей болезни, а ты свободен.**

## КОМУ ЭТО ВЫГОДНО?

Есть люди, которые очень хотят, чтобы ты стал наркоманом. Они не показывают своих лиц и не рассказывают о своих планах, но их посыльные с пакетиками наркотиков, возможно, уже ходят рядом с тобой. Они знают твои слабые места. Они могут сыграть на твоём любопытстве или чувстве товарищества.



Они могут оказаться рядом, когда тебе будет тяжело и предложить помощь. Они даже могут пытаться угрожать тебе. У них есть много способов склонить тебя к наркотикам. Ты им нужен.

Твоя беда должна стать их прибылью. Твоя болезнь должна обеспечить им красивую жизнь.

**Сегодня ты независим от них. Но завтра, когда ты оступишься, они выжмут всё до капли из тебя и из твоих близких.**

## «ЛЕГКИЕ НАРКОТИКИ»

Некоторые наркотики, например, гашиш, называются «легкими». Считается, что можно курить «травку» пока она доставляет удовольствие и бросить, когда надоест.

Можно. Только не всем это удаётся. В отличие от «тяжелых» наркотиков, которые за несколько уколов превращают человека в раба, «легкие» наркотики действуют медленнее и коварнее.

За первой сигаретой будет вторая, за десятой – двадцатая, и скоро наступит момент, когда ты вдруг почувствуешь, что уже не можешь без них обходиться.

И это ещё полбеды. **Самое страшное впереди. Коварство «легких» наркотиков в том, что они открывают дорогу всем остальным.** Спроси наркомана - инвалида, крепко сидящего на игле, и он, почти наверняка, тебе расскажет, что начал с «травки» или таблеток.

## ЧТО НАРКОТИК МОЖЕТ СДЕЛАТЬ С ТОБОЙ?

За «удовольствие» приходится платить – это знают все. А тому, кто пристрастился к наркотику, приходится платить особенно дорого. **Этот список – часть того, чем расплачивается наркоман за свою привязанность.**



- Организм начинает быстро стареть, так как при приёме наркотиков уничтожаются витамины и минеральные вещества, необходимые для жизнедеятельности.

- Появляется одышка, и в 16 лет уже трудно подняться на 5 этаж. Выпадают зубы, волосы, ломаются ногти, болят кости, так как не хватает кальция, фосфора, витамина А.

**Помните, что от начала приёма наркотиков до смерти проходит, в лучшем случае, 8-9 лет!**