

Родительское собрание «Осторожно, спайсы убивают».

План:

1. Никотинсодержащая продукция – новая форма обмана.
Спайс, снюс, насвай, вейп, sniffing – сведения о действии на организм подростка.
2. Формирование потребности ЗОЖ у подростков, как одна из главных составляющих профилактической работы по предотвращению употребления никотинсодержащей продукции.

Добрый день, уважаемые родители.

Тема нашей встречи: «Осторожно, спайсы убивают».

В последнее время среди молодежи и подростков невероятную популярность приобрели курительные смеси спайсы. Среди курильщиков спайсов бытует мнение, что они не оказывают никакого вредного воздействия на организм и даже сигаретный табак больше вредит здоровью. Но так ли безвредно курение смеси спайс для молодого организма? Почему врачи бьют тревогу и обеспокоены педагоги и родители?

Мы с вами, как и наши дети, не можем жить изолированно от большого мира; все, что происходит в других странах и больших городах, рано или поздно коснется и нас. Проблему употребления спайсов стали называть одной из проблем 21 века. И эта проблема уже на пороге...

И сегодня мы поговорим с вами о никотинсодержащей продукции, как о совершенно новой форме обмана и о формировании потребности здорового образа жизни у подростков, как одной из главных составляющих профилактической работы по предотвращению употребления этих веществ.

1. Никотинсодержащая продукция – новая форма обмана.

Ни для кого не секрет, что курение – опасная привычка. Многочисленными научными отечественными и зарубежными исследованиями доказано негативное действие никотина на все жизненно важные системы и органы человека. Никотин - внутрисосудистый яд, приводит к развитию тяжелых бронхолегочных заболеваний, поражению сердечно-сосудистой системы, возникновению онкологических заболеваний, формирует никотиновую зависимость: психические и поведенческие расстройства, связанные с потреблением никотина.

Особое опасение в настоящее время вызывает потребление несовершеннолетними новых форм никотинсодержащей продукции, в том числе бездымных форм табака или синтетического никотина. Это

сосательная формы табака – снюс, спайс или никотиновые пакетики и жевательные никотиновые «конфеты», которые воспринимаются детьми и подростками как безобидный пищевой продукт аналогичный жевательной резинке или кондитерским изделиям. Однако потребление любой никотинсодержащей продукции несет высокую токсическую опасность, содержание никотина в одной дозе «сосательной конфеты» можеткратно превышать уровень концентрации никотина в одной сигарете.

Продажа «снюсов» ориентирована в первую очередь на детей и молодежь: стильная упаковка, ароматизаторы и вкусовые добавки, которые маскируют неприятный вкус и запах сырья, надпись «не содержит табак», направленная на манипуляцию сознанием подростка, не обладающим в силу своего возраста достаточными знаниями о вреде никотина, убеждающая в «безвредности данной продукции».

Однако действующим веществом снюса, как и в табачных изделиях, является никотин. Лабораторные исследования указывают на многократное превышение в снюсе предельно допустимой дозы никотина, содержащейся в одной сигарете. Концентрация никотина в 1 пакетике может соответствовать 30 одновременно выкуренным сигаретам.

Популярность в молодежной среде бездымных форм никотинсодержащей продукции обусловлена тем, что со слов подростков, их можно употреблять незаметно от родителей и учителей, сами смеси рекламируют даже популярные видеоблогеры.

Как же действует никотинсодержащая продукция?

Всасывание никотина начинается практически сразу через слизистую оболочку полости рта. Поступление токсических веществ в кровь продолжается в течение всего времени рассасывания или жевания никотинсодержащей продукции. С повышением концентрации никотина в крови усиливается его токсическое действие, прежде всего на центральную нервную систему, сердце, сосуды, органы пищеварения.

Что происходит с организмом?

Клиническая картина отравления никотином проявляется с первых минут после поступления в организм, появляются признаки нарушения нервной системы: повышенная возбудимость, сердцебиение, потливость, бледность кожных покровов, увеличение частоты дыхательных движений.

Дальнейшее поступление никотина приводит к нарастанию симптомов отравления: появляются тошнота, рвота, головокружение, головная боль. Нарастают признаки нарушения сознания – от легкого оглушения до полной потери ориентации во времени, месте и пространстве. Усиливается тахикардия, возможны сердечные аритмии, одышка, судорожные подергивания, вплоть до судорожного припадка.

Повторное потребление никотинсодержащей продукции вызывает хроническое отравление организма. Никотин является фактором риска, способствующим развитию онкологических заболеваний, приводит к снижению врожденного и приобретенного иммунитета.

Зависимость от никотина так же, как и другие формы токсикомании, имеет негативные медико-социальные последствия: нарушаются высшие психические функции: снижается память, внимание, мыслительная деятельность, формируются когнитивные расстройства. Подросток отстает от сверстников в развитии, не усваивает учебную программу, перестает посещать школу; на фоне повторного потребления никотина быстро развивается психическая и физическая зависимость. Курительные смеси все чаще становятся причиной подростковых смертей.

«Снюс», «спайс» запрещены к реализации в Российской Федерации с 2015 года.

Насвай – бездымная форма потребления табака, изготавливается в кустарных условиях.

В качестве исходного сырья применяют табак, также добавляют гашеную известь, золу растений, верблюжий кизяк или куриный помет, иногда табачную пыль, клей, воду или растительное масло. Подпольные изготовители добавляют любые ингредиенты, в том числе и части наркосодержащих растений. Экскременты животных и антисанитарные условия изготовления приводят к высокой обсеменённости насвая патогенными микроорганизмами: бактериями и паразитами.

Кроме того, в насвае присутствуют вещества (например, мышьяк, хром, никель, кадмий, свинец), оказывающие токсическое действие на организм человека.

Действие насвая

Щелочь в составе насвая поражает слизистую оболочку полости рта. Токсическое действие никотина нарушает работу центральной нервной системы, сердца, сосудов, органов пищеварения.

Что происходит с организмом?

Высокие дозы никотина, содержащегося в насвае, приводят к тошноте, рвоте, головокружению, повышенной возбудимости, тремору, увеличению частоты дыхательных движений, апатии, обморочным состояниям. Нарастает тахикардия, возможны сердечные аритмии, одышка, судорожные припадки. Непищевые компоненты (зола, известь, помет) вызывают слюнотечение, расстройства пищеварения, разрушают слизистую ротовой полости. Язвенный стоматит у потребителей насвая становится причиной развития рака полости рта. Экскременты животных в составе насвая

приводят к инфекционным и паразитарным заболеваниям, в т. ч. заражению гельминтами.

Вейп – новая форма обмана!

Электронные сигареты и вейпы позиционируются производителями как «безопасная альтернатива курению», однако этот маркетинговый ход по созданию позитивного образа сомнительного товара – манипуляция потенциальными потребителями.

Большинство устройств для «парения» являются электронными средствами доставки никотина. Эти устройства генерируют пар, содержащий никотин, пропиленгликоль, глицерин, ароматические и вкусовые добавки. Нередко в составе вейпов заявлено об отсутствии никотина, но это не равносильно отсутствию вреда здоровью от их курения («парения»). Никотин – далеко не единственное вещество, которое представляет опасность.

СНИФФИНГ – форма токсикомании, намеренное вдыхание паров химических соединений газов (бутан, изобутан и пропан), используемых в бытовых приборах (например, в газовых зажигалках), иногда других летучих веществ бытовой химии.

Сниффинг представляет угрозу для жизни, здоровья и безопасности детей и подростков, приводит к необратимым изменениям во всех системах и органах человека, вызывает психофизическую зависимость от токсических веществ.

В России наиболее активными потребителями курительных смесей сегодня является молодежь в возрасте от 16 до 25 лет. Но известны уже случаи употребления этих наркотиков детьми 10-12 лет.

Все чаще родители приводят детей в наркологический диспансер, когда у ребенка стаж потребления уже 1,5-2 года.

Причем есть особенность сегодняшнего потребления: если раньше подросток пробовал наркотики тайно, один, то сегодня – в группах. Ребенок общается и начинает потреблять наркотик в дозах, принятых в группе, – не понемножку, а сразу, как все. Поэтому часто возникают случаи тяжелого отравления.

Как правило, молодые потребители приобретают уже готовый наркотик.

!! В 99% случаев употреблять курительные смеси начинают те, кто уже курит сигареты.

Косвенные признаки употребления смесей и других наркотиков:

- подросток начинает пропускать уроки;
- снижается успеваемость;

- вообще перестает ходить в школу;
- все время врет;
- появляются друзья, о которых не рассказывает;
- при разговоре с ними по телефону уходит в другую комнату или говорит, что перезвонит позже;
- появляется раздражительность, доходящая до ярости, уходит от любых серьезных разговоров, уходит от контакта с родителями, отключает телефон;
- думает долго;
- имеет неопрятный внешний вид;
- постоянно просит деньги, залезает в долги, начинает тащить из дома;
- при постоянном употреблении становится очевидной деградация;
- теряет чувство реальности, развивается паранойя.

Последствия употребления курительных смесей

Употребление курительных смесей представляет потенциальную опасность для жизни и здоровья ребенка. Продолжительное употребление по своей опасности превосходит даже тяжелые виды наркотиков.

И медики, и эксперты в один голос утверждают, что даже разовое применение этих смесей может привести к летальному исходу или тяжелой инвалидности.

Выделяют шесть стадий формирования зависимости:

1. начало приема Спайса;
2. эксперименты со Спайсом в поисках наиболее «подходящей» курительной смеси;
3. поиск единомышленников по употреблению среди друзей и знакомых;
4. систематическое употребление, когда возникает привыкание и человек уже не может прожить ни дня без Спайса;
5. употребление Спайса в больших дозах, в этот период начинаются проблемы в школе, в семье, наркотик порабощает человека;
6. патологическое пристрастие к Спайсу, когда человек полностью теряет контроль над ситуацией.

Как организовать родителям профилактику, основанную на принципе

«Не навреди!»?

Можно смело утверждать, что преобладающей моделью профилактики в большинстве случаев остается модель «запугивания», которая показывает свою несостоятельность в случае с подростковой аудиторией.

Если дети дошкольного и младшего школьного возраста еще могут впечатляться пугающей информацией о последствиях алкоголизма, наркомании и табакокурения, то подростки:

- 1) Обладают возрастным негативизмом и протестными реакциями, когда любое «нет» перерастает в «да» под влиянием желания противостоять ограничениям.
- 2) Приобрели «иммунитет от пугалок» со стороны взрослых, поскольку получали от них в раннем детстве угрозы от «бабаек» до «никогда больше не пойдешь на улицу», которые не сбывались.
- 3) Не верят информации, получаемой от взрослых, которая часто подается в категоричной форме («все наркоманы быстро умирают» - а у него есть знакомый, который является наркоманом уже 14 лет, и рок-звезды не стесняются говорить в интервью, что «это было, но я соскочил»);
«курение смертельно» - а он видит вокруг сотни курильщиков, которых трудно принять за самоубийц;
«алкоголь исключительно вреден» - а в интернете он находит информацию о пользе красного вина и пр.).
Таким образом, у подростков появляется мнение, что взрослые преувеличивают, что взгляды взрослых устарели, не соответствуют действительности и т.д.
- 4) Личностная ценность здоровья у детей и подростков ещё недостаточно сформирована, они еще не осознают здоровье как обязательное условие для достижения жизненного успеха, самореализации, не могут прогнозировать возможные последствия своего поведения для здоровья.
Если взрослые воспринимают знания о болезнях, страданиях и т.п. вполне предметно, как знакомые с несчастьями своей или чужой жизни, то для детей все это пока - нечто отвлеченное и далекое.
- 5) У детей и подростков "страшное" может вызывать повышенный интерес, быть привлекательным.

Следовательно, должна использоваться не «модель запугивания», а другие известные модели:
- «валеологическая» (формирование ценностного отношения к своему здоровью),

- «поведенческая» (формирование навыков безопасного поведения в ситуациях риска),
- «лично-ориентированная», позволяющая снизить риск зависимости за счет развития личностных свойств и качеств.

Учеными выявлены личностные характеристики, позволяющие противостоять зависимости:

- адекватная самооценка,
- мотивация достижения успеха,
- высокий уровень стрессоустойчивости,
- оптимизм,
- чувство юмора,
- уверенность в себе,
- ответственность,
- критичность,
- способность отстаивать свою точку зрения;
- умения: различать ситуации опасности, сказать «нет», справляться с плохим настроением, находить решения проблем.

Что делать?

Если Вы обнаружили у Вашего ребенка признаки употребления курительной смеси, не нужно бросаться к ребенку с расспросами, не пробовал ли он курительные смеси, это может лишь пробудить интерес чада к опасной «дури», о которой он до этого не знал или не придавал ей значения.

Просто нужно внимательнее следить за подростком, его физическим состоянием, настроением, искренне интересоваться его времяпрепровождением и окружением.

Если это случилось лишь раз, Вам нужно просто поговорить с Вашим ребенком.

Будьте заботливыми, любящими, но покажите свое неодобрение.

Приведите основания необходимости отказа от употребления:

- что употребление курительных смесей может повлиять на здоровье;
- что это незаконно и может привести к конфликту с законом.
- что Ваши знакомые (или родственники), имеющие опыт употребления ПАВ, расплатились тем-то и тем-то (если, конечно, такие случаи имеются).

Если же проблема уже стоит остро, то необходимо обратиться к врачу-наркологу за соответствующим лечением. И чем раньше оно начнется, тем лучше для ребенка.

Доведите до сведения своих детей, что «употребление, приобретение, хранение, распространение и сбыт курительных смесей, содержащих наркотические и психотропные вещества, запрещено в Российской Федерации и преследуется по закону».

Незаконное производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового. (Статья 228.1 УК РФ)

Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до пяти лет. (Статья 230 УК РФ)

Если вам становится известно о местах сбыта курительных смесей, обратитесь в полицию с заявлением, тем самым вы спасёте жизнь многих детей!

Если здоровье или поведение Вашего ребенка свидетельствует о системном употреблении курительных смесей, не падайте духом, не отворачивайтесь от ребенка, не оставляйте его один на один с этой бедой. Оказывайте поддержку – для него это жизненно необходимо, какими бы ни были обстоятельства. Показывайте и говорите, что вы его любите несмотря ни на что. Обратитесь за помощью для себя и вашего ребенка к специалистам. Не скрывайте свою проблему от других, не делайте вид. Что ничего не происходит.

Своевременное вмешательство взрослого в ситуацию важно потому, что дети живут целиком по принципу «здесь и теперь» и не думают о будущем.

2. Формирование потребности ЗОЖ , как одна из главных составляющих профилактической работы по предотвращению употребления никотинсодержащей продукции.

Предвестником детской токсикомании зачастую становятся , индивидуальные психологические особенности, материнская депривация (отрыв ребенка от матери в раннем возрасте, отсутствие привязанности ко взрослым), низкий уровень педагогической грамотности родителей, дисфункциональная семья (нарушено выполнение родительских функций), отсутствия у ребенка интереса к учебе, неумение организовать свой досуг, неблагополучное окружение.

Ведущая роль в профилактике детской токсикомании принадлежит системе образования. Именно в образовательном учреждении возможно

организовать работу по профилактике употребления наркотических и других ПАВ в ходе воспитательного процесса. Всегда легче что-то предотвратить, чем потом исправлять уже допущенные ошибки.

В нашей школе созданы все необходимые условия:

- для максимального раскрытия потенциала каждого ребенка, приобщения его к социально полезной деятельности;
- для духовного и нравственного развития личности, формирования ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- для успешной психологической и социальной адаптации ребенка на различных этапах его взросления.

Ведется работа по усилению вовлеченности родителей в проблемы своих детей, совершенствуется психолого-педагогическое сопровождение, чтобы каждый ребенок и родитель могли получить своевременную квалифицированную помощь в трудных жизненных ситуациях.

Систематически ведется работа по выявлению обучающихся «группы риска», склонных к употреблению ПАВ - проводятся анкетирования и диагностики, направленные на раннее выявление лиц, склонных к употреблению ПАВ; на отношение старшеклассников к ПАВ.

Посещаются семьи обучающихся, для анализа и контроля внутрисемейной ситуации - проводятся беседы о вреде наркомании, токсикомании и табакокурения, а также об ответственности родителей за злоупотребление ПАВ.

Работают 10 объединений дополнительного образования: «Занимательная риторика», «Страноведение», «Волейбол», «Футбол», «Знатоки ППД», «Чудеса своими руками», «Музей- территория творчества», «Шахматы. Шашки», «Основы игры на гитаре», «Легоконструирование».

Обучающиеся, под руководством педагогов, принимают участие в конкурсах и соревнованиях различного уровня.

Правильная организация свободного времени – один из надежных способов отвлечения детей от возможности употребления психо-активных веществ.

Родители, помните, ваши дети должны знать, что в любой сложной ситуации их сможет выручить: чувство юмора, самоконтроль, целеустремленность, увлечённость, логичность, последовательность поступков, разборчивость в средствах достижения цели, уважение и интерес к людям. Ваше искреннее внимание к проблемам ваших детей и наша совместная работа по профилактике употребления психо-активных веществ и никотинсодержащей продукции может дать положительный результат.

Лучше быть активным и здоровым, чем пассивным и больным! Лучше идти по жизни со светлой улыбкой, чем с гримасой боли. Навыки здорового образа жизни столь же необходимы, как воздух, вода, пища!

Мы за здоровый образ жизни!