**Всероссийский конкурс «Здоровый образ жизни – это Здорово!»**

 Одной из актуальных проблем молодежи в настоящее время является употребление наркотиков. Наркотик – это любое химическое соединение, которое воздействует на функционирование организма.

 От различных наркотиков зависят по-разному. Например, марихуана и такой галлюциноген, как ЛСД вызывают психологическую зависимость. А героин вызывает химические изменения в мозге, и наркоман уже физически не может обходиться без зелья. Но даже наркотики, которые не вызывают физиологической зависимости, приводят организм в такое состояние, что он реагирует только на более, массированные дозы. Таким образом, человек начинает злоупотреблять наркотиками. Злоупотребление наркотиками – это их употребление любым неприемлемым с медицинской и социальной точек зрения образом или приемлемым, но неправильным.

 Угрожающими темпами идет рост наркомании среди молодежи. Показатели молодежной наркомании бьют все новые и новые рекорды. Почему же именно наркомания среди молодежи в первую очередь представляет серьезную угрозу обществу?

 Важнейшим фактором возникновения наркомании в молодежной среде является мода на наркотики и любопытство. Особая опасность возникает тогда, когда наркотик, принятый из любопытства или от скуки, вызывает приятные ощущения. Эти приятные ощущения вызывают у людей особое психическое состояние возбуждения – эйфорию. Эйфория – это объективно вредное состояние. Так как при этом человек всегда в той или иной степени отключается от реальности. В общественном положении, в делах и окружающей обстановке ничего не меняется, человек же чувствует себя на краю блаженства – только вследствие <<обмана>> психически химическим веществом. Поэтому он испытывает желание вновь повторить это состояние. В результате развивается пагубное пристрастие.

 Неустоявшаяся и не окрепшая психика подростка так же способствует возникновению пристрастия к наркотикам и развитию наркомании среди молодежи.

 Причиной употребления наркотиков является часто влияние группы ровесников, в которой царит наркоманский стиль жизни. Причем в данном случае у молодежи становится приятной альтернативой школе и семье, где дела идут не так гладко.

 Некоторые подростки пользуются перед экзаменами и спортивными соревнованиями амфетаминами. Любители после приема этого лекарства становятся необычайно возбужденными и на редкость болтливыми, у них появляется ложное чувство уверенности и мощи, которое исчезает после прекращения действия препарата. Затем наступает апатия. Чтобы преодолеть ее, человек начинает увеличивать дозы амфетамина, принимать его все более часто. Вскоре организм привыкает к наркотику, и, чтобы достичь прежних ощущений, его требуется все больше и больше. Отрицательные последствия амфетаминов затрагивают как физиологию, так и психику. У наркомана может развиваться параноидальное состояние, не исключены галлюцинации и обманы зрения, очень часто люди не могут отличить действительность от иллюзии, становятся раздражительными, одним словом, превращаются в психов. В этом отношении амфетамины ничем не отличаются от других наркотиков.

 Большая опасность кроется еще и в том, что принятие наркотика как бы повышает ранг молодого человека среди товарищей. Употребление наркотиков в молодежных кругах часто становится чем – то вроде попытки считаться взрослым человеком. Эта проблема является доминирующей в развитии наркомании среди молодежи. Первая попытка попробовать наркотические вещества имеет место в весьма молодом возрасте. Дело в том, что подросткам всегда хочется выглядеть несколько старше, дабы окружающие воспринимали их серьезней.

 К тому же, в таком возрасте люди не осознают пагубное действие подобных веществ и возможных последствий. Для многих таких подростков существует огромная вероятность остаться инвалидами в будущее.

Существует ряд причин, которые влияют на употребление наркотиков в молодом возрасте:

* нездоровые, неправильные отношения в семье;
* присутствие алкоголиков или наркоманов в кругу семьи;
* ситуация, когда близкие недостаточно уделяют внимание проблеме наркомании;
* пережитое насилие (эмоциональное, физическое или сексуальное);
* наличие в кругу общения подростка людей, зависящих от наркотиков;
* ощущение страха, одиночества или разочарования;
* чрезмерная и неоправданная агрессивность.

Существует 8 признаков, по которым легко определить наркоманию у молодежи:

* стремительное ухудшение успеваемости;
* частые ссоры в школе;
* увеличение количества прогулов;
* появление друзей, ранее неизвестных родителям;
* отказ воспринимать общие нормы поведения в школе или дома;
* депрессии и скрытность подростка;
* постоянное требование денег;
* частое отсутствие дома.

На самом деле, уберечь ребенка от проблемы наркомании – непростая задача. Множество программ, которые направлены на решение этой проблемы, оказываются неэффективными. Человек должен самостоятельно понять и поверить в неприемлемость наркотиков. А верными помощниками в этом должны быть семья, школа и все окружающее общество.

Влияние наркотиков на организм подростков: Наркомания ведет к крайнему истощению организма, значительной потере массы тела и упадку физических сил.

Отравление организма становится причиной поражения внутренних органов, особенно печени и почек. Самая распространенная болезнь среди наркоманов – гепатит и СПИД.

Эти болезни передаются через кровь, а наркоманы, которые употребляют наркотики внутривенно, постоянно колются одним шприцом.

Сегодня в России регулярно употребляют наркотики 5, 99 млн. Официальная статистика по наркомании приводит цифру - 500 тыс. наркоманов, однако это те, что добровольно встали на медицинский учет. Медицинские учреждения могут стационарно пролечить за год не более 50 тыс. человек. Наркотики, по сути, являются ядами. Эффект зависит от принимаемого количества. Наркотики в небольшом количестве оказывают "стимулирующее воздействие" (повышение активности). Наркотики в большем количестве действуют как седативное средство (подавление активности). В ещё большем количестве наркотики - действуют как яд и могут привести к летальному исходу. Наркотики воздействуют непосредственно на разум. Марихуана, героин, кокаин, ЛСД, экстази, риталин, первитин, ингалянты, конопля, обезболивающие, алкоголь, амфетамины - каждый день эти наркотики разрушают миллионы жизней. По данным Всемирного доклада о наркотиках за 2018 год, выпущенного Управлением ООН по наркотикам и преступности, около 200 миллионов человек - а это 5% мирового населения в возрасте от 15 до 64 лет - употребляют запрещенные наркотики. Это означает, что число наркоманов, принимающих наркотики постоянно, по сравнению с предыдущим годом выросло на 15 миллионов человек. Эта цифра растёт и по неофициальным данным, количество принимающих наркотики сейчас, составляет около 20% мирового населения. Более 200 миллионов человек злоупотребляют коноплей (в том числе марихуаной и гашишем), что делает ее самым распространенным запрещенным наркотиком. Затем следуют другие наркотики, стимуляторы типа амфетамин (34,1 миллионов человек), опиаты (15,9 миллионов человек) и кокаин (13,7 миллионов человек). Наркотики создают большие проблемы. Наркомания затрагивает все стороны общества. Запрещенные наркотики и злоупотребление алкоголем приводит к ежегодным потерям в сфере экономики в размере 276 миллиардов долларов. Наркотики стали частью нашей культуры.

 Самый тревожный аспект проблемы - это вред, который наркотики наносят молодому поколению, и связанная с этим угроза будущему каждой страны. Подобно взрослым наркоманам, подростки, подсевшие на наркотики, чаще болеют и пропускают школу и больше склонны совершать противозаконные действия. Наркотики везде.

Мое личное мнение, что употребление наркотикой в наше время всего лишь некий безрассудный способ покончить со своею жизнью. Скорее даже это – ошибка в суждении.

Если заблуждаются многие, это уже социальная ошибка, ошибка в образе жизни.

Надо улучшить антинаркотическую пропаганду:

 **Я <<ЗА>> проведение антинаркотических акций в нашем городе.**

 **Я считаю, что нужно усилить работу правоохранительных органов.**

 **Развивать массовое занятие спортом.**

 **Улучшить воспитание детей в семье и школе.**

 **Усилить контроль учителей и родителей за поведением учащихся.**