

### ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

#### ВЛАДИМИР КАРПЕЦ:

— 30 лет назад Генеральной Ассамблеей ООН был учрежден Международный день борьбы с наркоманией, наркобизнесом и алкоголизмом, который отмечается 26 июня. Тогда же была поставлена задача добиться резкого сокращения потребления наркотических средств. К сожалению, эта задача до сих пор остается невыполненной. Более того, отмечается рост числа наркозависимых. По некоторым данным в настоящее время **более трех процентов населения нашей планеты подвержены этой пагубной привычке.**

Сегодня современные методы диагностики позволяют выявить большинство существующих веществ — как природных по происхождению, так и синтетических, которые разрушают психику людей, убивают сознание, приводят к постоянному психозу, а при длительном употреблении или передозировке — к смерти. Приборы последнего поколения — это, как правило, газовые и жидкостные хроматографы, они применяются и в нашем диспансере — позволяют определить до 12,5 тысячи веществ (практически 99 процентов!), которые могут изменять сознание. Сегодня уже не врач работает с этими приборами, а химик-токсиколог. А существующая база веществ, так называемая библиотека, совершенствуется с каждым днем, пополняется.

Но среди наших главных задач — не только диагностика и лечение, но и профилактика. Уберечь молодое поколение от необдуманного шага в пропасть — значит, спасти и каждого конкретного человека, и общество



## Главный нарколог ответил на вопросы оренбуржцев

**В студии «ОренИнформ» в рамках проекта «Поговорите с доктором», организатором которого выступает министерство здравоохранения Оренбургской области, состоялся онлайн диалог с *главным врачом Оренбургского областного клинического наркологического диспансера Владимиром Карпцом.***

Свои вопросы задавали интернет-пользователи со всего Оренбуржья. Разговор транслировался на сайтах *oreninform.ru, ria56.ru, orsk.ru, gts.tv, orki.ru, ntsk.ru, 1743.ru.*

В течение часа главный нарколог регионального минздрава общался с жителями области. Речь шла о профилактике различных зависимостей: наркомании, алкоголизма, табакокурения. Немало вопросов было связано с проявлением первых признаков наркомании, с возможными последствиями злоупотребления алкоголем и табаком.

Владимир Васильевич рассказал также о проекте «Молодое поколение делает свой выбор!», который уже не первый год работает в нашей области. В рамках этого проекта специалисты областного нарко-

диспансера выезжают в районы области, где встречаются с учащимися образовательных учреждений. Также Владимир Карпец сообщил номер телефона доверия диспансера **8 (3532) 57-26-26**, по которому можно анонимно обратиться за помощью.

— *Очень интересный получился разговор. Сегодня интернет-площадки пользуются большой популярностью. Благодаря проекту «Поговорите с доктором» мы имеем возможность повысить грамотность населения, ответить на интересующие граждан вопросы. Я получил удовольствие от общения. Меня порадовало то, что люди интересуются здоровым образом жизни и прогрессивными медицинскими технологиями,* — отметил Владимир Карпец.

# ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ

**Доходы от наркооборота во всем мире исчисляются миллиардами долларов. И тем, кто стоит у руля этой чудовищной мясорубки, глубоко все равно, что цена дозы — это цена человеческой жизни. О ситуации с распространением наркотиков в нашей области мы поговорили с **Дмитрием Ацыховским, начальником отдела по надзору за следствием и дознанием в органах внутренних дел, юстиции, МЧС и УФСИН прокуратуры Оренбургской области.****



Дмитрий Ацыховский

■ Дмитрий Викторович, расскажите нашим читателям, какую ответственность несут лица, употребляющие и распространяющие наркотики?

— За немедицинское употребление наркотиков в нашей стране предусмотрена административная ответственность. А вот за незаконное приобретение, пе-

Лица, которые принимают наркосодержащие препараты без назначения врача, могут получить либо штраф от 4000 до 5000 рублей, либо до 15 суток ареста. Иностранцы, виновные в этом же правонарушении, дополнительно будут выдворены с территории страны.

ревозку, изготовление, хранение, сбыт наркотических веществ наступает ответственность уголовная. За хранение предусмотрен максимальный срок лишения свободы на 15 лет. Сбыт является более тяжким преступлением, и наказание, соответственно, более суровое — до 20 лет.

Из всех привлеченных к уголовной ответственности женщины составляют примерно восемь процентов. Что касается несовершеннолетних — то их порядка 3-5 процентов. Более 60 процентов — неработающие граждане. 30 процентов — ранее судимые.

■ Как Вы считаете, нужно ли ужесточить эту ответственность?

— Санкция статьи до 20 лет лишения свободы, я думаю, и так достаточно объективно дает оценку противоправным действиям в сфере незаконного оборота наркотиков. Считаю, что это вполне адекватная мера.

■ Дмитрий Викторович, давайте сейчас поговорим о статистике...

— За пять месяцев текущего года наркопреступлений зарегистрировано на 41 процент больше, чем за аналогичный период 2016 года. В абсолютных цифрах рост произошел с 1037 преступлений до 1463-х.

К уголовной ответственности привлечены 475 лиц. В общей структуре наркопреступления составляют 13 процентов. Из них 70-75 процентов, или каждое шестое, связано именно со сбытом.

За обозначенный выше период выявлено больше преступлений групповой направленности — рост со 148 в прошлом году до 275 в нынешнем. Преступлений в составе организованных преступных групп выявлено также больше — с 59 до 113 соответственно.

Все эти показатели говорят об активизации работы правоохранительных

органов. И это несмотря на ликвидацию профильного ведомства — госнарконтроля. Между тем из госнарконтроля большой процент высококвалифицированных кадров перешел в полицию, в подразделения по борьбе с наркотиками, тем самым усилив ее ряды.

Следует отметить, что сбыт наркотиков характеризуется высокой латентностью.

То есть о совершенном преступлении зачастую неизвестно. Сбыт происходит посредством отсутствия контакта между организатором, потребителем и продавцом наркотиков. При этом используется сеть Интернет.

■ На недавнем заседании межведомственной рабочей группы по противодействию и пресечению незаконного оборота на территории региона наркотических средств в качестве негативного момента в работе правоохранителей указано необоснованное принятие решений об отказе в возбуждении уголовного дела при явных признаках состава наркопреступления. Только в 2017 году после отмены прокурорами таких незаконных постановлений в отношении неустановленных сбытчиков наркотиков возбуждено 21 уголовное дело. А проводятся ли внутренние проверки в отношении лиц, которые принимали эти самые решения?

— Безусловно, по таким фактам прокуратура выносит представление. Но речь не идет о прямом умысле на укрытие преступления.

Существует, так скажем, определенная позиция с точки зрения материального права. Мы настаиваем на том, что при отсутствии наркотического средства, но при присутствии его в крови человека мы не можем выпускать из вида тот факт, что кто-то сбыл ему этот наркотик.

Соответственно, должно возбуждаться уголовное дело независимо от того факта, обнаружен на руках наркотик или нет.

По итогам текущего года в области на 32,5 процента снижено количество лиц с впервые установленным диагнозом «наркомания», на 54 процента сократилось число людей с диагнозом «потребление наркотических средств и психотропных веществ с вредными последствиями».

# Ситуация под контролем

**В канун Международного дня борьбы с наркоманией, наркобизнесом и алкоголизмом мы встретились с *начальником управления по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Оренбургской области* Евгением Погорелым.**



Евгений Погорелый

■ **Евгений Васильевич, расскажите о наркотических средствах, которые преобладают сегодня.**

— Анализ оперативной обстановки в области показывает, что на протяжении последних лет наблюдается изменение структуры рынка незаконного оборота наркотиков. Практически исчезли героин, опий, дезоморфин, но значительно возросло количество синтетических наркотиков.

■ **А насколько активно наркодельцы используют Интернет? И насколько сложно отследить такую информацию?**

— Способы распространения наркотических средств в последнее время тоже видоизменились. Если раньше преобладал контактный способ, то сегодня все активнее используется Интернет. И вы совершенно правы, что задача по установлению лиц, которые скрываются под разными никнеймами и предлагают приобрести наркотики или приглашают к сотрудничеству так называемых курьеров, достаточно сложная. Информацию о них мы получаем как в результате оперативно-розыскной деятельности, так и в результате расследования уже возбужденных уголовных дел. В нашем управлении создан специальный отдел, который занимается выявлением наркопреступлений, которые совершаются с использованием телекоммуникационных интернет-систем. Результаты этой работы есть. В Оренбурге, Орске, Новотроицке, Бузулуке, Бугуруслане задержаны преступные груп-

пы лиц с крупными партиями наркотиков, распространение которых осуществлялось через интернет-приложения.

■ **Входит ли в Ваши функции профилактическая деятельность?**

— Мы проводим целый комплекс оперативно-профилактических мероприятий — беседы, лекции, диспуты, где разъясняем правовые последствия от употребления наркотических средств, их незаконного оборота. В этом году организованы оперативно-профилактические операции «Притон», «Сообща, где торгуют смертью». В настоящее время проводится областной антинаркотический месячник. Одна из основных задач органов внутренних дел предупредить, предостеречь жителей от совершения противоправных действий, в том числе в сфере незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ.

■ **Расскажите об активности населения в плане информирования служб наркоконтроля, в частности в рамках акции «Сообща, где торгуют смертью».**

— Мы отмечаем рост активности населения в части предоставления информации как о лицах, так и о местах нахождения потребителей наркотиков. 50 процентов такой информации поступают на телефон доверия, еще 50 — по электронной почте на сайт УМВД Оренбургской области. Вся информация оперативно отрабатывается. К сожалению, большинство из позвонивших и написавших пожелали остаться неизвестными, что не позволило в некоторых случаях установить достоверность полученной информации. По итогам акции «Сообща, где торгуют смертью» были задержаны участники двух преступных групп, которые занимались сбытом наркотиков бесконтактным способом в Оренбурге и Бузулуке.

Только в 2017 году выявлено и заблокировано 369 интернет-ресурсов, содержащих информацию с пропагандой употребления наркотиков, о способах культивирования наркосодержащих растений, а также изготовления, приобретения, использования наркотических средств и психотропных веществ.

■ **Всем известно, что наркотики помогают обнаружить специально обученные для этого собаки. А чем еще Вы располагаете?**

— У нас есть целый арсенал технических средств и методов, которые используются в оперативно-розыскной деятельности. Так как наркопреступность постоянно видоизменяется, совершенствуется и наша работа. Но эти вопросы лежат в плоскости служебной тайны.

■ **Есть ли случаи вовлечения в сбыт наркотиков несовершеннолетних?**

— Да, такие случаи имеются. В текущем году количество несовершеннолетних, привлеченных к уголовной ответственности как за хранение, так и за сбыт наркотиков, несколько увеличилось. Цифры, конечно, не критичные, но сам факт, что практически совсем еще дети втягиваются в процесс распространения наркотических средств, заставляет задуматься и активизировать нашу работу. Буквально недавно была задержана несовершеннолетняя девушка из Оренбурга, которая мало того, что сама сбывала наркотики, так еще и вовлекла в преступную деятельность подругу и молодого человека. Аналогичный случай произошел в Бузулуке.

■ **В сводках встречается такая формулировка: «перекрыли канал сбыта наркотических средств». Сколько времени в среднем уходит на то, чтобы перекрыть такой канал?**

— Это процесс длительный и трудоемкий. С момента, как мы получаем первоначальную информацию, устанавливаем причастных лиц и до фактического задержания этих лиц с крупной партией наркотиков проходит немало времени. Это не день, не неделя, а от месяца и больше. Процесс доказывания по возбужденным уголовным делам тоже не быстрый. В июне этого года следственной частью следственного управления УМВД России по Оренбургской области было окончено расследование уголовного дела в отношении участников преступного сообщества, которое занималось преступной деятельностью на территории нашей и Саратовской областей с ноября 2015 по февраль 2016 года.



# ЕСЛИ НЕ МЫ, ТО КТО

**Наркомания – не просто болезнь, от которой умирают. Это – социальное зло. Поэтому профилактике придается большое значение. За круглым столом редакции газеты «Твой выбор» собрались специалисты, чтобы обменяться мнениями и поделиться практическим опытом.**



*Венера Дамировна Шагеева,  
врач психиатр-нарколог  
диспансерно-поликлинического  
отделения (для взрослых)  
ГАУЗ «Оренбургский областной  
клинический наркологический  
диспансер»*

– Наркомания – это не просто физическая и психическая зависимость от психоактивных веществ, это болезнь, приводящая к глубокому истощению организма, нарушениям психики, аддиктивному поведению. Специфической особенностью выступает стремление человека к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния. Нарконаправленность перерастает в одержимость.

Отмечу гендерные различия: в большей степени подвержены рискованному поведению юноши и так называемые «социальные аутсайдеры», влияет не столько уровень образования, как нереализованность и отсутствие самодостаточности.

Наш диспансер проводит активную работу в рамках проекта «Молодое поколение делает свой выбор!».

Мы акцентируем внимание на социально одобряемых путях реализации себя, своих способностей; на возможности получать удовольствие в жизни, не прибегая к допингам. А вот запретительные меры в нынешних условиях не работают. Иногда близкие, сетуя на отсутствие ЛТП, обращаются к нам с просьбой госпитализировать пациента принудительно. Поскольку это запрещено законом о психиатрической помощи, мы рекомендуем привести его на консультацию, где мотивируем на лечение. Иногда родственники стремятся облегчить самочувствие больного, но не готовы к длительному процессу реабилитации. С такими семьями мы пытаемся преодолеть проблемы созависимости, объяснить реальное положение дел.

Что касается медицинской помощи, то больные в состоянии абстиненции поступают в стационар. После детоксикации лечение продолжается в отделении реабилитации по программе «ДОМ» с использованием методов групповой психотерапии, иглотерапии, аппаратного лечения. Для осуществления контроля ремиссии болезни и поддерживающего лечения организовано динамическое диспансерное наблюдение в условиях поликлиники.



*Татьяна Алексеевна Шмелева,  
начальник отдела  
по обеспечению деятельности  
комиссии по делам  
несовершеннолетних и защите  
их прав аппарата губернатора  
и правительства области*

учебы и занятости, привлечение в систему дополнительного образования, к занятиям спортом, посещение семей и изучение жилищно-бытовых условий и психологического климата, а также сопровождение ребят «группы риска» и их семей, включающее в том числе оказание необходимой материальной, психолого-педагогической, правовой и иной помощи.

В организации профилактической работы мы активно используем ресурсы консультационных пунктов, наркопостов, кабинетов социального волонтера, которые действуют практически в каждой третьей образовательной организации области.

Уже в этом году в рамках региональной программы «Молодое поколение делает свой выбор» были организованы декадни с проведением психологического тестирования учащихся с целью своевременного выявления «группы риска» (5667 человек в 234 образовательных учреждениях), обучением педагогов

и родителей по вопросам профилактики употребления ПАВ.

С 25 апреля по 25 мая в области под девизом «Здоровый образ жизни – выбор подрастающего поколения» провели ежегодный месячник по профилактике наркомании, токсикомании, алкоголизма и табакокурения среди детей и подростков, включавший более 3000 массовых мероприятий и свыше 560 межведомственных рейдов.

Сейчас в области идет операция «Подросток», в рамках которой решаются вопросы занятости, оздоровления и отдыха несовершеннолетних.

Все эти меры позволяют привлечь внимание общественности к решению проблемы и являются инструментами для профилактики наркомании и других негативных явлений в детской и подростковой среде.

А адресность и целенаправленность работы и программ повышают мотивацию к ведению здорового и безопасного образа жизни.

– С нашей стороны основными формами индивидуальной работы с несовершеннолетними, состоящими на учете в связи с употреблением психоактивных веществ (ПАВ), являются контроль их



*Ольга Викторовна Баканач,  
врач психиатр-нарколог  
диспансерно-поликлинического  
отделения для детей  
и подростков ГАУЗ «Оренбург-  
ский областной клинический  
наркологический диспансер»*

— Сейчас и для нас, и для родителей наступает сложное время — на каникулах дети получают большую свободу и самостоятельность. А вот как ребенок этим распорядится... Во время отдыха дети психологически готовы к тому, что будут менее зависимы от взрослых, они чаще находятся в компании друзей. В этой ситуации возникает опасность приобщения несовершеннолетних к употреблению наркотических веществ. Подтолкнуть к пропасти могут скука и поиск острых ощущений, давление со стороны сверстников и даже мифы и легенды о «легких» наркотиках, которые в реалиях приводят к необратимым последствиям.

Поэтому так важна профилактика и комплексная работа, направленная на коррекцию как личности подростка, так и отношений в семье, в которой он воспитывается.

На базе нашего диспансера мы регулярно проводим «Родительские встречи» — занятия по тактике взаимодействия с ребенком, тренинги по формированию благоприятного семейного микроклимата; создаем программы психокоррекции как индивидуальные, так и для семьи; участвуем в кинолекториях, круглых столах, дискуссиях.

При необходимости проводится лечение с использованием всех видов терапии в рамках реабилитационной программы (психофармакотерапия, психотерапия, физлечение, лечебная физкультура, трудотерапия и развивающие занятия) и одновременно идет информационная и психотерапевтическая работа с родственниками пациентов.

За 2016 год не зарегистрировано случаев заболевания наркоманией среди подростков — это результат постоянной и слаженной деятельности врачей нашего диспансера и органов системы профилактики.

— Наше агентство — правопреемник общественной организации «Молодежь против наркотиков». А его задачи, думаю, понятны уже из названий. Среди молодежи, а также подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию, мы проводим различные профилактические мероприятия, среди них областные антинаркотические акции «Спасибо, НЕТ!», «ПРОдвигай жизнь!» и другие. В рамках наших проектов был создан Центр профилактического сопровождения студентов на базе ОГАУ, который успешно работает уже 7 лет. Ежегодно мы устраиваем творческие конкурсы, различные акции, семинары для специалистов, областные профильные лагеря по подготовке добровольцев, разрабатываем методические рекомендации по профилактике наркомании и негативных явлений в молодежной среде.

Необычные формы диалога наиболее интересны и доступны для молодежи, привлекают внимание к теме сохранения своего здоровья. Так, в проекте «Кто режиссер твоей жизни?» был реализован театрализованный подход: добровольцы профилактических программ прошли курсы обучения актерскому мастерству и работе с ростовыми куклами. Были созданы 15 сценариев по профилактике наркомании и ВИЧ-инфекции, а эти постановки увидели более 16 000 человек.



*Марина Николаевна Горшенина,  
заместитель директора  
по социально-воспитательной  
работе Университетского  
колледжа ОГУ*

— За последние годы проблема наркомании среди молодежи стала одной из самых острых и глубоких по своим масштабам. Помимо профилактики хорошим спасательным кругом для молодежи становится спорт. Ведь физическая культура и спорт — это и пропаганда здорового



*Мария Краузе, председатель  
ОРМО «Социальное агентство  
«Здоровье молодежи»*

В мае этого года мы побывали на международном молодежном форуме антинаркотической направленности «Молодежь выбирает жизнь!», который состоялся в Нижнем Новгороде. Пообщались, поделились с коллегами своими идеями, познакомились с их опытом борьбы с наркоманией и привлечения молодежи к здоровому и позитивному образу жизни.

24 июня в парке Перовского приняли участие в акции для молодых мам с детками, направленной на продвижение здорового образа жизни с раннего детства, что называется, «с пеленок». Там было организовано множество различных площадок, встреч и бесед с участием специалистов.

образа жизни, и привитие нравственно-этических норм. Занятия спортом воспитывают сплоченность и командный дух, даруют удовлетворение от тренировок и радость побед, приучают восхищаться красотой души и здорового тела. Все это — в противовес тоске и обреченности тех, кто ступил на путь к смерти. Когда дети выбирают спорт, они выбирают жизнь без вредных привычек. Учитывая еще и высокий его престиж в глазах молодежи, можно сказать, что это реальная альтернатива потреблению психоактивных веществ.

Не умаляя роли социальной рекламы, лекции, бесед преподавателей и психологов с обучающимися и родителями, считаю, что гораздо более эффективны увлеченность, преданность спорту и активный ежедневный труд — тренировки, соревнования, сдача комплекса норм ГТО... Ежегодный турнир по мини-футболу среди молодежи под лозунгом «Спорт против наркотиков», в котором традиционно участвует команда нашего колледжа, — хорошее тому подтверждение.



**В канун Дня медицинского работника и Международного дня борьбы с наркоманией, наркобизнесом и алкоголизмом в областном наркологическом диспансере были подведены итоги смотра-конкурса на лучший профилактический материал. Работы оценивались по трем номинациям: беседа, презентация и статья. В последней награда присуждена врачу психиатру-наркологу наркологического кабинета Курманаевского района А.П. Леньшину.**

# ЖИЗНЬ – сложная штука

ПРИЧЕМ СТЕПЕНЬ СЛОЖНОСТИ ДЛЯ ВСЕХ РАЗНАЯ.



**Алексей Леньшин,**  
врач психиатр-нарколог

Какая она, например, у сельчанина? Факт есть факт, что в сельской местности есть особенности, отличающие ее от мегаполиса. Нет, это не те утрированные характеристики, которыми пестрят российские мелодрамы, в которых деревня представляется по схеме «покосившиеся домишки – наивные женщины, мечтающие сбежать в город – пьющие мужчины, не знающие другого досуга – разрушенные судьбы – город – это выход».

Хотелось бы рассмотреть село Курманаевка как пример среднестатистического образа современной российской деревни и показать, как это – быть не просто сельским жителем, а «уездным» врачом.

Что же такое Курманаевка? Это районный центр с населением в 4,5 тысячи человек. Преобладает взрослое население (старше 40 лет), но молодежь тоже имеется. Здесь есть все необходимое для их жизнедеятельности: административные структуры, больница, полиция, суд, банки, школы (даже есть музыкальная), два спорткомплекса, стадион, издательство, библиотеки, парочка сетевых супермаркетов и пара десятков розничных магазинов для разных нужд. Имеются также клуб и пара-тройка кафе. Местом притяжения на все праздничные мероприятия является центральная площадь. Соответственно, курманаевцы работают в этих вышеперечисленных структурах. Также не стоит забывать про занятость жителей в

аграрном секторе. Если вспомнить схему с покосившимися домишками, то такие тут имеются в малом количестве. Чаще вам встретятся двухэтажные здания и дома, а также аккуратные кирпичные усадьбы с садами и огородами.

«Так где же тут сложности?» – заявит любой горожанин. Для жизни все есть, для работы тоже. Свежий воздух. Хозяйство свое, натуральное, без ГМО... И вот мы подходим к особенностям, о которых заявили выше. Село – физический труд, тогда как в городе преобладает все-таки интеллектуальный. И умещается он отнюдь не в пятидневку «с 9 до 18», а длится иногда от зари до сумерек. Где в таком режиме найти время на досуг и развлечения? Нет, конечно, большая часть умеет им распоряжаться. Тем более недалеко есть город Бузулук, где можно сходить в кино или обновить гардероб. А что бывает с теми, кто потерялся в этой нагрузке и не умеет расслабляться? Правильно, они по разным причинам начинают наблюдаться у психиатра-нарколога.

Давайте заглянем в наш кабинет и попробуем составить образ среднестатистического пациента. Что может стать причиной алкоголизма или наркозависимости у сельского жителя? От постоянных нагрузок у мужчин накапливается постоянная усталость, стресс. Лучший способ при отсутствии досуговых альтернатив – выпить с коллегами сразу же после тяжелого трудового дня, делать так периодически, а иногда и во время работы. Это может привести к увольнению, а значит – к безработице, плохому питанию и жилищным условиям, одиночеству, к духовному и моральному падению. Мало того, этому примеру (и таких семейных случаев в практике масса) могут последовать и близкие

люди, не найдя другого выхода. Убегая от сложной, однообразной реальности (дом-работа-огород-дом) при помощи алкоголя, наркотиков, расслабляясь в сигаретном дыму, человек не замечает, как все больше обрывает комплексами и неуверенностью в завтрашнем дне, его необходимости. Ведь напряжение снято, настроение поднято. Хуже всего, когда человек остается с этой проблемой один на один. Здесь это частый случай, так как многие мигрируют в города, оставляя родных, которые боятся перемен и не представляют себя вне деревенского образа жизни. Кого-то тормозит отсутствие образования и упущенное для него время. А порой это нежелание выбираться из панциря привычного места работы, которая, кстати, вдруг и закрывается. Многие не сдают и ищут новую, а некоторые не находят в себе сил и предаются постоянной ностальгии по старой работе в компании таких же «брошенных на произвол судьбы». Отметим, что как раз в селе-то такое сворачивание предприятий, ферм происходит постоянно. Эта общая аграрная тенденция действует по всей России.

**Итак, каков же портрет пациента нашего уездного больничного кабинета?**

*Пол: мужской.*

*Возраст: 50-60 лет.*

*Семейное положение: разведен.*

*Род деятельности: безработный.*

Какой же подход должен избрать психиатр-нарколог, ведущий свою практику в сельской местности? Да, он должен помнить про лечение. Из-за запущенности ситуации как сам пациент, так и его окружение забывает об элементарных выходах. К тому же нередки случаи, когда зависимый даже не знает (или не хочет знать, боится признать это) о своей проблеме и не видит смысла обращаться к специалисту. Но ввиду приведенной выше сельской специфики на первом месте должны стоять профилактические беседы не только для пациента, но и для его близких, друзей, работодателей и коллег. Важна атмосфера, которая окружает наркозависимого. Это может быть, например, просто разговор по душам с родным человеком или другом, которого давно не видел, рекомендованный фильм или книга, ремонт, редкое растение в саду и много чего еще, дающее надежду на исцеление без радикальных способов.

Жизнь – штука сложная. А писать по ней заметки – еще сложнее. Благо, она делает все, чтобы они получились интересными и запоминающимися. Ведь каждая такая история может для кого-нибудь стать поучительной.

# ПРАВО НА ЖИЗНЬ

**Хорошая телевизионная программа должна не только информировать и развлекать, но и воспитывать человека, а значит, вполне способна стать еще одним шагом в деле профилактики нездоровых явлений в обществе.**



Одна из глобальных задач общества, а в том числе и телевидения — приобщение населения к здоровому образу жизни, формирование активной жизненной позиции и негативного отношения к потреблению наркотических веществ, алкоголя и курению табака.

Как тонкий психолог, охватывающий не только широкие массы населения, телевидение способно помочь личности выработать адекватную самооценку, снизить потребность в самоутверждении за счет девиантного поведения, выработать позитивные жизненные цели и мотивации к их достижению, повысить правовую грамотность и привить навыки ответственного поведения.

В Оренбуржье проводится большая работа по профилактике наркомании и алкоголизма среди молодежи, и одним из «кирпичиков» в стене на пути скатывания человека в пропасть стал совместный медиа-проект Оренбургского областного клинического наркологического диспансера и телеканала «Регион», который получил название «Право на жизнь». Программа выходит на экраны уже четвертый год.

Команда проекта полагает, что в настоящее время в обществе, несмотря на проводимую профилактическую работу, невооруженным глазом заметна популярность некоторых видов наркотиков среди подростков. А толерантное отношение к употреблению сигарет, слабоалкогольных напитков со стороны

взрослых притупляет у молодежи инстинкт самосохранения.

Современная ситуация такова, что предоставлять информацию о последствиях употребления алкоголя, наркотиков необходимо, рассматривая употребление ПАВ не только со стороны воздействия на здоровье, но и с законодательной стороны.

Журналисты медиа-проекта «Право на жизнь» как раз и предоставляют объективную информацию о рисках, связанных с употреблением наркотиков, алкоголя, прививают уважение к законам Российской Федерации, освещают современные методики лечения и подходы к пропаганде здорового образа жизни. Подается материал в виде десятиминутных передач, объективно и широко рассказывающих обо всех аспектах данной проблемы.

Судя по опросам, большой резонанс вызвали программы, рассказывающие о медицинской реабилитации наркозависимых, о последствиях употребления наркотиков, о том, как узнать, употребляет ли ребенок наркотики.

Весной этого года уже увидели свет передачи о мероприятиях региональной профилактической программы «Молодое поколение делает свой выбор!», задача которой — не только снижение наркопотребления, а нацеленность на повышение потребности в здоровом образе жизни, побуждение

населения к занятиям физической культурой и спортом.

В мае коснулись такой животрепещущей темы, как вейпинг, курение электронных сигарет. Кто-то просто попробовал новинку, отдавая дань моде, но некоторые заядлые вейперы мнят себя едва ли не новой субкультурой, а ведь чрезмерное вдыхание паров приводит к заболеваниям легких. К тому же электронные сигареты — не лучшая замена табаку, ведь заправки для них в той или иной мере также содержат вредные канцерогены.

## ТЕМЫ ПРЕДСТОЯЩИХ ПЕРЕДАЧ «ПРАВО НА ЖИЗНЬ» НА 2017 ГОД

■ Уважение к закону. Правовые аспекты в наркологии. (Июль.)

■ А как хочешь ты прожить свою жизнь?! (Сентябрь.)

■ Ответственное поведение — ответственность перед законом (о неизбежности наказания за преступления, проблеме вовлечения в распространение наркотиков через Интернет). (Октябрь.)

■ Профилактические медицинские осмотры с использованием экспресс-тестирования на раннее выявление наркотических средств и психотропных веществ среди учащихся. (Ноябрь.)

Являясь источником визуальной информации о вреде наркотических веществ, передачи «Право на жизнь» рассказывают о правовых аспектах потребления и распространения наркотиков; о мерах, предпринимаемых в обществе; об услугах и возможностях врачей областного наркологического диспансера; о мероприятиях и акциях позитивной направленности, проходящих по всей области; о региональной программе профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения «Молодое поколение делает свой выбор!».

Вся эта работа направлена на стабилизацию ситуации, связанной с потреблением психоактивных веществ в Оренбуржье, ведь каждый материал способствует формированию общественного мнения по отношению к проблеме наркомании. Понятно, что один конкретный материал в СМИ вряд ли может кардинально изменить ситуацию, но когда каждая передача вносит свою лепту в то, чтобы склонить общественность в сторону позитива, цель проекта — способствовать возникновению у аудитории отрицательного отношения к наркотикам — будет достигнута.

# Отпустить нельзя держать. Где ставить запятую?

## КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, НЕ УПОТРЕБЛЯЕТ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК НАРКОТИКИ?

*Изменения в поведении:*

- уход от общения с домашними: самоизоляция, уход от участия в делах семьи;
- болезненная реакция на критику;
- неспособность сосредоточиться;
- повышенная утомляемость, сменяющаяся повышенной энергичностью;
- частые необъяснимые телефонные звонки;
- нарастающая потребность в деньгах, случаи пропажи домашних вещей.

*Внешние признаки:*

- неестественно суженные или расширенные зрачки;
- замедленная невнятная речь, нарушение координации движений, пошатывание при отсутствии запаха алкоголя изо рта;
- нарушения ритма сна — ночью бодрствует, днем спит. Вообще бессонница или чрезмерная сонливость;
- аппетит — необычно сильный или напротив — его снижение;
- появление сухого насморка.

## ЧТО ЖЕ НУЖНО СДЕЛАТЬ, КАК УБЕРЕЧЬ СВОЕГО СЫНА ИЛИ ДОЧЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

- Учиться слушать ребенка. Он должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его проблемы и переживания.
- Говорите с ребенком на равных, не упрекайте.
- Давайте советы, но не «давите» советами. Подумайте о своем примере. Никто не поверит родителям, которые употребляют алкоголь или наркотики.
- Поддерживайте в ребенке самоуважение и думайте о его самореализации.
- Уделяйте ребенку больше внимания, не критикуйте, будьте вежливы и корректны.
- Необходимо научить ребенка мыслить самостоятельно, говорить «НЕТ».
- Помогите ребенку научиться понимать и принимать последствия своих действий.
- В любой ситуации сохраняйте доверие ребенка к себе. Крик и угрозы лишь оттолкнут его от вас ребенка.

## КАК ИЗБЕЖАТЬ БЕДЫ?

Как и при любой болезни, есть круг профилактических мер, которые помогут избежать заболевания, и суть их заключается в здоровом образе жизни семьи.

От пагубного пристрастия ребенка к наркотикам могут удержать следующие условия:

- ему важно видеть положительный пример взрослого человека и здоровые отношения в семье;
- ребенок должен нравиться самому себе и быть уверенным в себе;
- ему необходимо полезное увлечение.

## ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ ДЛЯ СОЗДАНИЯ ЗДОРОВОЙ СЕМЬИ?

*Будьте рядом*

Вы не можете всегда быть рядом со своим ребенком. Вам нужно работать и отдыхать. Ребенок должен это понимать и знать, что вы всегда открыты для разговора с ним, готовы выслушать и утешить, когда ему это действительно необходимо.

*Проводите время вместе*

Очень важно устраивать с ребенком совместный досуг. Занимайте его свободное время. покажите детям, что ваша семья — это настоящая ценность. Вместе Был — сила.

*Дружите с его друзьями*

Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка. Знайте его друзей, приглашайте их к себе домой. Делайте, чтобы он рос в здоровом коллективе.

*Помните, что ваш ребенок уникален*

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым и нужным. Поверьте, в каждом из нас есть сильные качества, которыми можно гордиться!

*Есть вопросы? Звоните!*

**57-26-26** — для имеющих проблемы в связи с употреблением наркотиков, алкоголя и других психоактивных веществ.

**8-800-200-01-22, 64-63-07** — детский телефон доверия для оказания психологической помощи детям, подросткам и их родителям.

**79-10-00** — по этому телефону можно анонимно сообщить о местах продажи наркотиков.

**57-24-68** — диспансерно-поликлиническое отделение для детей и подростков.

## ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ, ПСИХОЛОГ СЛУШАЕТ, ЗДРАВСТВУЙТЕ

**Абонент (далее А):** Здравствуй. Не знаю с чего начать...Трудно начать разговор.

**Консультант (далее К):** Так бывает.

**А:** В семье непростая ситуация: сын лечился уже, но все равно время от времени уходит в запой. Мы уже все перепробовали.

**К:** Вы расстроены и растеряны из-за того, что ваш сын употребляет алкоголь.

**А:** Да. И вообще атмосфера дома тяжелая: муж с сыном ругается, до драки доходит. А я стараюсь разнять, успокоить. Сил уже нет...

**К:** У ваших близких сложные отношения, нет взаимопонимания, а вы не знаете чью сторону принять.

**А:** Да. Устала от всего этого, сердце болит, плохо сплю.

**К:** Как я могу к вам обращаться? Меня зовут Юлия.

**А:** Наталья Александровна (*продолжает плакать*). Мужа унять невозможно, сын пьяный становится агрессивным, и эти ссоры изо дня в день... На работе трудности: дали ответственное поручение, а я не могу на нем сосредоточиться. Здоровье еще подводит. Как мне со всем этим быть?

**К:** Что вас больше всего беспокоит на данный момент?

**А:** Что мне делать сейчас?

**К:** У вас есть предложения?

**А:** Поступить как всегда: попытаться помирить их.

**К:** Вы так уже делали?

**А:** Постоянно.

**К:** Это помогает?

**А:** Нет... Они не останавливаются, еще и меня виноватой делают, а я только сильнее расстраиваюсь, плачу.

**К:** А что еще можно сделать?

**А:** Я не хочу идти домой... Могу пойти к сестре... Так и сделаю, хоть отвлекусь немного, успокоюсь.

**К:** Стоит попробовать так сделать. Как вы себя чувствуете?

**А:** Хорошо, ощущение, что груз с души. Спасибо. Могу я вам еще позвонить?

**К:** Конечно, телефон доверия работает ежедневно с 8 до 20.

**Телефон доверия 57-26-26**