

## **Классный час «Наркотики - это вредно»**

**Цель:** Способствовать формированию знаний о вреде наркомании, росту самосознания и самооценки подростков.

**Задачи:**

- Познакомить учащихся с истоками наркомании, видами наркотиков, признаками и последствиями их употребления

**Форма:** классный час

**Участники:** 5 класс

### **Наркоситуация в России.**

Если на карте нашей огромной страны обозначить географию распространения наркотиков, то получится, что к настоящему времени масштаб этого явления простирается от южных регионов России до крайних точек Севера и, по существу нет ни одного региона, не знающего проблем наркомании. 55 регионов – зона повышенной наркотической опасности.

Наркомания в России стала повальной эпидемией.

Обратимся к статистике. На начало 1999 года в России было свыше 2,5 миллионов наркоманов «со стажем». Среди европейских стран это самый высокий показатель. За последнее десятилетие увеличилось число людей, потребляющих наркотики периодически, т.е. еще не ставших полностью наркозависимыми.

Один наркоман за год вовлекает в орбиту употребления наркотиков от 7 до 12 человек. Большинство наркоманов обречено. Об этом говорит растущая смертность среди лиц, употребляющих наркотики.

По данным международной организации «Врачи без границ», уже сегодня в России от 3 до 4 млн. наркоманов, а некоторыми специалистами их число оценивается даже выше 9 млн. чел.

Наркомания в России продолжает "молодеть". По последним данным, более 60% наркоманов - люди в возрасте 18-30 лет и почти 20% - школьники

Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15-17 лет, но участились случаи первичного употребления наркотиков детьми 11-13 лет. Отмечены и случаи употребления наркотиков детьми 6-7 лет.

По масштабам и последствиям для всего мирового сообщества наркоманию можно назвать геноцидом человечества. Из всех способов истребления людей наркомания является самым эффективным. Во-первых, наркотизация устраняет сразу 3 поколения людей, потому что молодые люди от 13 до 25 лет, попав в наркозависимость, умирают через 5-7 лет. Они заражаются гепатитом, ВИЧ и другими болезнями, не оставляют потомства, во всяком случае полноценного, потому что у наркоманов угнетаются сексуальные функции. Родители наркоманов очень тяжело переносят заболевания своих детей, для них это горе, стресс, позор, огромные расходы. От этого родители наркоманов умирают раньше времени от болезней, не дожив своего века.

Во-вторых, уничтожение населения происходит без убийств, без крови и насилия. Не нужно тратить время, средства труда на производство современного оружия и военные действия. Наркоманы все сделают своими руками.

### **Все наркотики – Яды.**

Наркотические вещества неизбежно влияют на многие жизненно важные функции

организма. Распространители наркотиков усыпляют бдительность людей, сообщая им только об удовольствии, получаемом после приёма психоактивных веществ. Это неполная правда, так как существуют другие эффекты от наркотиков, которые вредны для человеческого организма, разрушают его, приводят к гибели.

Основной эффект наркотиков – снятие чувства боли. Поэтому существует их лечебное применение при травмах, инфарктах, раковых опухолях, чтобы люди не страдали от сильных болей;

немедицинское использование наркотиков следует разобрать подробно, чтобы иметь полноценное знание о наркотиках и применять их в своей жизни.

### **Влияние наркотиков на дыхание**

Дыхание - основа жизни. Все знают, что во время вдоха организм получает кислород, а при выдохе выделяет углекислый газ.

Прием наркотиков приводит вначале к снижению, а затем к сильному угнетению дыхательного центра.

Наркоман никогда не сможет дышать полно, досыта. Ему уготована пожизненное кислородное голодание – гипоксия. Обычно гипоксия развивается в старческом возрасте в результате болезней или отравлений.

Гипоксия часто является причиной смерти при многих заболеваниях.

Наркоман также чаще всего умирает от остановки дыхания при случайной передозировке наркотиков. При случайной передозировке (внутривенный укол) у наркоманов происходит остановка дыхания. Если в течение 5 мин не оказать помощь, человек погибнет. Тот, кто выбирает наркотический «рай», должен знать, что на самом деле обрекает себя на медленное самоудушение.

В легких наркоманов накапливается мокрота, слизь, грязь, пыль. У здорового человека все инородное из легких удаляется с помощью защитной, полезной для жизни реакции – кашля. Принимающий наркотики теряет способность кашлять, его внутренности переполняются грязью и микробами, становятся урной на всю оставшуюся жизнь.

Надо ли это людям, желающим на собственном опыте узнать, что такое наркотики?

### **Влияние наркотиков на сердечнососудистую систему.**

Сердце и сосуды как органы поставляют в ткани необходимые вещества и удаляют из тканей «отходы». Кровообращение, также как и дыхание, - основное условие жизни человеческого организма.

Наркотики способствуют угнетению сердечнососудистой системы, снижению кровяного давления и замедлению пульса.

По этой причине в организме наркомана возникает значительное нарушение сердечнососудистой деятельности. Уменьшается как снабжение клеток всем необходимым, так и «очистка» их от вредных веществ. Вследствие этого организм дряхлеет, как в глубокой старости. Если наркоман находится в юном возрасте, то вряд ли старческие изменения в его организме доставят ему удовольствие.

### **Влияние наркотиков на систему пищеварения**

С пищей в организм человека поступают важные вещества, участвующие во всех процессах жизнедеятельности. Принимая пищу, люди испытывают вкусовые и обонятельные ощущения. В организме наркомана пищеварительные процессы протекают иначе. Наркотики вызывают расстройство желудочно-кишечного тракта, уменьшаются вкусовые и обонятельные ощущения, снижается аппетит, пища не в полной мере переваривается и усваивается. Наркоманы не могут получать удовольствие от пищи. Они страдают от хронического голодания, имеют дефицит веса.

Наркотики вызывают спазмы кишечника, в нем развиваются процессы гниения и

разложения.

У наркоманов всегда плохой цвет и запах кожи.

Их кишечник можно сравнить с засорившемся унитазом. Зачем нужно здоровому человеку превращать себя в прогнившего старика?

### **Влияние наркотиков на половую сферу.**

При регулярном употреблении наркотиков происходит изменение половых потребностей и возможностей. У девушек-наркоманок со стажем половая сфера по состоянию напоминает старушек. Атрофические процессы в половых органах наблюдаются и у представителей мужского пола, длительное время принимающих наркотики. У наркоманов обычно не бывает детей, часто рождаются дети с уродствами!

Прием наркотиков – причина разрушения здоровья.

Наркотические вещества снижают все виды обмена веществ, температуру тела, иммунитет и работоспособность всех функций организма. Наркомании сопутствуют такие болезни, как ВИЧ, венерические заболевания, гепатит.

Наркоманы живут в среднем 7-8 лет. Но во что превращают они сами свою и так короткую жизнь! Легкие - как переполненная урна, кишечник – как засоренный унитаз, половые органы как у стариков, постоянный голод и отвращение к пище, нет ни сна, ни покоя.

Эти элементарные знания должны быть известны каждому человеку, чтобы он смог защитить себя, своих близких, родных друзей.

«У кого есть здоровье, у того есть надежда.

У кого есть надежда, у того есть всё».

*Восточная мудрость*