

Школьники и студенты должны это знать

Героин и рецептурные опиаты — это серьезная проблема

Злоупотребление рецептурными препаратами имеет место, когда человек принимает рецептурный препарат, который ему не прописан, либо принимает его по иным причинам или в иной дозировке, нежели предписано врачом. В последнее десятилетие объемы немедицинского употребления рецептурных препаратов в США увеличились, превысив объемы употребления всех запрещенных веществ, за исключением марихуаны. Злоупотребление рецептурными препаратами может привести к негативным последствиям для здоровья человека, включая привыкание. Одним из наиболее серьезных аспектов злоупотребления рецептурными препаратами является рост злоупотребления болеутоляющими средствами, которое может привести к героиновой зависимости.

- В 2008 г. в США от передозировки рецептурных анальгетиков погибло почти 15 000 человек; это более чем в три раза превышает смертность от этих препаратов в 1999 г. (4000 человек). (*CDC Vital Signs 11/2011*)
- Особую группу риска составляет молодежь в возрасте от 18 до 24 лет, о чем свидетельствует рост числа госпитализаций, связанных с употреблением героина/опиатов, по всему штату. Наиболее остро эта проблема стоит в северной части штата Нью-Йорк (увеличение числа госпитализаций составило 222 %) и на Лонг-Айленде (242 %). (*NYS Client Data System*)
- В 2011 г. немедицинское употребление рецептурных препаратов среди подростков в возрасте от 12 до 17 лет и молодежи в возрасте от 18 до 25 лет занимало по распространенности второе (после марихуаны) место в статистике употребления запрещенных веществ. (*NSDUH 2011*)
- С 2007 по 2012 гг. количество лиц, употреблявших героин в течение последнего месяца, по всей стране увеличилось более чем вдвое (с 161 000 до 335 000). (*NSDUH 2012*)
- В штате Нью-Йорк процент учащихся старших классов, употреблявших героин, с 2005 по 2011 гг. увеличился более чем вдвое (с 1,8 до 4 %). (*Youth Risk Behavior Survey (YRBS)*)

Злоупотребление героином и рецептурными препаратами смертельно опасно и может привести к развитию зависимости

Привыкание

Регулярное употребление опиатов ведет к привыканию. Для получения того же эффекта («кайфа») требуется увеличивать дозу. Как правило, передозировки случаются после воздержания от употребления (абстиненции) в течение некоторого периода, например, после выписки из реабилитационной клиники.

Смешивание препаратов

Сочетание героина или рецептурных опиатов с другими препаратами, в особенности с депрессантами, такими как бензодиазепины (Ханак, Клонорин и др.), а также с алкоголем может привести к случайной передозировке, угнетению дыхания и смерти. Действие препаратов, принимаемых вместе, сильнее, чем при раздельном приеме.

Разная «крепость» героина

Героин может быть разной «крепости» и, в зависимости от чистоты, оказывать разное действие.

Серьезные заболевания

Люди, страдающие серьезными заболеваниями (ВИЧ/СПИД, гепатит В и С, болезни сердца, эндокардит), в большей степени подвержены риску передозировки.

Как не допустить злоупотребления рецептурными препаратами

Не все люди осознают, что злоупотребление рецептурными препаратами опасно.

Храните свои рецептурные препараты в надежном месте и после приема всегда запоминайте или записывайте количество оставшихся таблеток.

- Ведение учета рецептурных препаратов — очень разумный шаг, особенно если в вашей комнате/квартире проживают или бывают другие люди.
- Никогда не давайте другим людям прописанные вам препараты.
- Никогда не берите у других людей прописанные им препараты.
- Не принимайте одновременно разные препараты. Проконсультируйтесь с врачом по поводу всех препаратов, которые вы принимаете, в том числе отпускаемых без рецепта.

Расскажите об этом другим людям

Делитесь своими знаниями и опытом со друзьями и близкими, поддерживайте их, когда необходимо.



**Combat Heroin
and Prescription
Drug Abuse**

Подготовлено New York State Department of Health
12005 (Russian) и New York State Office of Alcoholism and Substance Abuse Services 9/15

www.combatheroin.ny.gov

Куда обратиться за помощью

Существует множество конфиденциальных ресурсов для школьников и студентов - нужно только спросить о них. Для начала вы можете обратиться за советом и помощью к своему врачу, а также психотерапевту, специализирующемуся на проблемах наркомании.

Признаки и симптомы

Основным признаком употребления наркотических веществ являются изменения в поведении человека. В этом случае крайне важно, чтобы он как можно быстрее получил помощь.

Физические симптомы

- Снижение или увеличение аппетита; необъяснимая потеря или набор веса
- Суженные зрачки, замедленное дыхание и отсутствие реакции — признаки интоксикации опиатами.
- Тошнота, рвота, потливость, трясущиеся руки, ноги или голова, расширенные зрачки — признаки «ломки», или абстинентного синдрома (при резком прекращении употребления опиатов).

Поведенческие симптомы

- Изменения в характере
- Изменившийся круг друзей, новые места времяпрепровождения
- Избегание контактов с членами семьи
- Изменение способов времяпрепровождения, хобби, сокращение занятий спортом
- Снижение успеваемости или работоспособности
- Скрытность, стремление желание изолироваться
- Резкая смена настроения, раздражительность, нервозность, возбужденность, сонливость
- Ношение одежды с длинным рукавом или слишком теплых (не по сезону) вещей
- Воровство

Другие тревожные признаки

- Пропажа лекарств
- Ложки/колпачки со следами кофоти или их пропажа
- Пропажа шнурков/поясов
- Пакеты с остатками порошкообразного вещества
- Шприцы

Закон доброго самаритянина

Некоторые люди боятся, что на звонок на номер 911 отреагирует полиция и это станет причиной уголовного преследования их самих или человека, получившего передозировку. Подобные страхи НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ не должны помешать вам немедленно позвонить на номер 911. Иногда это вопрос жизни и смерти.

В сентябре 2011 г. в силу вступил Закон доброго самаритянина. Он касается звонков на номер 911 и призван устранить страх перед реакцией полиции на передозировку. Этот закон предусматривает существенную правовую защиту от уголовных обвинений и преследования за владение веществами, не подлежащими свободному обращению, а также за владение марихуаной и принадлежностями для употребления наркотиков. Закон обеспечивает защиту как лиц, искренне обратившихся за помощью, так и лиц, допустивших передозировку. На тяжкие преступления класса А-1, связанные с наркотиками, а также на продажу или намерение продать вещества, не подлежащие свободному обращению, закон не распространяется.

Следующие организации предлагают информацию и ресурсы, которые могут быть полезны вам и вашей семье.



Find help and hope
for alcoholism, drug abuse or problem gambling
Call or Text **1-877-8-HOPENY**
Text: HOPENY (467369) 1-877-846-7369



**Combat Heroin
and Prescription
Drug Abuse**

**Office of Alcoholism and
Substance Abuse Services**

**Department
of Health**

Combat Heroin – www.combatheroin.ny.gov

New York State Office of Alcoholism and Substance Abuse Services – www.oasas.ny.gov

New York State Department of Health – www.health.ny.gov