

**Информационно-методические материалы
для педагогов по работе с родителями
по профилактике употребления курительных смесей обучающимися**

Курительная смесь «Spice» является травяным сбором, который появился в разных странах Европы в период с 2004 по 2006 года. Травы, входящие в состав любой курительной смеси, являются энтеогенами, имеющими психотропное действие. Среди популярных растений, используемых для производства ароматических миксов, можно назвать шалфей предсказателей, дурман, красный мухомор, малую гавайскую древовидную розу, мимозу, гуарану и др. В настоящее время всего в списке 298 растений, содержащих сильнодействующие наркотические или ядовитые вещества.

Группы курительных смесей

Курительные смеси делятся на две группы.

- К первой группе относятся смеси, состоящие из натуральных растений. Травы перемешиваются между собой в определенных пропорциях и дают так называемый «эффект употребления». Назовем наиболее распространенные.
 - Шалфей предсказателей, (*Salvia divinorum*) — вид растений из рода Шалфей, из листьев которого получают психоактивный галлюциноген. Попадает в организм человека при курении или жевании сальвии. Эффект длится от 2 до 10 минут при курении и от 15 минут до 2 часов при жевании. Длительность галлюцинаций нарастает в зависимости от дозы действующего вещества. Человек в состоянии интоксикации не может адекватно оценивать свои действия, возможны панические атаки. Потеря контроля над своим телом во время курения может привести к пожару. Неспособность критически оценивать достоверность собственных переживаний может привести к самоповреждению или агрессии, направленной на окружающих.
 - Малая гавайская древовидная роза (*Argyreia nervosa*), галлюциногенные свойства которой были открыты лишь в 60-е годы прошлого века, несмотря на то, что она обладает наивысшей концентрацией психоактивных веществ из всего семейства. Эффекты перорального употребления семян сравнимы с действием ЛСД. Действие этого вещества обычно описывают как «характерно психоделическое». Эффект визуален, с некоторыми изменениями пространства при открытых глазах и узорами при закрытых глазах. Временное и пространственное восприятие серьезно нарушается, вызывая типичное ощущение галлюцинации; «пять минут кажутся часом, а час кажется пятью минутами». Длительность опьянения варьирует от 4 до 12 часов с пост-эффектами, продолжающимися примерно в течение дня. Действие иногда сопровождается желудочным дискомфортом, тошнотой и рвотой, очень часто наблюдается мышечная слабость и голово-

кружение, наступающие из-за сужения сосудов. Может вызвать утробные сокращения, приводящие к выкидышам при употреблении во время беременности.

- Вторая группа курительных миксов — это смеси трав, обработанных лабораторно изготовленными химическими веществами (синтетическими каннабиноидами). В их состав входят экстракты из растительных, травяных сборов, растительные масла, различные ароматизаторы (мед, ваниль, ментол). Каждая курительная смесь уникальна по своему составу. Сейчас в них, помимо синтетических аналогов марихуаны, вызывающих эйфорию, добавляют галлюциногены, что приводит не только к серьезному токсическому воздействию на организм, но и к быстрому развитию наркотической зависимости.

Сейчас наиболее востребованы среди молодежи курительные смеси JWH (на слэнге — план, дживик, спайс, микс, трава, зелень, книга, журнал, бошки, головы, палыч, твердый, мягкий, сухой, химия, пластик, сено, липкий, вишня, шоколад, россыпь, рега, дым, зеленый флаг, ляпка, плюха и т.д.). Продавцы и потребители по глубине и длительности эффекта делят смеси на сильные, средние и слабые.

Синтетический каннабиноид JWH-018, входящий чаще всего в состав курительных смесей — один из многих среди сотен других синтетических каннабиноидов, разработанных химиком John W. Huffman (откуда и пошло название — JWH) в научной лаборатории университета в Клемсоне, США. Первичной задачей ученого были синтезы аналогов ТГК (THC), активного компонента марихуаны. Другие ученые, изучавшие действие нового наркотического препарата на каннабиноидные рецепторы мозга, установили, что действие JWH-018 превосходит в пять раз действие ТГК, содержащегося в марихуане. Эффективная доза при курении составляет от 0.5 до 3 мг, при пероральном приеме — от 3 до 10 мг. Зависимость от них развивается в 2 раза быстрее, чем от марихуаны. Психотропные эффекты синтетического каннабинола JWH-018 очень похожи на ТГК как по общему характеру, так и по времени действия: примерно 3-5 часов. Психоделические эффекты при курении JWH-018 наступают незамедлительно, в то время как у ТГК они проявляются в полной мере только через 10-15 минут.

Каннабиноид JWH-018 в настоящее время не регистрируется ни одним стандартным тестом на марихуану.

Доступность

Легкодоступность смесей заключается в их низкой цене и простых способах приобретения:

- В последние годы из Китая в Россию идет непрекращающийся поток курительных смесей, он расходуется по стране почтовыми отправлениями, но непосредственная торговля ведется через сеть интернет. Сегодня на многих сайтах можно увидеть рекламу травяного сбора «Spice». Продавцы обещают повышенную работоспособность, легкость во всем теле, хорошее настроение и многое другое. Они, предлагая купить «Spice», утверждают о его полной безвредности, в первую очередь напоминая, что он состоит исключительно из трав, без химических добавок. Но каждое из этих растений содержит сильнейшие галлюциногены. Большинство из них произрастают на территории южной Азии и

Америки, как Южной, так и Северной. И практически все в свое время использовались в качестве наркотиков.

Как правило, подросток заходит на известные сайты, торгующие наркотиками, набирая в поисковике несколько ключевых слов, получает контакт, списывается через скайп или «аську», делает заказ. Ему тут же сообщают номер счета, он оплачивает через терминалы, и ему говорят, где забрать спрятанные наркотики. На слэнге – «поднять закладку», «найти клад». Те же самые действия можно осуществлять «ВКонтакте», в «Одноклассниках» и т.д.

Для подростков это все представляется интересной игрой. Для того чтобы понять, что ребенок покупает наркотики, достаточно проверить его переписку в телефоне или компьютере, они ее как правило не стирают.

- Зачастую информацию считывают со стен домов, когда видят надписи: Легал, Микс, Куреха, План и т.д. и номер «аськи», реже — телефон.

- Также приобрести смеси можно и у сверстников. Сверстники, одноклассники, которые начинают торговать наркотиками в школе, сразу же становятся заметны, у них появляется другие телефоны, айпады, ноутбуки, они лучше одеваются. К ним обращаются старшие. Они становятся негативными лидерами и, как правило, у позитивно настроенных детей не хватает аргументации эту ситуацию переломить.

Официально «Spice» запретили в январе 2010 года. Но наркодилеры научились обходить закон:

Во-первых, они добавляют в химическое вещество молекулу, оно изменяется — и уже не подпадает под запрет. Для того чтобы вещество с новой формулой законодательно было признано наркотическим, понадобится еще около полугода. А за это время наркодилеры придумывают другое вещество.

Во-вторых, в качестве «прикрытия» выступают относительно безопасные психоактивные вещества, которые содержатся в смеси трав. Но и «безопасные» растения в составе смесей, как оказалось впоследствии, совсем небезопасны.

В-третьих, в составе смеси присутствуют балластные компоненты, которые затрудняют выявление наркотиков. Например, в качестве такого балласта используется витамин Е.

«Технология» употребления «Spice»

Как правило, молодые потребители берут готовый наркотик. Употребляют путем курения через различные трубки, самокрутки. Иногда сжигают их в аромолампе, и тогда все присутствующие в помещении имеют возможность испытать психоделическое (галлюциногенное) воздействие ароматного дыма. Нередко опытные потребители миксов курят через пипетку, жестяную банку или бутылку: все эти способы — наследие курильщиков марихуаны и гашиша. Один из самых распространенных способов употребления — маленькая пластиковая бутылочка с дыркой (если такие бутылочки с прожженной дыркой находят в школьных туалетах, это самый верный признак того, что в школе употребляют наркотики). Трубочки, через которые курят, как правило, держат при себе и от

них очень плохо пахнет. Иногда, прежде чем зайти домой, подросток оставляет такую трубочку в подъезде (в щитке).

Признаки употребления «Spice»

Признаки употребления «Spice» (зависит от дозы, стадии опьянения, стажа употребления):

- Расширенный или (реже) суженный зрачок,
- Мутный либо покрасневший белок глаз (поэтому носят с собой «Визин» и другие глазные капли),
- Повышенная двигательнo-эмоциональная активность,
- Повышенный аппетит,
- Сухость во рту,
- Бледность,
- Галлюцинации, кошмарные видения,
- Агрессия,
- Учащенное сердцебиение,
- Неспособность сосредоточиться,
- Нарушение восприятия,
- Бесконтрольный смех,
- Полная потеря контакта с окружающим миром,
- Отсутствие способности ориентироваться в пространстве,
- Потеря самоконтроля,
- Нарушение координации,
- Дефект речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки),
- Заторможенность мышления (тупит),
- Неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании (если сильно обкурился, минут на 20-30).

После употребления смесей в течение нескольких дней и дольше человек испытывает упадок общего физического состояния, расконцентрацию внимания, апатию, нарушение сна, перепады настроения (из крайности в крайность).

Косвенные признаки употребления смесей и других наркотиков:

- Пропуск уроков,
- Низкая успеваемость,
- Постоянная ложь,
- Скрытность (появляются друзья, о которых он не рассказывает; при разговоре с ними по телефону уходит в другую комнату или обещает перезвонить),
- Раздражительность, доходящая до ярости,
- Уход от любых серьезных разговоров,
- Уход от контакта с родителями (отключает телефоны),
- Торможение мыслительных процессов (долго думает),
- Неопрятность,
- Вымогательство денег,

- Наличие долгов,
- Воровство вещей из дома,
- Потеря чувства реальности,
- Паранойя.

У подростков ярко выражена реакция группирования, они употребляют курительные смеси чаще в группе. Поэтому следует использовать метод фронтального обследования ближайшего окружения употребляющего «Spice».

Последствия употребления курительных смесей

Экспертиза курительных смесей установила, что вещества, входящие в состав таких смесей, оказывают галлюциногенное и психотропное действие, содержат ядовитые компоненты и представляют потенциальную опасность для жизни и здоровья человека. Продолжительное употребление курительных смесей по своей опасности превосходит даже тяжелые виды наркотиков. И медики, и эксперты утверждают, что даже разовое применение этих смесей может привести к летальному исходу или тяжелой инвалидности.

Опрос потребителей показывает, что эффект проявляется в первые секунды в виде отрешенности от окружающего, сужения ясности сознания, галлюцинаций, переходящих в депрессию и бессонницу. После употребления спайса может возникнуть состояние паники, может парализовать мышцы, нарушается дыхание, появляются психические расстройства.

Сначала подростку хватает одной-двух затяжек. Затем увеличивается частота употребления, потом доза. Длительность перехода от одного этапа к другому очень мала, поэтому вскоре он начинает курить неразведенный реагент. С этого момента наркоман уже не может обходиться без смеси и испытывает невероятный дискомфорт и беспокойство, если при себе нет наркотика. Поскольку дозу просчитать очень трудно (разные продавцы, составы, формулы, концентрация), возможны передозировки, которые сопровождаются тошнотой, рвотой, головокружением, сильной бледностью — вплоть до потери сознания и смерти.

Алкоголь, даже пиво, усиливает действие наркотика. Человек «дуреет», у него отключается вестибулярный аппарат, он теряет пространственную и временную ориентацию, ухудшается память.

Практически все курильщики миксов жалуются на кашель, слезотечение, осиплость горла во время и после курения. Регулярное попадание ароматного дыма на слизистую вызывает хронические воспалительные процессы в дыхательных путях (фарингиты, ларингиты, бронхиты). Велика вероятность возникновения злокачественных опухолей ротовой полости, глотки, гортани и бронхов.

Также вред наносится и печени, в которой накапливается яд.

Капилляры мозга сужаются, поэтому кровь не может снабжать мозг кислородом, в итоге клетки мозга умирают. При систематическом употреблении «Spice» происходит токсическое поражение головного мозга, снижается умственная деятельность, работоспособность.

«Spice» действует и на репродуктивную систему, что может приводить к бесплодию.

«Spice», кроме остальных поражающих факторов, разрушает витамины и биологически активные соединения, играющие огромную роль в организме, вымывает микроэлементы. Его курение неуклонно приводит к ухудшению иммунитета, истощению защитных функций.

Употребляющего «Spice» преследуют ночные кошмары и ужасы наяву, без причин возникает депрессия, обостряются прочие болезни, наблюдаются ухудшения состояния волос, кожи, зубов и костей.

Происходят различные расстройства восприятия (подростки ведут себя не адекватно, например, могут кричать, беспричинно плакать или смеяться, неосознанно покалечить себя и окружающих, бегать раздетыми по морозу, спрыгнуть с этажа и др.).

Количество детей «группы риска»

Особое беспокойство вызывает то, что основные потребители курительных смесей — молодежь. В основном, это подростки в возрасте от 15 до 18 лет из вполне нормальных семей со средним достатком, многие из них неплохо учатся, занимаются в разных кружках и спортивных секциях.

В России постоянно употребляют наркотики (в том числе курительные смеси) около 6 миллионов человек. Социальная наркомания статистика 2014 года приводит данные в 500 тысяч наркозависимых людей, тех, кто добровольно встал на медицинский учет. Наркологические клиники в состоянии ежегодно излечивать не более 60 тысяч человек.

Современная наркомания, статистика 2014 года показывает, что более 60% наркоманов — молодые люди в возрасте от 17 до 35 лет, 20% — дети, школьники, и только 15% — люди старше 35 лет.

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

По данным мониторинговых исследований «Изучение насыщенности образовательной среды психоактивными веществами в Республике Коми» по мнению 13% учащихся вблизи образовательной организации легко приобрести наркотические и токсикоманические вещества (из них 44% — мальчики, 54% — девочки). Вместе с тем достаточно большое количество опрошенных (86% учащихся и 74% педагогов) не осведомлены о распространении наркотических веществ вблизи их организации, 10% учащихся и 4% педагогов что-то слышали об этом, лишь 1% учащихся и 1% педагогов знают, кто распространяет.

Особенности работы с родителями

по вопросам профилактики употребления ПАВ детьми и подростками

Работа с родителями учащихся в контексте профилактики включает неспецифическую, общую работу, ориентированную на всех родителей, и специальную, ориентированную на родителей школьников группы риска.

Взаимодействуя с семьей в рамках неспецифических мероприятий, необходимо формулировать и решать широкие просветительские задачи: развитие у детей культуры здоровья; понимание особенностей развития ребенка в конкретном возрасте; развития эффективных способов общения «родитель-ребенок»,

смысл которых заключается в том, чтобы нарастить родительскую компетентность. Примерные задачи неспецифической работы с родителями:

- укрепление семейных ценностей и традиций,
- оптимизация детско-родительских отношений, предупреждение случаев эмоционального отвержения детей, жестокого обращения;
- просвещение родителей в вопросах возрастного развития детей, об особых задачах детско-взрослых отношений в подростковом возрасте (включая и темы профилактики злоупотребления ПАВ);
- формирование практических навыков конструктивного общения;
- формирование установки на здоровый образ жизни.

Попутно родителям необходимо транслировать тезис о бдительности: «Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас. Помните — наркотики не выбирают, сын учительницы или дочь генерала».

При проведении специальных профилактических лекций-бесед по предупреждению употребления ПАВ несовершеннолетними требуется сообщать родителям, какая информация о ПАВ может быть передана детям и подросткам, а какая — ни в коем случае. В беседах следует касаться признаков употребления ПАВ, способов диагностики и лечения при употреблении ПАВ, последствиях, в том числе правовых, употребления, службах помощи при подтверждении употребления ребенком ПАВ. Необходимо доносить до сознания родителей тезис о том, что тактика запугивания детей тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не приводит к желаемым результатам — отказу от их приема, а, наоборот, в некоторых случаях усиливает к ним интерес.

Рекомендуется отступление от рутинных форм лекций-бесед, чтобы углубить воздействие на родителей. К более эффективным формам относятся «круглые столы», вечера вопросов и ответов, педагогический практикум, деловая игра, тренинг для родителей и др. На родительские собрания могут быть приглашены специалисты УФСКН России по Пензенской области, медицинские работники, сотрудники ППМС центров и другие специалисты в области профилактики употребления ПАВ и формирования здорового образа жизни.

Необходимо сообщить о значимых для родителей признаках употребления детьми ПАВ:

1. Ребенок отстраняется от родителей, часто и надолго исчезает из дома или же запирается в своей комнате. Расспросы, даже самые деликатные, вызывают у него вспышку гнева.

2. У него меняется круг общения, прежние друзья исчезают, новые предпочитают как можно меньше контактировать с Вами, почти ничего не сообщают о себе.

3. Ваш ребенок в Вашем присутствии не разговаривает по телефону открыто, а использует намеки, жаргон, условные «коды», или уходит в другую комнату.

4. Меняется характер ребенка. Его не интересует то, что раньше имело значение: семья, учеба, увлечения. Появляется раздражительность, вспыльчивость, капризность, эгоизм, лживость.

5. Его состояние немотивированно меняется: он то полон энергии, весел, шутит, то становится пассивен, вял, иногда угрюм, плаксив.

6. У ребенка появляются финансовые проблемы. Он часто просит у Вас деньги, но объяснить, на что они ему нужны, не может, или объяснения малоубедительны. Из дома постепенно исчезают деньги и вещи. Сначала это может быть незаметно, пропажи в семье объясняются случайностью (потеряли, забыли куда положили). Потом уже исчезновение (видеотехники, например) трудно скрыть.

7. Иногда, напротив, у ребенка появляются суммы денег, происхождение которых необъяснимо (в случае, если он вовлечен в распространение ПАВ).

8. Вы наблюдаете необычное состояние Вашего ребенка: оно может быть похоже на опьянение, но без запаха алкоголя. Может быть нарушена координация движений, речь, появляется нелепый смех, зрачки расширены или сужены. Конкретные признаки опьянения зависят от вида вещества.

Родителей полезно снабдить следующими рекомендациями:

«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 здоровье или поведение Вашего ребенка свидетельствует о системном употреблении курительных смесей, не падайте духом, потому что по-прежнему есть много такого, что возможно сделать:

- оказывайте поддержку Вашему ребенку — для него это жизненно необходимо, какими бы ни были обстоятельства;
- показывайте и говорите, что Вы его любите;
- обратитесь за помощью для себя и Вашего ребенка к специалистам (психологу, врачу).

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