

Знать, чтобы жить!

Наркотиком принято называть вещество естественного или искусственного происхождения, который может изменить психические функции организма, а при многократном употреблении приводит к психической и (или) физической зависимости, т.е. к наркомании.

Кто же те люди, которые становятся наркоманами?

У людей, не сталкивающихся с этой проблемой непосредственно, складывается мнение о наркоманах на основе информации из СМИ, как о жестоких бандитах, садистах, безжалостных убийцах и коварных грабителях, которые готовы за очередную дозу задушить собственную мать. Или, возникает образ совершенно опустившихся, безвольных, потерявших всё в своей жизни людей, которые уже и на людей то не похожи, живущих в мрачных наркоманских притонах. Другой образ наркомана - наоборот, вам видятся весьма решительные и уверенные в себе бритоголовые накаченные парни, для которых регулярная доза наркотика - частичка их образа «сладкой жизни».

И действительно, все эти варианты «наркоманских типажей» имеют место быть в реальности. Но если вам приходится постоянно общаться с наркоманами в повседневной жизни, вам станет хорошо известно, что наркоманы могут быть и совсем другими.

Очень многие из них – молодые люди, выглядят вполне благополучно, они не потеряли ни семью, ни работу, ни интеллект, часто симпатичны в общении, производят впечатление вполне «нормальных», иногда кажутся особенно одарёнными. При взгляде со стороны таких наркоманов вряд ли можно отличить от других людей. Их «изнанка» личности раскрывается лишь в близком общении – прежде всего в семье, откуда наркоман тайком или явно крадёт деньги, вещи, когда ему нужны средства на очередную порцию наркотиков, и куда он приносит горе, страдание, даже смерть.

Очень важно понять: наркомания – это болезнь!

Специалистам, работающим в наркологии, это известно давно, и они признают этот факт безоговорочно. Болезнь под названием «наркомания» включена в медицинские справочники и каталоги болезней наряду с любыми другими заболеваниями. Такое понимание наркомании существует, по меньшей мере, с 19 века, хотя в обыденном сознании всё ещё прочно сидит стереотип, что если человек употребляет наркотики, то единственная причина этому – его «непутёвость», безответственность и вообще порочность и склонность к

преступному образу жизни. О том, что такое поведение зачастую может быть проявлением болезни, нередко забывают.

Поскольку зависимость у наркомана проявляется от химических веществ - наркотиков, то наркоманию ещё называют химической зависимостью, которая в свою очередь специалистами подразделяется на зависимость физическую и психическую.

Стать наркоманом, т.е. попасть в зависимость, можно даже попробовав наркотик только один раз!

Тому есть тысячи примеров. Кто из пациентов наркологических клиник собирался стать наркоманом? Наверное, никто. Все хотели «только попробовать». А попробовав однажды, захотели попробовать ещё...

Наркоманами становятся не только слабые и безвольные, не только социально запущенные, не только дети неблагополучных семей. Наркоманом может стать любой, кто решит попробовать! А искать причины для возникновения наркозависимости – это дело не одной, а сразу нескольких наук.

Врачи наркологи, например, считают, что наркоманом человек становится не тогда, когда он взял в руки шприц, а тогда, когда он разрешил себе это сделать. Если начать более подробно интересоваться психологическими причинами возникновения наркомании, то в специальной литературе можно найти много подтверждений тому, что наркоманами люди становятся еще до того, как они первый раз попробовали наркотик. Кто же предрасположен к химической зависимости? Статистика считает, что во все времена какой-то % от людской популяции – является алкоголиками или наркоманами. К алкоголизму изначально, т.е. с момента своего рождения предрасположено примерно 20-30% населения. Из них 15% становятся алкоголиками, наркоманом может стать каждый но, становятся 8-10% населения.

Во первых, у 30% современных подростков имеют место быть неврологические заболевания, и в этом случае химическая зависимость формируется на заранее подготовленной почве.

Во вторых, так называемая отягощенная наследственность (потомки алкоголика или наркомана), так же предполагает к формированию химической зависимости.

В третьих, среди причин наркомании часто называют индивидуальные особенности характера. Например, слабохарактерные, безвольные, мягкие дети с «патологической» добротой так же становятся наркозависимыми. Не последнюю роль играет среда, в которой

находился человек в детстве, и, конечно же, самое главное – это отсутствие нравственных ориентиров.

Наверняка любой психолог или нарколог может сформулировать ещё ряд причин химической зависимости, согласно тем знаниям, которые он имеет. Если наркотик только попадает в организм, он, образно говоря, найдёт способы и ситуации, в которых он может «помочь» человеку. Одних прельщает «расширение сознания», других необычность ощущений, третьих любопытство, четвёртых уход от жизненных трудностей и внутренних психологических проблем. А дальше в действие вступают биохимические механизмы зависимости. Научно медицинским фактом является то, что у людей предрасположенных к химической зависимости уровень эндорфинов от рождения низкий (эндорфины – вещества по химическому строению близки к природным опиатам, в норме находятся в организме человека. Играют важное значение в функционировании психических процессов: участвуют на биохимическом уровне в эмоциональных реакциях психики, создавая чувства удовольствия, покоя, хорошего настроения; в сексуальном влечении и сексуальных переживаниях человека; стимулирует процесс сна). И зачастую такой человек впервые ощущает себя в норме, лишь попробовав наркотик или алкоголь, потому что любое из наркотических веществ, прямо или косвенно «нормализует» уровень эндорфинов или заменяет их. Последний вариант (замена собственных эндорфинов на наркотик), характерен для опиатной наркомании и в этом случае, выработка собственных эндорфинов по мере увеличения доз и частоты употребляемых опиатов прекращается полностью. Так человек становится наркозависимым.

Но, к сожалению, пока медицина не знает, как исправить такие врождённые особенности обмена веществ в организме, т.е. мы не можем устранить биологические факторы вызывающие зависимость. А это значит, что такие заболевания в настоящее время не излечимы. Если наркоман прекращает приём наркотического вещества, то возникает синдром отмены или абстинентный синдром – проявление физической зависимости от химического вещества.

Абстинентный синдром развивается не при всех видах наркомании. Формирование абстинентного синдрома стремительней всего происходит при употреблении опиатов, особенно героина. Синдром отмены – это пик ощущений наркомана. Своего рода расплата за все пережитые с помощью наркотика удовольствия. Все наркоманы хотят бросить наркотики, и мало кто способен перетерпеть синдром отмены.

Вот как описан героиновый абстинентный синдром в книге медицинского психолога Д.Д. Еникеевой «Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков».

Это один из наиболее тяжелых вариантов абстиненции среди других форм наркомании и токсикомании. Через 8-12 часов после инъекции героина или вдыхания его порошка через нос, возникает расширение зрачков, слезотечение, насморк, чихание, озноб, периодически «гусиная кожа», пропадает аппетит. Влечение к наркотику интенсивно, возникает состояние эмоционального напряжения, беспокойства, тревоги. Больной не может заснуть. Затем озноб сменяется чувством жара, возникают приступы слабости и потливости. В мышцах спины, шеи, рук, ног появляется ощущение неудобства. Возникает мышечное напряжение, желание потянуться, размять мышцы. Это состояние наркоманы сравнивают с ощущением, которое бывает когда «отсидишь ногу», но оно распространяется на большую часть скелетной мускулатуры. Возникает боль в жевательных мышцах и межчелюстных суставах, усиливающаяся, когда больной пытается поесть или даже при мысли о еде.

Затем, все симптомы, которые были, усиливаются. «Гусиная кожа», озноб становятся постоянными, зрачки широкие, на свет почти не реагируют. Чихание становится приступообразным, по 50-100 раз подряд. От зевоты «сводит челюсти». Появляется сильное слюнотечение. К концу вторых суток наступает самый тяжёлый период. Возникают сильные боли спины, ног, шеи. Наркоманы описывают их так: «мышцы «сводит», «крутит», «тянет». Из-за интенсивных болей наркоман не находит себе места: то встаёт, то снова ложится, крутится в постели, растирает мышцы, подтягивает колени к подбородку. Ему кажется, что при движении боли станут меньше, и он встает с постели. Но боли не исчезают. Наркоман испытывает мучительное состояние ажитированной тревоги, патологической неусидчивости. Периодически наступают судороги в икроножных мышцах, и так все время. Больной становится злобен, агрессивен.

Влечение к наркотику неодолимое, в этом состоянии наркоман способен на любое насилие, преступление, ложь, лишь бы достать наркотик. На 3-4 сутки к уже имеющимся ощущениям добавляется рвота и понос. Понос и рвота могут быть многократными, до 10-15 раз в сутки со схваткообразными болями в кишечнике. Повышается температура тела. Больные ничего не могут есть, теряют в весе по 10-12 килограмм. Ночью они не спят, впадая «в забытие» лишь на короткое время днём. У больных, принимающих опиата внутривенно, появляется сильный зуд по ходу вен. Внешне больные выглядят измученными, как во время

тяжёлой болезни. Выражение лица страдальческое. Глаза тусклые, глубоко запавшие. Кожа сухая бледная или землянисто-серого цвета. Все эти тяжёлые проявления продолжаются 5-10 дней.

Впрочем, с помощью определённых медицинских мер можно несколько облегчить страдания человека в период абстиненции. Беда, однако, заключается в том, что нередко и самими наркоманами и их родственниками, а иногда «специалистами» такое временное облегчение принимается за «лечение». За это «лечение» платят огромные деньги, возлагают огромные надежды – но, увы, всё оказывается тщетным. Благополучно пережив «ломку» наркоман очень скоро снова возвращается к прежнему образу жизни. Неизвестно, что будет делать такой человек, если перед ним встанут тяжёлые жизненные проблемы. Один выход ему уже известен - это приём наркотика. Это происходит потому, что кроме физической зависимости у него сформировалась и психическая зависимость от наркотика.

Психологическая, душевная потребность в возвращение к состоянию наркотического опьянения - это тоже проявление болезни. Но такое проявление – совсем не то же самое, что дурная привычка. И это очень важно иметь в виду. В отличие от дурной привычки, психическую зависимость невозможно преодолеть волевым усилием (так же, как и проявление физической зависимости). Психическая зависимость проявляется в том, что появляется потребность снимать любое эмоциональное напряжение (особенно негативное) с помощью наркотика. Психическую зависимость преодолеть гораздо труднее, чем справиться с физической «ломкой». Причём, психическая зависимость формируется быстрее, чем физическая.

В соответствии с формулировкой Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ): «Наркомания - заболевание хроническое, прогрессирующее и неизлечимое». Неизлечимым оно считается не только потому, что на сегодня медицина не знает средств ликвидации особенностей обмена веществ в организме химически зависимых людей. Неизлечимой наркомания называется и в том смысле, что, такой человек не способен целиком избавиться от всех своих проблем: психологических, физических и духовных. А именно эти проблемы и являются признаками болезни. Это хорошо знают в сообществах Анонимных Наркоманов (АН) и Анонимных Алкоголиков (АА).

Вот как определяют свою болезнь сами наркоманы:

Кто такой наркоман? Большинству из нас не надо долго задумываться над ответом на этот вопрос. Мы знаем ответ! Вся наша жизнь и мысли крутились вокруг наркотиков – достать, принять дозу, добыть средства,

достать ещё. Мы жили, чтобы употреблять наркотики, и принимать наркотики, чтобы жить. Всё очень просто: наркоман – это человек, жизнью которого управляют наркотики. Мы – люди, находящиеся в тисках хронической и прогрессирующей болезни. И если эту болезнь не остановить, её итог всегда одинаков: тюрьма, психиатрическая больница, смерть.

Мы – наркоманы, то есть люди, у которых из-за употребления веществ, изменяющих сознание, влияющих на настроение, возникли проблемы во всех областях жизни. Наркомания – это болезнь, заключающаяся не только в употреблении наркотиков. Многие из нас думают, что наша болезнь существовала задолго до того, как мы впервые попробовали наркотик. Но большинство из нас не считало себя наркоманами до прихода в программу (АН). Мы знали о своей болезни лишь от малосведущих людей. И пока мы могли хоть на какое-то время останавливаться, не принимать наркотики, мы думали, что с нами все в порядке. Лишь в минуты отчаяния мы спрашивали себя: «Неужели всё это от наркотиков?»

Мы не принимали решения стать наркоманами. Мы страдаем от болезни, которая имеет антиобщественные проявления и которую трудно заметить, распознать и вылечить. Из-за своей болезни мы перестали общаться с людьми, кроме тех случаев, когда раздобываем наркотики, употребляем их и ищем способы достать ещё. Наша враждебность, обиды, эгоизм и себялюбие отрезали нас от остального мира. Всё, хоть чуть-чуть незнакомое, казалось нам чужим и опасным. Наш мир резко сузился, а одиночество стало образом жизни. Мы принимаем наркотики, чтобы выжить. Это единственный способ жить, который мы знали. Несмотря на всё это, мы продолжали твердить себе: «Я исправлюсь».

Если люди считали нашу болезнь преступлением или нравственным недостатком, мы бунтовали против этого и ещё глубже погружались в одиночество и изоляцию. Оказалось, что болезнь поймала нас в ловушку. Мы были вынуждены выживать так, как умели. Мы манипулировали людьми и пытались управлять всем происходящим вокруг нас. Мы лгали, воровали, мошенничали, торговали собой.

Наши высшие психические и эмоциональные функции – совесть, способность любить и другие – были серьёзно повреждены из-за употребления наркотиков. Жизненные навыки сводились к уровню животного. Наш дух был сломлен, способность ощущать себя человеком, утрачена. Всё это может показаться слишком мрачным, но в этом состоянии были многие из нас.

Мы неоднократно возвращались в нормальное физическое состояние, но лишь для того, чтобы снова начать употреблять наркотики. Наш жизненный опыт показывает, что мы не можем употреблять наркотики без проблем для себя. И какими бы сильными и нестигаемыми мы себе ни казались, наркотики ставили нас на колени.

Поначалу мы считали, что употребление наркотиков вполне приемлемо для окружающих или что, по крайней мере, мы можем контролировать это употребление. Но у нас не было и мысли о беде, которую уготовило нам будущее. В какой-то момент наркотики вышли из – под нашего контроля и противопоставили нас обществу. Это начиналось, когда наши дела шли совсем неплохо, и мы часто принимали наркотики. Но тут хорошие времена обычно заканчивались. Мы могли пытаться умерить дозы, перейти на более дешёвые наркотики или даже вообще отказаться от них, но всё равно теряли успех в жизни и здоровье и оказывались на грани духовного, психического и эмоционального краха. Это падение шло с разной скоростью, но несмотря на то, что занимало оно годы или дни, мы неизбежно скатывались в яму. Те из нас, кто не умер от этой болезни, по мере её развития оказывался в тюрьме, психиатрической больнице или в состоянии полного морального упадка.

Некоторым из нас прежде пришлось увидеть, как наша наркомания влияет на самых близких нам людей. Наша жизнь была зависима от этих людей. Мы чувствовали злость, обиду, разочарование и боль, когда эти люди находили себе другие интересы, друзей, любимых. Мы сожалели о прошлом, боялись будущего и испытывали слишком сильное потрясение перед настоящим. Мы искали выход годами, но чувствовали себя более несчастными и всё менее удовлетворенными жизнью.

Помочь другому человеку остановить развитие его зависимости чрезвычайно непросто, особенно его родным, которые, постоянно живя с ним бок о бок, очень глубоко втянуты в проблемы наркомана.

Те, кто хочет избавить наркомана от его пристрастия, неизбежно становятся для него противником, а нередко и врагом. Ведь такой человек хочет лишить наркомана самого дорогого, как тот считает, самого необходимого ему для жизни. Поэтому, часто их отношения принимают форму борьбы, иногда очень жестокой и даже трагической.

Другая сторона неумелых попыток помочь – способствует его зависимости. Близкие родственники оправдывают наркомана перед законом, если он его нарушает, идут на всё, лишь бы выручить его из беды. Дают взятки коррумпированным чиновникам

правоохранительных органов, лжесвидетельствуют, нанимают продажных адвокатов.

В других случаях оплачивают долги, которые сделал наркоман, стремятся скрыть проблему от других родственников, знакомых, соседей. Иными словами пытаются оградить наркомана всеми возможными способами от последствий его наркомании, не давая ему во всей полноте испытать на себе эти последствия, тем самым помогают не ему, а его болезни, т.е. становятся пособниками его наркомании.