

**Методические рекомендации для учителей и родителей
«Информация о вреде употребления курительных смесей, не
отвечающих требованиям безопасности жизни и здоровья современной
молодежи».**

Курительные смеси (аромамиксы) – сборы растительных трав и синтетических психотропных веществ (в основном класса JWH). Комбинации растительных смесей и синтетических наркотиков имеют различные названия и соответственно вызывают различные эффекты – но чаще галлюцинаторные.

Курительные смеси (или курительные миксы) состоят из трав и экстрактов. Травы, входящие в состав любой курительной смеси, являются энтеогенами и известны человечеству с давних пор. Энтеогены – вещества, которые ученые относят к классу растений психотропного действия. В современном мире этим термином объединяют ряд психоактивных веществ различного рода действия. По данным экспертов, простой химической классификации этих веществ не существует, поскольку психоактивными являются несколько различных структурных видов алкалоидов, терпеноидов, аминокислот, входящих в их состав.

В состав курительных смесей могут входить подготовленные особым образом различные части растений: корни, семена, листья, кора, цветы, и пр.

Курительные смеси делятся на две группы:

К первому виду относятся миксы, состоящие из натуральных растений. Травы перемешиваются между собой в определенных пропорциях и дают так называемый «эффект употребления».

Второй вид курительных миксов – это смеси трав, обработанных химическими веществами (синтетическими каннабиноидами) и полностью произведенные в лабораторных условиях.

Опасность курительных смесей заключается в том, что они обладают сильнейшим воздействием на мозг и центральную нервную систему человека. Стоит понимать, что такое же воздействие производят и тяжелые наркотики. Еще одним немаловажным фактором является то, что такие смеси, зачастую, имеют сильнодействующие химические добавки (которые и есть основной причиной достижения эффекта). Тем самым, употребляя такие синтетические наркотики, человек отравляет свой организм. Помимо этого производятся разрушительные процессы в нервной системе. Поэтому курительные смеси, вред от которых является до конца не изученным, запрещены во многих развитых странах.

В последнее время курительные смеси стали очень широко распространяться в России. Впервые о появлении курительных смесей в России заговорили в 2007 году. Но массовое распространение и употребление их относится к концу 2008 – началу 2009 года. Этому способствовали два фактора: легальность ароматических миксов для курения и тот эффект, подобный конопле, который они производят при курении.

Исследования специалистов показывают, что употребление курительных смесей с одурманивающим эффектом вызывает различные психические

расстройства. Накурившись, человек теряет способность сосредоточиться, нарушается способность восприятия мира. Человек, выкурив такую сигарету, вдруг начинает беспричинно хохотать, не может общаться с теми, кто рядом. Такие изменения поведения могут длиться долго. По словам главного государственного санитарного врача РФ Геннадия Онищенко, действие курительных смесей способно изменить личность не на время, а навсегда, превратить нормального человека в наркозависимого больного, привести к тяжелой инвалидности.

При этом все курительные смеси обладают наркотическими свойствами. У тех, кто становится объектом их воздействия, происходит изменение сознания. Уже после первого употребления у человека снижается внимание, память, ему сложно сконцентрироваться.

В декабре 2009 года главный государственный санитарный врач РФ Геннадий Онищенко подписал постановление "О мерах по пресечению оборота курительных смесей на территории Российской Федерации", где приняты решения по усилению работы по изъятию находящихся в обороте и признанных ранее опасными для жизни и здоровья человека курительных смесей.

Проблемой борьбы с распространением курительных смесей озабочен весь цивилизованный мир. Курительные смеси запрещены в Великобритании, Франции, Германии, Австрии, Швейцарии, Норвегии, Финляндии, Польше, Австралии, Японии, Новой Зеландии и США.

Вред от курительных смесей:

Вред от раздражения слизистых оболочек - курильщики миксов, чаще всего жалуются на кашель, слёзотечение, осиплость горла во время и после курения. Регулярное попадание ароматического дыма на слизистую оболочку вызывает хронические воспалительные процессы в дыхательных путях (фарингиты, ларингиты, бронхиты). Велика вероятность возникновения злокачественных опухолей ротовой полости, глотки, гортани и бронхов.

Вред который наносится центральной нервной системе - воздействие компонентов дыма миксов на центральную нервную систему зависит от состава смеси. Реакции курильщиков весьма многообразны: это может быть эйфория, беспричинный смех или плач, нарушение способности сосредоточиться, ориентироваться в пространстве, галлюцинации, полная потеря контроля над собственными действиями. Все эти реакции сами по себе несут угрозу жизни человека.

Систематическое курение миксов приводит к необратимым деструктивным процессам в центральной нервной системе. Снижается внимание, ухудшается память, замедляется мыслительная деятельность, появляется склонность к депрессиям. Уже доказано, что большинство курительных смесей вызывают наркотическую зависимость. Курительные смеси могут привести человека к тяжёлой инвалидности по психическому заболеванию.

Интоксикация - если курительные смеси человек, будет употреблять бесконтрольно, то могут последовать такие же реакции, как и при сильном отравлении организма.

Внешними симптомами наркотического опьянения являются: краснота глаз, размашистость или заторможенность движений, неестественность поз, расслабление речевой мускулатуры и, следовательно, невнятность речи. Для легкого опьянения характерно отсутствие симптомов, для средней степени тяжести характерны: беспричинный смех, болтливость и перепады настроения, для тяжелого – неподвижность мимической мускулатуры, фиксированный взгляд, бред, неадекватная оценка происходящего.

Независимо от тяжести наркотического опьянения, его пик длится не более двух часов. При хроническом употреблении адекватность восприятия утрачивается надолго и может привести к психическим расстройствам.

Таблица №1

Последствия потребления курительных смесей:

Соматические расстройства:	Психические расстройства:
<ol style="list-style-type: none">1. Повышение артериального давления;2. Нарушение сердечного ритма;3. Головная боль;4. Головокружение;5. Тошнота;6. Интенсивная неукротимая рвота.	<ol style="list-style-type: none">1. Зрительные галлюцинаторные переживания;2. Ощущения изменения размеров частей собственного тела;3. Нарушения восприятия окружающего пространства и времени;4. Синдромы количественного и качественного нарушения сознания-делирий, сопор, кома;5. Тягостные ощущения;6. Сильная тревога;7. Раздражительность;8. Различные двигательные стереотипии в виде бесцельно повторяющихся действий.