

Лекторий для педагогов
МЕДИЦИНСКИЙ АСПЕКТ ПРОФИЛАКТИКИ
ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ
СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
(Методические рекомендации для учителя)

За последние годы резко возросли все показатели, характеризующие распространенность алкоголизма и наркомании среди несовершеннолетних. Например, число преступлений, совершенных в России подростками и связанных с наркотиками, увеличилось в четыре раза за последние пять лет. Известно, что каждый десятый школьник по стране уже пробовал наркотик. К сожалению, в сферу интересов наркобизнеса втягиваются не только подростки, но и дети. Время, когда “травкой” и “порошком” баловались исключительно представители преступного мира, безвозвратно ушло. Наркоситуация захватила самые широкие слои населения. Сегодня из Таджикистана, Узбекистана, Киргизии, Казахстана, Azerbaijan, Армении и Грузии на Средний Урал накатывают мощные нарковолны.

Сложившаяся в стране наркотическая ситуация среди несовершеннолетних, сопровождающаяся к тому же серьезными негативными социальными, медицинскими, экономическими и правовыми последствиями, придает проблеме особую остроту и актуальность.

Отсюда понятен тот интерес и те усилия, которые предпринимаются различными специалистами, разными ведомствами, государственными структурами и общественными организациями в направлении профилактики употребления несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ.

В понятие «психоактивные вещества» (ПАВ) включаются алкоголь, наркотики и токсические вещества. К последним относятся, в частности, распространенные среди детей и подростков ингалянты (бензин, толуол и др.).

Группой специалистов, представляющих два ведомства: Министерство здравоохранения и Министерство образования предложена «Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде», предусматривающая комплекс мер, имеющих «свое содержание, свою этапность и динамику развития, свой определенный конечный результат», и которые реализуются государственными и общественными структурами.

Проведение профилактической антинаркотической и антиалкогольной работы среди детей и подростков в настоящее время в мире осуществляется в рамках двух подходов: информационного и поведенческого. С помощью информационного подхода реализуется единственная модель обучения с учетом множественной мотивации употребления несовершеннолетними ПАВ, различных степеней риска и др., что является недостатком данного подхода. Создатели поведенческих профилактических программ, получивших наибольшее распространение за рубежом в последние 15-20 лет, обобщают достижения различных обучающих методик. Так, в США используются программы формирования жизненных навыков - всесторонние, имеющие широкую методологическую основу,

позволяющие детям сформировать здоровый стиль жизни и сопротивляться вредным влияниям, в том числе и приобщению к потреблению ПАВ. В Австралии предложена программа позитивной профилактики приобщения к употреблению ПАВ для детей в возрасте 6-8 лет. Эта программа построена на базе методологических основ программ формирования жизненных навыков. Задачами программы позитивной профилактики являются:

- 1) способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;
- 2) обучить детей методам решения жизненных проблем, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ;
- 3) формировать у детей психосоциальные и психогигиенические навыки принятия решений, эффективного общения, критического мышления, сопротивления негативному влиянию сверстников, управления эмоциями, в том числе в состояниях стресса;
- 4) довести до сознания детей преимущества отказа от употребления ПАВ;
- 5) сформировать установку на ведение здорового образа жизни;
- 6) повысить самооценку детей.

Следует указать, что в границах информационного антинаркотического (антиалкогольного) подхода, наиболее часто встречаемого в отечественных исследованиях, противоречиво освещается содержательная часть лекций или бесед, проводимых с несовершеннолетними, их стиль и направленность. В частности, В. В. Гульдман и др. склоняются к мысли, что эффективность запугивания при информировании подростков о наркотиках является спорной. Авторы указывают на тот факт, что у детей и подростков страшное может вызывать повышенный интерес, быть особенно привлекательным. Этой же точки зрения придерживается Б. Е. Спрантер.

До сих пор дискутируется вопрос: что говорить наркозависимому ребенку и подростку и чего не говорить, какая информация поможет им быть трезвыми, а какая может подтолкнуть к экспериментированию с наркотиками?

Первичная профилактика употребления ПАВ несовершеннолетними.

При проведении профилактической работы по предупреждению употребления ПАВ несовершеннолетними, и в первую очередь ее антинаркотической части, требуется соблюдение пропагандистами особых предосторожностей, так как не вся имеющаяся информация о наркотиках и токсических веществах может быть предоставлена подросткам.

Ни в коем случае не следует приводить описание путей получения, изготовления и применения наркотических средств и их прекурсоров и их подробный перечень, с тем, чтобы беседа не могла служить справочным материалом для приобретения или использования наркотиков.

В среде подростков того или иного региона существуют свои сложившиеся стереотипные представления об употребляемых на данной территории веществах психоактивного типа. В этих случаях при проведении лекций нецелесообразно слишком далеко выходить за

рамки этих представлений и рассказывать о тех наркотиках (токсических веществах), которые мало известны именно этим подросткам.

Вполне определенно можно сказать, что описание клинической картины наркотического (токсического) опьянения, переживаемых под влиянием наркотика (токсического вещества) эйфорических ощущений должно быть исключено из любой лекции.

Нежелательны описания состояний наркотической интоксикации с использованием позитивно воспринимаемых эпитетов и определений, таких как «непередаваемые ощущения», «состояние неизъяснимого блаженства, подобное экстазу», «состояние особенной одухотворенности, блаженства и покоя» и т. п. Не стоит ссылаться на примеры выдающихся исторических личностей, политических деятелей, известных артистов, певцов, журналистов и прочих «кумиров» молодежи, страдавших наркоманией или употреблявших наркотики, даже если приводятся негативные последствия от их приема.

Нецелесообразно в лекциях пользоваться специальными медицинскими терминами при описании клинических проявлений зависимости от ПАВ, а также наркоманическим жаргоном. В беседах с несовершеннолетними нерационально излагать материал о способах диагностики наркотоксикоманий. Это, безусловно, обусловлено тем, что каждый из потребителей ПАВ в той или иной степени понимает противозаконность своих действий и поэтому всячески старается скрыть факты приема, диссимулировать свое состояние. Между тем подросткам нужно достаточно твердо и настойчиво заявить, что сейчас с помощью современных лабораторных методов возможна точная диагностика, предусматривающая определение конкретного примененного ПАВ.

Что касается особенностей формирования патологического влечения к ПАВ, тяжелых абстинентных расстройств, возникающих в отсутствие ПАВ и требующих врачебного вмешательства, то эта сторона дела должна быть подробно освещена.

Следует говорить о большой вероятности заражения потребителей наркотиков и больных наркоманиями и токсикоманиями ВИЧ-инфекцией, гепатитами В и С, венерическими заболеваниями, другими заразными болезнями мочеполовой сферы, существенно возрастающей при случайных половых контактах или использовании нестерильных шприцев. Нам представляется и на это указывают результаты исследования, что в профилактических беседах с подростками положительный эффект имеет ориентация на конкретный опыт употребления ими ПАВ. Для них очень значимым может оказаться обсуждение тех эффектов ПАВ, которые они испытали на себе (головная боль, повторная рвота, мучительные боли в мышцах, бессонница, угнетенность настроения, утрата спортивной формы юношами или ухудшение внешнего вида девушками). Столь же актуальными бывают для подростков последствия эксцессов правового характера: задержание полицией за употребление в общественных местах спиртных напитков или других ПАВ, поступление в медицинский вытрезвитель, поведение, повлекшее за собой дорожно-транспортное происшествие, угроза заведения уголовного дела за то или иное правонарушение. В то же время многие другие темы, кажущиеся убедительными для врача, являлись малозначимыми для самих подростков. Такими темами могли быть относящиеся к будущему угрозы возникновения тяжелых соматических заболеваний, рождения неполноценных детей. Малоэффективными также часто оказывались

увещевания подростков в связи с тем, что употребляя алкоголь или наркотики (токсические вещества), они доставляют огорчения родителям или подвергают риску свою будущую служебную карьеру.

Ранее уже говорилось, что тактика запугивания подростков тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не всегда приводит к желаемым результатам (отказу от приема ПАВ), а, наоборот, в некоторых случаях стимулирует к ним интерес. Эффект запугивания срабатывает нередко у подростков, отличающихся определенными характерологическими чертами: тревожными, астеническими (были случаи полного отказа от приема ПАВ), в то же время у астенических, неустойчивых и возбудимых личностей подобный эффект встречается редко. Речь в данном случае идет о подростках, употреблявших ПАВ нерегулярно, без признаков зависимости. Основной формой проведения профилактических мероприятий являются лекции-беседы. Естественно, что чем меньше численность, тем лучшим оказывается контакт врача с подростками и выше эффективность воздействия на них. Длительность лекции-беседы должна составлять не более одного академического часа. Обязательной считается «обратная связь» с аудиторией. Чем большую долю времени занимает свободная дискуссия или ответы на вопросы и чем меньшую – изложение врачом заранее подготовленного материала, тем выше будет эффект. Опыт показывает, что некоторые группы подростков (особенно в ПТУ) легко выходят из-под контроля лектора и срывают мероприятие. Поэтому в таких аудиториях во время проведения лекции-беседы желательно присутствие преподавателя или мастера производственного обучения.

Вообще отступление от рутинных форм лекций-бесед позволяет углубить воздействие на подростков. К таким более эффективным типам мероприятий относятся «круглые столы», вечера вопросов и ответов и т.п. В настоящее время при проведении профилактических мероприятий нельзя обойтись без применения аудиовизуальных методик. Естественно, что наиболее эффективными являются видеофильмы. Перечень тем, использовавшихся при проведении антинаркотической и антиалкогольной профилактической работы среди учащихся, может быть следующим:

- 1) психофизиологические особенности подросткового возраста;
- 2) отрицательное влияние на организм разовых приемов ПАВ;
- 3) отрицательное влияние на организм систематического употребления ПАВ;
- 4) ПАВ: учеба, работа;
- 5) ПАВ: семья, досуг;
- 6) правовые последствия приема ПАВ;
- 7) методы профилактики приема ПАВ и лечения зависимости от них.

При обсуждении первой темы в популярной форме дается характеристика психофизиологических особенностей пубертатного возраста. До подростков нужно донести некоторые мотивы их поступков, осуждаемых окружающими взрослыми. Стремление быстрее утвердить себя как взрослого человека, категорическое отмежевание от всего детского ведет к определенной искусственности в поведении, нарочитой независимости в суждениях, враждебному отношению к любым формам опеки. Половое

созревание часто способствует стремлению обратить на себя внимание, демонстративности и театральности в поведении.

Рассказать о характерных для подросткового возраста диспропорциях, также порождающих проблемы. Характерно несоответствие между появившимися «взрослыми» желаниями, претензиями и невозможностью их реализации. Зрелое понимание одной группы явления и плохое осмысление другой обуславливает чрезмерную категоричность в суждениях, несправедливость в оценке окружающих, особенно близких.

Подчеркивать то, что, стремясь приобщиться к взрослой жизни, подростки легко перенимают и необходимые, с их точки зрения, но в действительности не обязательные, атрибуты поведения взрослых: употребление алкоголя и табака, интерес к сексуальным проблемам и другие.

Отмечать физиологические сдвиги пубертатного периода усиленную и несбалансированную гормональную активность, неустойчивость вегетативной нервной системы, слабость опорно-двигательного аппарата, особую восприимчивость к различным заболеваниям, включая психические расстройства и наркологические заболевания.

При рассмотрении второй темы, посвященной отрицательному влиянию на организм разовых, однократных приемов ПАВ, сообщать о мотивах единичных случаев употребления несовершеннолетними ПАВ, что связано обычно с влиянием компании сверстников либо со стремлением изменить свое душевное состояние, как правило, вызвать у себя повышенное настроение. В беседе обращать внимание на то, что спровоцированное алкоголем или наркотиком (токсическим веществом) повышение настроения обязательно сопровождается заметными нарушениями мышления, внимания, поведения, утратой адекватной оценки своих поступков. Кроме того, всякая искусственная стимуляция положительных эмоций неизбежно влечет за собой последующее снижение настроения, сопровождающееся понижением жизненного тонуса, падением работоспособности (эффект маятника). Ориентировать подростков на поиск отвечающих их интересам, социально приемлемых форм деятельности, успешное занятие которыми является истинным источником положительных эмоций. В беседе важно раскрыть опасность даже однократного приема алкоголя или иного ПАВ, могущего привести к передозировке, требующей неотложных реанимационных мероприятий, а в некоторых случаях заканчивающейся смертельным исходом.

Также важно разъяснять, что в их возрасте даже разовое употребление такого «тяжелого» наркотика, как героин, может привести к развитию зависимости от него.

Как показали опросы, наиболее тяжелыми последствиями приема ПАВ подростки считали симптомы, связанные с нарушением функций центральной нервной системы. Поэтому при проведении беседы особое внимание следует уделить токсическому влиянию ПАВ на головной мозг.

Поскольку для части подростков главным мотивом употребления ПАВ являлось снятие «внутреннего напряжения», такой эффект ПАВ надо было прокомментировать. Состояние внутреннего напряжения, тревожность свойственны определенной части подростков и обычно отражают наличие внутреннего психологического конфликта. ПАВ же, обладая

расслабляющими свойствами, способны в таких случаях приносить временное облегчение, за которое человек расплачивается последующим еще большим углублением внутреннего конфликта. Привычка снимать напряжение алкоголем или другим седативным средством препятствует, кроме того, формированию навыков разрешения психологических конфликтов адекватными способами и несет опасность возникновения болезненного пристрастия к ПАВ.

Подчеркивая в беседе особый вред употребления ПАВ в дозах, вызывающих выраженное опьянение, не упускать из виду, что основная цель профилактических бесед - формирование у детей и подростков стойких установок на такой образ жизни, который бы полностью исключал прием ПАВ в любых количествах.

При обсуждении третьей темы, посвященной отрицательному влиянию на организм систематического употребления ПАВ, следует говорить о формах поведения подростков, наиболее опасных с точки зрения формирования у них зависимости от ПАВ (учащение приемов, увеличение доз, учащение выраженных опьянений и др.). Отмечать, что на начальных этапах своего развития алкоголизм или наркомания (токсикомания) проявляются скрыто, симптомы появляются незаметно, они не выражены. В популярной форме раскрывать механизмы формирующейся зависимости от ПАВ, взаимосвязи между различными проявлениями заболевания на начальных этапах. Сообщать о более тяжелых проявлениях зависимости от ПАВ, в частности, об абстинентном синдроме, судорожных припадках, психозах.

Важную часть лекции-беседы должно составлять описание поражения различных органов и систем при систематическом употреблении ПАВ (печени, поджелудочной железы, сердца, почек, сексуальной сферы и других).

Подчеркивать особенности формирования и течения наркологических заболеваний в детском и подростковом возрасте: укороченные сроки формирования их основных проявлений, задержанное умственное и физическое развитие, ухудшение состояния здоровья в целом, особенно тяжелые социальные последствия болезни.

При дискутировании четвертой темы («ПАВ: учеба, работа») давать описание связанных с приемом ПАВ отрицательных последствий, снижения успехов в учебе, угасания интереса к спорту; крушения планов подростков, касающихся достижения материальных целей или повышения социального статуса и других. Обосновывать абсолютную недопустимость употребления ПАВ на рабочем месте, особенно для лиц профессий, связанных с риском получения травм (водители транспорта, электрики и др.). Сообщать, что даже в случае приема небольших доз ПАВ страдают такие тонкие функции, как быстрота принятия решения, скорость переключения внимания, точность прогноза, правильная оценка возможностей. Говорить об отрицательном влиянии на работоспособность, также о снижении работоспособности, обусловленном другими сторонами действия ПАВ.

Давать характеристику типичной для зависимости от ПАВ цепочки последствий для служебной карьеры: снижение качества работы - вынужденные смены мест работы - увольнения по соответствующим статьям: КЗОТ - деквалификация и потеря работы, вплоть до инвалидности. Показывать преимущества для работоспособности и служебной

карьеру, которыми пользуется работник, ведущий трезвый образ жизни. Делать попытки обучить подростков тому, как противостоять отрицательному влиянию групп, в которых принято употребление алкоголя и других ПАВ.

В ходе рассмотрения пятой темы («ПАВ: семья, досуг») следует давать характеристику влияния приема ПАВ на взаимоотношения несовершеннолетних с родителями и другими родственниками, а также приятелями и приятельницами, не разделяющими их склонности к употреблению алкоголя и наркотиков (токсических веществ). Приводить примеры утраты подростками, склонными к приему ПАВ, интересов и увлечений, прежде заполнявших их досуг. Анализировать влияние асоциальных компаний сверстников, складывающихся по месту жительства, обсуждать возможности противостоять влиянию таких компаний.

Поскольку одним из наиболее частых неприятных последствий употребления ПАВ является осуждение со стороны близких людей (родственников, друзей, любимой девушки или любимого юноши), подросткам объяснять реальный ущерб, наносимый даже однократными случаями приема ПАВ взаимоотношениям с этими лицами.

В беседе определенное место отводить обсуждению неблагоприятной роли, которую сыграет употребление ПАВ в будущей семейной жизни подростков. Характеризовать функции семьи: эмоциональную, материальную, связанную с воспитанием детей и другие, описывать процессы дезорганизации семьи: одинокий, неустроенный образ жизни потребителей ПАВ. Отмечать неблагоприятное воздействие ПАВ на наследственность. Давать информацию о законодательстве, направленном на охрану прав семьи от одного из ее членов, употребляющего ПАВ.

Говорить об ущербе, наносимом при употреблении алкоголя и наркотиков раскрытию всех сторон личности, в частности, становлению интересов и увлечений. Давать информацию о несовместимости занятий спортом и приема ПАВ. Приводить примеры оскудения интересов употребляющих ПАВ, прекращения ими занятий самостоятельным искусством, коллекционированием, чтением, туризмом, поделками по дому и т.п. Обсуждать возможности восстановления интересов и увлечений, которые были утрачены.

При обсуждении шестой темы («Правовые последствия приема ПАВ») подростков нужно информировать о таких возможных правовых мерах, как задержание за употребление алкоголя и других ПАВ в общественных местах, доставление таких лиц, особенно в случаях выраженного опьянения, в отделение милиции. Говорить о принципах проведения экспертизы алкогольного и наркотического опьянения. Сообщать также о возможности в случае злоупотребления ПАВ увольнения с работы по ряду статей КЗОТа, ограничения дееспособности, направления на принудительное лечение, а также привлечения по более «тяжелым» статьям УК РФ за совершенное уголовное преступление.

При рассмотрении последней, седьмой темы («Методы профилактики приема ПАВ и лечения зависимости от них») доводить до сведения подростков информацию о возможности получения ими профилактической и лечебной помощи в случае возникновения у них серьезных наркологических проблем. Предлагать характеристику

учреждений наркологической и другой медицинской помощи, существующих методов профилактики и лечения. Информировать подростков об общественных организациях, оказывающих помощь лицам, склонным к употреблению ПАВ.

В данной беседе раскрыть необходимость и эффективность своевременно предпринятого лечения, учитывать то обстоятельство, что зачастую среди несовершеннолетних и их родственников имеет место скептическое отношение к терапии больных наркотоксикоманиями и алкоголизмом в том числе.