



# Формування здорового способу життя. Роль шкідливих факторів у розвитку розповсюджених захворювань внутрішніх органів



Доцент кафедри пропедевтики внутрішньої медицини  
Вінницького національного медичного університету  
ім. М.І.Пирогова, кандидат медичних наук

**Слепченко Наталія Степанівна**

2017

# Основні причини втрати здоров'я. Здоровий спосіб життя і поняття про шкідливі звички

На думку вітчизняних і світових експертів, стан здоров'я людини

- на 50% залежить від його способу життя (в тому числі і від шкідливих звичок),
- близько 20% припадають на генетику,
- 19% - на природну і соціальну середу,
- 11% - на служби охорони здоров'я .



# Визначення поняття «спосіб життя».

**Спосіб життя** - це динамічний стереотип поведінкової діяльності людини, тобто діяльність особистості, що відбувається в конкретних умовах життя і залежна від них.

А **умови життя** - це діяльність людей в певному середовищі існування, в якій виділяють екологічну обстановку, психологічний клімат у мікро-і макросередовищі, освітній ценз, побут, облаштування свого житла і ін.

Спосіб життя безпосередньо впливає на здоров'я людини, а умови життя - опосередковано.

**Звичка** - потреба людини здійснювати певні дії в певних умовах. За механізмом дії звичка є автоматизованим способом виконання будь-яких дій, які закріпилися в результаті багаторазового їх повторення. В основі звички лежить динамічний стереотип.

**Корисні звички** роблять позитивний вплив на психічний стан і здоров'я людини (гігієнічні, моральні).

**Шкідливі звички** - мають негативний вплив на психічний стан, здоров'я людини, соціальну поведінку і перешкоджають досягненню людиною активного довголіття.



# Класифікація шкідливих звичок за впливом

Шкідливі звички можуть бути спрямовані:

- 1) на самого себе (порушення режиму харчування: анорексія, булімія; гіподинамія);
- 2) на себе і оточуючих (куріння, алкоголізм, наркоманія);
- 3) на оточуючих (пасивне куріння, асоціальна поведінка).

# Алкоголізм



# Алкоголізм



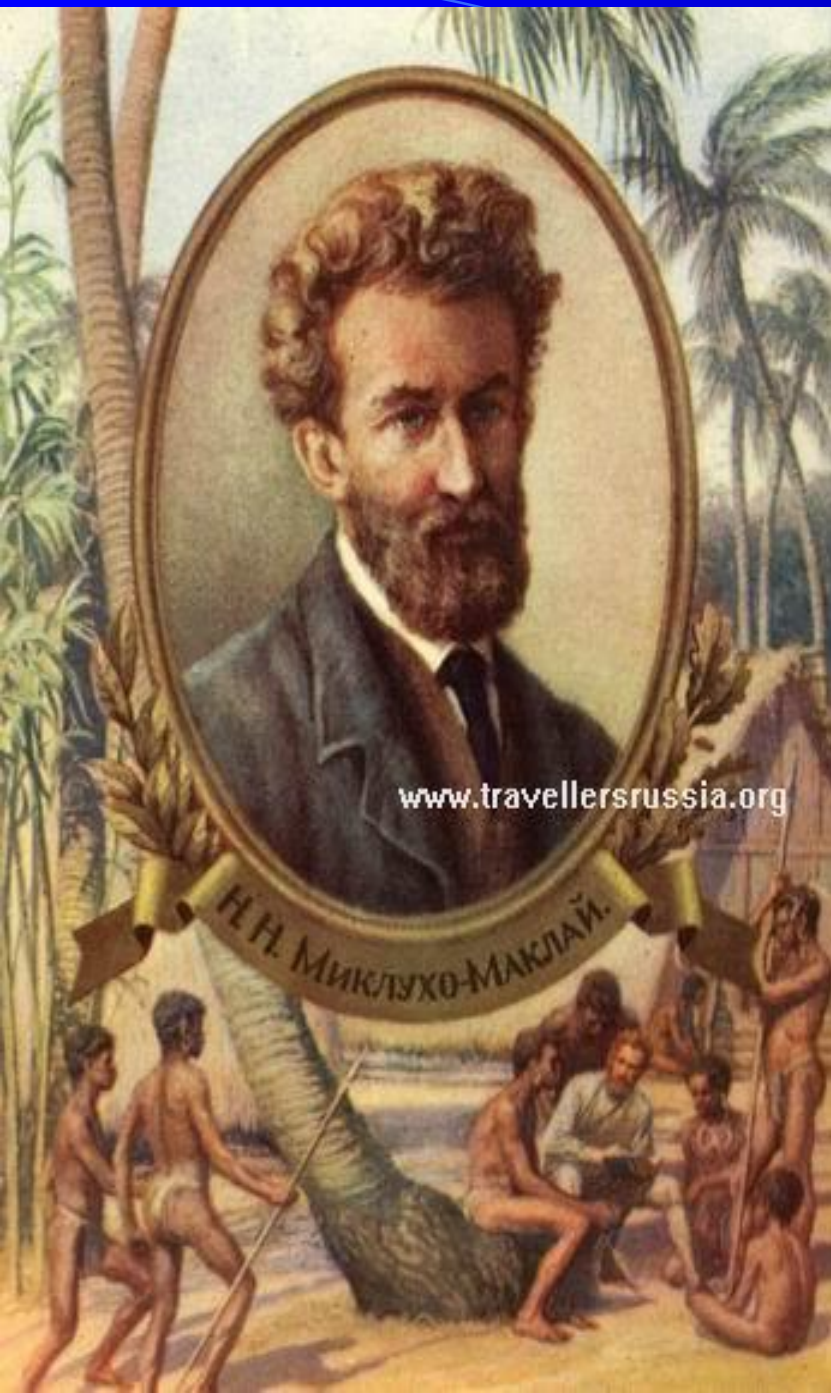
- Національне лихо, «колективне самогубство нації і людства» - так оцінюють учені і суспільство багатьох країн зростаюче зловживання спиртними напоями.
- «Викрадач розуму" - так називають алкоголь з давніх часів.
- Піфагор відзначав, що «пияцтво є вправа в божевіллі».



# Історія виникнення алкоголізму



- Вважається, що про сп'яніння від спиртних напоїв люди дізналися не менш ніж за 8 тис. років до н. е. - з появою керамічного посуду, що дала можливість виготовляти алкогольні напої з меду, плодових соків дикорослого винограду.
- Так, відомий мандрівник Н. Н. Миклухо-Маклай спостерігав папуасів Нової Гвінеї, що не вміли ще добувати вогонь, але вже знали прийоми готування хмільних напоїв.



- Першими звернули увагу на одурманюючі напої різного роду жерці, шамани, чаклуни. Однак «шаманський секрет» проіснував недовго. Скоро алкоголь став використовуватися не тільки жерцями, але і всім плем'ям.
- Навчившись використовувати процес бродіння, древня людина для приготування алкогольних напоїв застосовувала найрізноманітніші сільськогосподарські продукти (просо, ячмінь, пшеницю, рис, кукурудзу, пальмове листя і т. д.), що містять крохмаль, оскільки алкоголь утворюється при бродінні цукристих речовин.

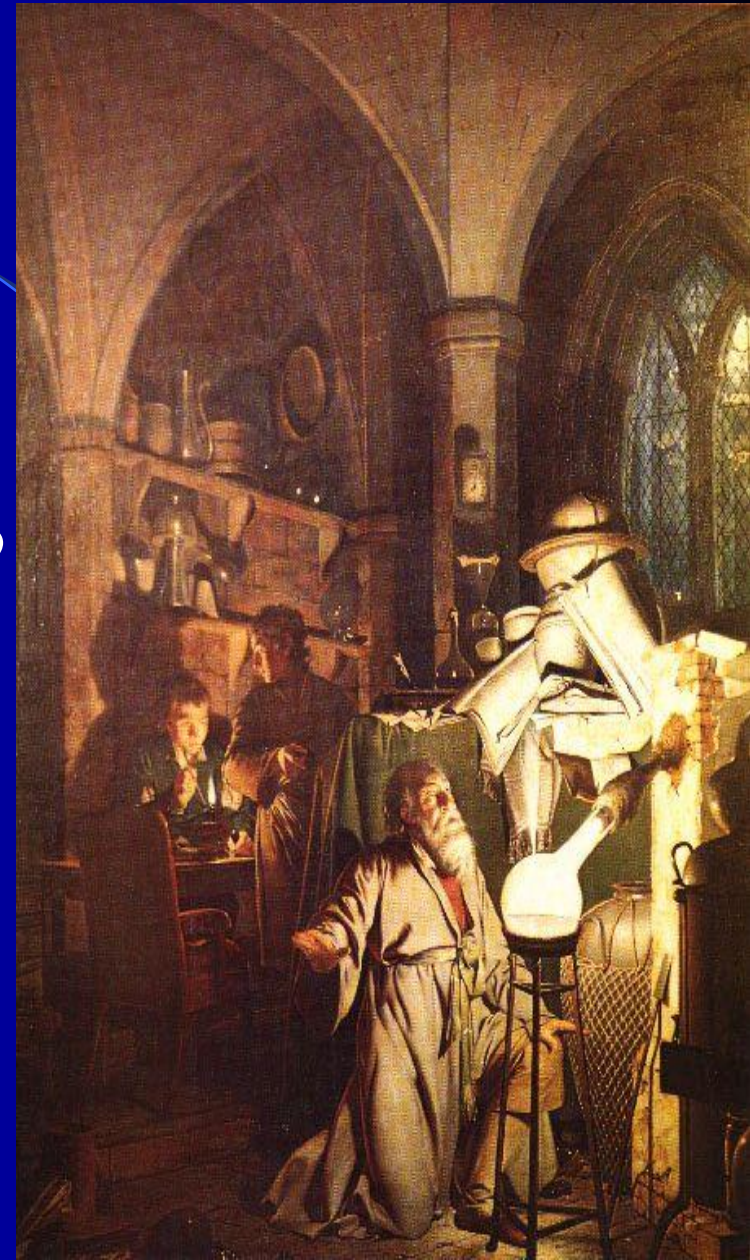
# Історія виникнення алкоголізму



- Чистий спирт почали отримувати в VI-VII століттях араби і назвали його «аль коголь», що означало «одурманюючий».
- Першу пляшку горілки виготовив араб Фагер в 860 році. Що різко посилило пияцтво. Це стало приводом заборони вживання спиртних напоїв основоположником ісламу Мухаммедом (570-632). Ця заборона увійшла в - Коран (VII століття). З того часу протягом 12 століть у мусульманських країнах алкоголь не вживали, а відступники цього закону жорстоко каралися.



- Починаючи з XVII століття, в Росію з-за кордону почався масовий ввіз горілки і вина.
- Поява шинків на Русі пов'язано з ім'ям Івана Грозного. Відповідно до закону, курити (готувати) вино, а також інші спиртні напої мав право тільки цар, або ті, кому він вкаже . Продаж спиртних напоїв дозволялося проводити тільки в державних установах, які називаються царськими шинками. Весь дохід надходив в царську казну.
- З цього часу починається пияцтво з його наслідками: розб'єм, здирством, різаниною.





- Так, в 1652 році вийшов указ «продавати горілку по одній чарці людині». Заборонялося видавати вино «питухам» (питущим), а також під час постів, по середах, п'ятницях і неділях.



- Однак незабаром через фінансових міркувань в указ була внесена поправка: «Щоб великого государя учинити скарбниці прибуток, питухов з кружечного двору не відганяти».
- Відомо, що при Катерині II доходи від питних будинків збільшилися в 6 разів і склали майже третину всього доходу казни.
- Таким чином, зростання добробуту скарбниці відбувався завдяки тому, що держава ніяк не обмежувала споживання спиртних напоїв населенням.

# У розвитку алкоголізму розрізняють продром і три основні стадії:



## *Продром*

- «Продром» вважається «нульовою» стадією алкоголізму - на цьому етапі ще немає хвороби, але є «побутове пияцтво». Людина вживає спиртні напої «по ситуації», як правило, з друзями, але рідко напивається до втрати пам'яті або до інших тяжких наслідків. При продромі людина в більшості випадків байдуже ставиться до того, чи буде найближчим часом випивка, чи не буде. Випивши в компанії, людина, як правило, не вимагає продовження, і не випиває потім самотійно.

## *Перша стадія*

- На першій стадії алкоголізму хворий часто відчуває важкоконтрольоване бажання вжити алкоголь.. При неможливості вживання спиртного почуття потреби на час проходить, однак у разі вживання алкоголю контроль по відношенню до кількості випитого різко падає. На цій стадії захворювання стан сп'яніння нерідко супроводжується надмірною дратівливістю, агресивністю, і навіть випадками втрати пам'яті в стані сп'яніння.

# У розвитку алкоголізму розрізняють продром і три основні стадії:



## *Друга стадія*

На другій стадії алкоголізму значно зростає витривалість до спиртного. Потяг до спиртного стає сильнішим, а самоконтроль слабне.. Після вживання навіть малих доз спиртного хворий втрачає здатність контролювати кількість випитого. У стані алкогольного сп'яніння він, як правило, веде себе непередбачувано і часом небезпечно для оточуючих. Виникає алкогольний психоз, коли у людини з'являються галюцинації.

## *Третя стадія*

На третій стадії алкоголізму витривалість до алкоголю падає, а споживання алкоголю стає практично щоденним.. Спостерігається значна деградація особистості хворого з незворотними змінами психіки. Порушення з боку внутрішніх органів наростають і стають незворотними (алкогольний гепатит, алкогольна енцефалопатія та ін). Також виникають зміни в нервовій системі, що приводять до парезу і паралічу, до станів, коли галюцинації продовжуються тривалий час.

# C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH



- Алкогольна ферментація була відома людям ще в глибоку давнину. Багато хто знає, що якщо залишити в теплом місці фруктовий або ягідний сік, він заграє. Це відбувається тому, що мікроскопічні дріжджові грибки які знаходяться в соку починають посилено розмножуватися. В результаті так званого спиртового бродіння виробляється етиловий спирт. Його формула C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH.



# Рівень алкоголю у крові визначає стан і поведінку людини:



- — 0,2 г/л — відчуття тепла, дружелюбність, час візуальної реакції знижується;
- — 0,6 г/л — відчуття ментальної релаксації, гарне загальне самопочуття, подальше легке погіршення здібностей;
- — 0,9 г/л — надмірна емоційність, балакучість, утрата гальмуючого контролю, відчуття притупляються;
- — 1,2 г/л — хитка хода, сплутаність мови;
- — 1,5 г/л — отруєння;
- — 2 г/л — утрата працездатності, депресія, нудота, утрата керування сфінктерами;
- — 3 г/л — ступор (заціпеніння);
- — 4 г/л — утрата свідомості, коматозний стан;
- — 6 г/л — смерть від серцевої та дихальної недостатності.

# Алкоголь і його вплив на здоров'я

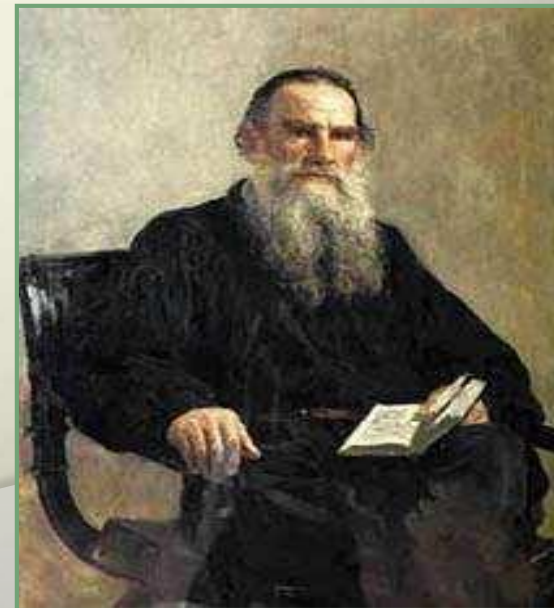
- Алкоголь негативно впливає на серцево-судинну систему (сприяє розвитку і прогресуванню гіпертонічної хвороби, ІХС, є причиною інфаркту міокарда).
- на дихальну систему (розвиток пневмосклерозу, втрата еластичності легеневої тканини)
- на ШКТ (гастрит, цироз печінки, ураження підшлункової залози)
- на центральну, периферичну нервово систему. Прояви найрізноманітніші - психічні відхилення у вигляді галюцинацій, оніміння кінцівок, судом м'язів, різка слабкість в кінцівках. Нерідко розвиваються паралічі окремих груп м'язів, в основному нижніх кінцівок.
- при тривалій алкогольної інтоксикації знижується опір організму до інфекцій, тобто знижується імунітет.
- алкоголь шкідливо впливає на залози внутрішньої секреції і, в першу чергу, на статеві залози (зниження потенції, у жінок під впливом алкоголю рано припиняються менструації, знижується здатність до дітородіння)

***В. Белинский.*** Пьют и едят все люди, но пьонствуют и обжорствуют только дикари



***А. Чехов.*** Водка белая, но краснит нос и чернит репутацию.

***Л. Толстой.*** Пьянство заглушает голос совести. В этом главная причина самоодурманивания людей. Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты

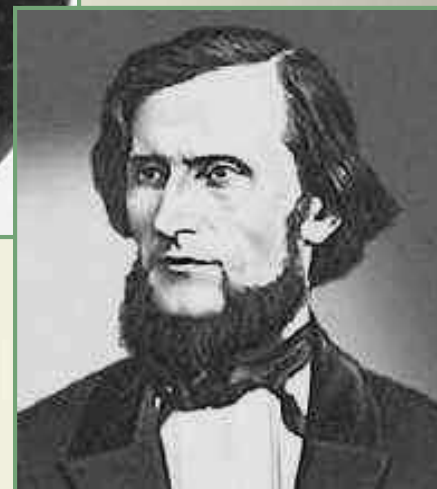


***Феодосий Печерский.***

**Бесноватый страдает по  
неволе и может удостоится  
жизни вечной, а пьяный  
страдает по собственной воле  
и предан на вечную муку**



***К. Ушинский.*** Пьяному на  
светлой улице темно



***И. Ефимов.*** Нет крепких вин,  
есть слабые головы

***Н. Семашко.*** Можно сказать,  
что сколько мужья выпили  
водки, столько их жены и дети  
пролили слез





# Англійський поет Роберт Бернс (переклад С. Я. Маршака):

*Для пьянства есть такие поводы:*

*Поминки, праздник, встречи, проводы,*

*Крестины, свадьба и развод,*

*Мороз, охота, Новый год,*

*Выздоровленье, новоселье,*

*Печаль, раскаянье, веселье,*

*Успех, награда, новый чин*

*И просто пьянство без причин.*

# Тютюнопаління



Винсент ван Гог. Череп із запаленою сигаретою. 1886

# Тютюнові рослини та їхнє походження

Зображення рослини тютюну з'явилися в гербаріях 17 сторіччя під назвою *Nicotiana major* бо вважалося, що тютюн має цілющі властивості.



# Використання тютюну з релігійною метою

- Десять тисяч років тому тютюн вже використовували аборигени Північної та Центральної Америки. Жерці майя запалювали священні вогнища, роздмухували жар, вдихали дим і відчували дію складових рослин. Тютюн став священною рослиною.
- Пізніше він набув церемоніального релігійного статусу у вигляді приношення богам. Аборигени Північної Америки палили тютюн як люльку миру на знак підтвердження угод та дружби.
- Ті люди приписували тютюну цілющі властивості (наприклад шамани та знахарі прикладали листя тютюну до ран). Уже в той час розпізнали пригнічуючу апетит дію тютюну





- Із своєї другої подорожі до Нового світу Колумб привіз певну кількість рослин тютюну до Іспанії, де вони на початку використовувались як декоративні рослини в садках аристократії.
- Повернувшись із своєї морської подорожі, іспанець **Родріго де Жерез** – вважається першим європейцем, що палив тютюн, - звичайно прогулювався вулицями свого рідного порту Айямонте, випускаючи з ніздрів і рота клуби диму. Вважаючи, що він знається з дияволом, місцеві священики віддали його до інквізиції, і його ув'язнили на 10 років!





- Жан Ніко (1530-1600 рр.), французький посол при королівському дворі Португалії, провів ряд „експериментів”, що встановили цілющий ефект тютюну.
- Іспанець Ніколас Монард, лікар Севільського університету, написав трактат про медичне застосування тютюну, і його труд був дуже швидко перекладений багатьма мовами. До 1590 р. рослина вже була відома як *Nicotiana*, а 1828 р. Ніко дав своє ім'я основному алкалоїду, нікотину
- Завдяки широким торгівельним зв'язкам Іспанії та Португалії, тютюн був завезений до Філіппін, Південно-східної та Східної Азії, а також до Африки, і на початку 17 сторіччя, ще далі до Японії, Кореї і Китаю, звідки також потрапив до Тибету, Монголії та Сибіру. Тютюн став надзвичайно цінним комерційним продуктом, порівняно з кокаїном та іншими нелегальними наркотиками в наш час.

- У 19 ст. тютюн вирощували з медичними цілями і продавали у формі екстрактів, порошоків, мазей і водних розчинів. Тютюн вживали як клізми, а іноді у вигляді інфузій.
- У 19 ст. паління розглядали не лише з точки зору насолоди. Уже тоді, коли до паління ставилися як до особливої соціальної проблеми, воно переважало серед 10-12-річних хлопчиків. Обов'язком батьків і учителів наголошувалося доводити до відома молоді велику небезпеку вживання наркотичного тютюну, що руйнував їхнє фізичне і розумове здоров'я.
- У другій половині 19 ст. і у США і в Європі(включаючи Германію і Австрію), уже виникли антитютюнові спілки, так як новий підхід до хімічних процесів природи і життя людини підняв проблему наслідків паління для здоров'я. Потрібна була освіта щодо небезпеки і неправильного вживання тютюну. В результаті змінилося ставлення до паління: в новому тисячолітті його вважають смертельною звичкою



# Тютюнопаління у світі.



- В теперішній час всьому світу стало зрозуміло, що тютюнопаління є причиною багатьох важких захворювань, які призводять до передчасної смерті.
- Мільйони людей на планеті поглинають нікотин і токсини, які знаходяться в сигаретному диму. Це щорічно призводить до 4 млн смертей– у світі, тобто кожні 8 секунд на планеті помирає людина в результаті куріння тютюну.
- Сила нікотинової залежності дуже велика, тому багато курців не можуть кинути палити самотійно, навіть у тих випадках, коли вони твердо приходять до даного рішення.



# Тютюнопаління в Україні:



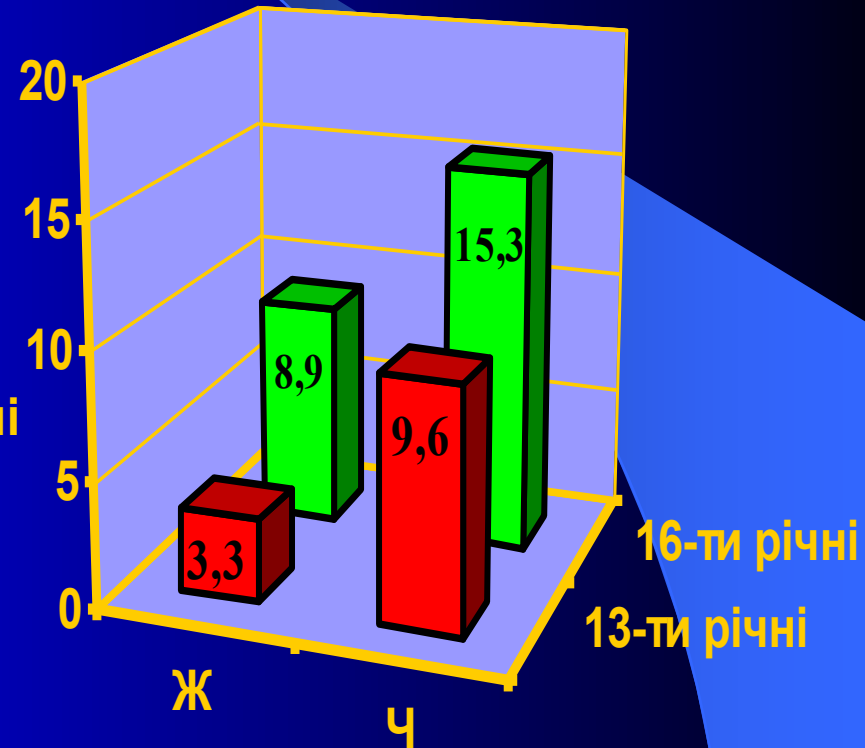
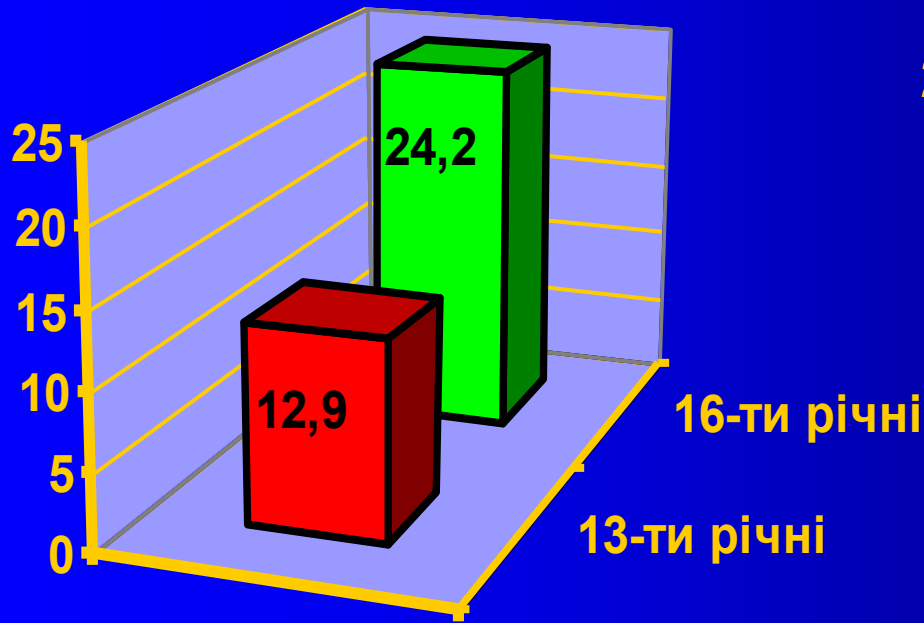
- За даними ВООЗ Україна знаходиться на 17 місті в світі за вживанням цигарок, що складає 1,5% від всіх цигарок, що вживаються в світі, а населення складає 0,85% жителів Землі.
- В світі на кожну людину припадає 870 сигарет, які випалюються за рік; в Україні - 1500-1800 сигарет, тобто в 2 рази більше, ніж в середньому на земній кулі.
- За потужністю тютюнова промисловість України займає 20 місце в світі, що на фоні загального негативного економічного стану вважається дуже високим показником.



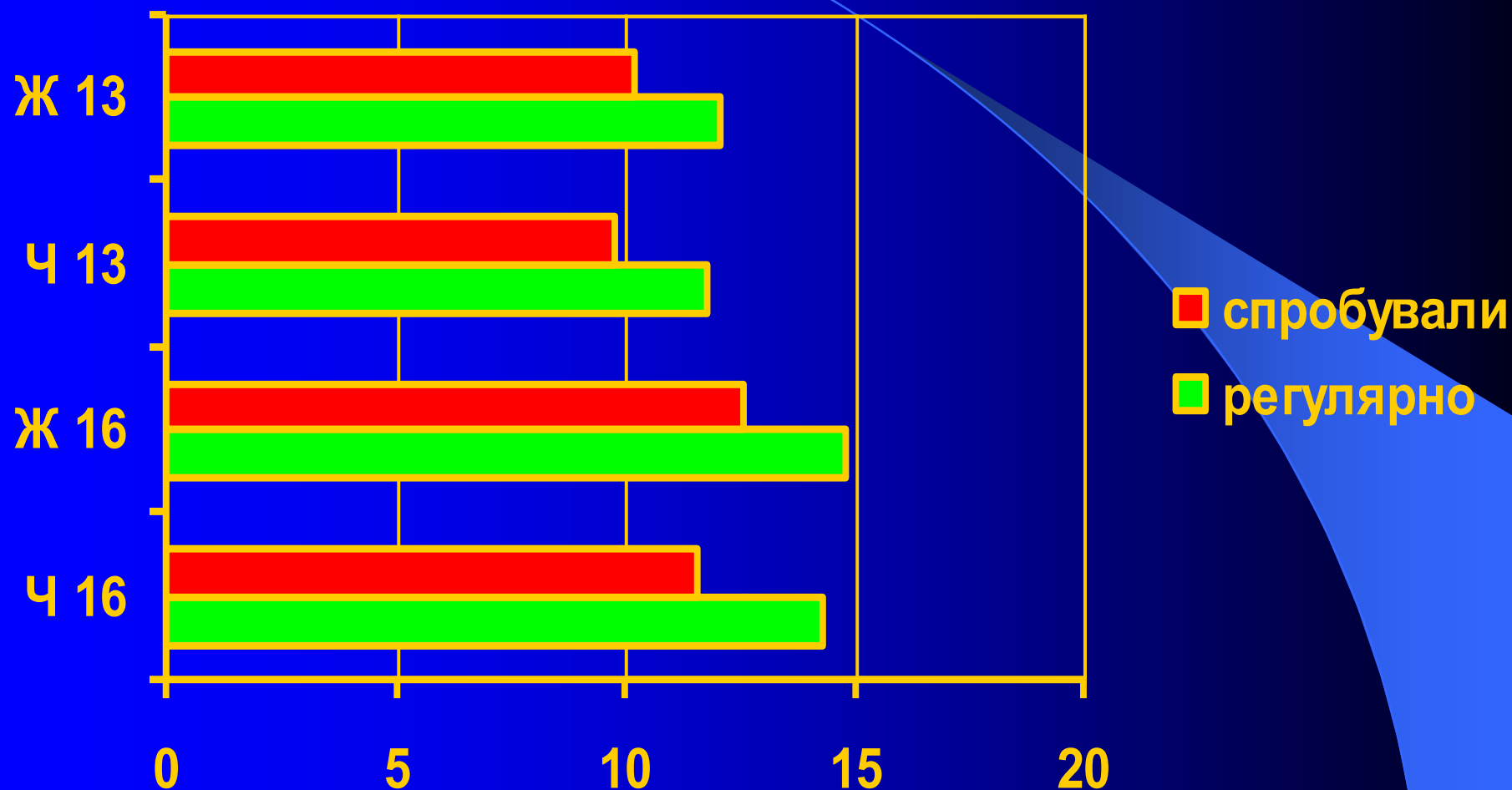


# Розповсюдженість звички паління тютюну серед осіб 13, 16 років

у статеві-віковому аспекті (%).



# Середній вік залучення школярів до звички паління тютюну (роки).





- **Встановлена кореляція між палінням респондентів і їх батьків. У підлітків, що палять, 70% батьків мають цю ж звичку.**



«Курение – это беспрерывная цепь унижений»

Анна Ахматова

# Чисельні форми тютюну

- Сигарети
- Сигари
- Самокрутки
- Біді (невеликі саморобні сигари, що виробляють в Індії, Південно Східній Азії)
- Кретек (гвоздичні сигарети)
- Трубки
- Водяні трубки (кал'ян, бханги, наргіли)
- Бездимні тютюнові вироби:



**Снюс** (закладають між верхньою губою та яснами на 10-15 хв.)

**Гутха** (ароматизована підсоложена суха суміш горіха ареки, акації катеху, тютюну та інші приправи)

**Бетель квід** (тютюн додають до пану – змісь бетель квід, в складі якого алкалоїдні наркотичні речовини.)

**Насвай** (до тютюну додається гашене вапно, клей, вода, рослинне масло, замість вапна можна додавати верблюжий кізяк, або курячий кал)





# RUYAN – новітні технології у палінні

- Складається з ковпачка, літієвої батарейки, розпилюючої порожнини та картриджа, мундштука
- Від функції до ефекту, від запаху до температури, від смаку до виду RUYAN копіює тютюнопаління.



# Компоненти тютюнового диму

В тютюновому димі міститься близько 4000 хімічних компонентів, які можна поділити на наступні групи:

- нікотин;
- смоли;
- монооксид вуглецю;
- подразнюючі засоби.







- Міжнародна класифікація хвороб 10 перегляду паління визначає як хворобу - код F17, що включена в рубрику «Психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання психоактивних речовин».
- Це захворювання може бути представлене:
  - гостою інтоксикацією (F17.0),
  - вживанням, що пов'язане зі шкодою для здоров'я (F17.1),
  - синдром залежності (F17.2),
  - абстиненцією (F17.3).



# Паління сигарети здійснює на організм людини негайний вплив та довгострокові ефекти.

## Негайний вплив :

- збільшенні частоти серцевих скорочень на 30%,
- артеріального тиску - на 5-10 мм рт. ст.,
- уповільнення периферичного кровообігу, яке спричиняє зниження температури верхніх і нижніх кінцівок.



# Довгостроковий вплив паління на організм

Паління – достовірно встановлений фактор ризику розвитку:

- Облисіння,
- Катаракта,
- Порушення слуху,
- Псоріаз,
- Рак шкіри,
- Руйнування зубів,
- Остеопороз,
- Хвороби серця,
- Гастрит, виразка шлунку,
- Порушення формування сперми та зниження потенції,
- Рак матки, викидні, знижена маса плоду,
- Облітеруючий тромбартеріт,
- Рак більше 15 органів



т ВОЗ, "Тело курильщика".

# Вплив паління тютюну на легені

- Паління асоційоване з різними формами раку легень, хронічним обструктивним захворюванням легень (ХОЗЛ), має певне значення у збільшенні частоти гострих респіраторних інфекцій, підвищенні ризику виникнення бронхіальної астми, ідіопатичного фіброзу легень





# Оцінка статусу паління



- Більшість курців (80%) щорічно звертаються до лікарів: кардіологів, пульмонологів, гастроентерологів, стоматологів, гінекологів та інш. Більш ніж 70% з них хотіли б припинити палити.

## Оцінка статусу паління містить:

- **1. Оцінку ризику розвитку захворювань в результаті тютюнопаління.**
- **2. Оцінку ступеня нікотинової залежності.**
- **3. Оцінку ступеня мотивації припинити паління.**

# Оцінка ступеня ризику розвитку хвороб, що пов'язані з палінням



PI > 140 свідчить, що ризик розвитку ХОЗЛ, ІХС та інш. дуже високий

# Оцінка ступеня нікотинової залежності (тест Фагерстрема)



Питання	Відповідь	Бали
1. Через який час після пробудження, Ви випалюєте першу сигарету?	На протязі перших 5 хв.	3
	На протязі 6-30 хв.	2
2. Чи тяжко Вам утриматись від паління в місцях, де паління заборонено?	Так	1
	Ні	0
3. Від якої сигарети Ви не можете з легкістю відмовитись?	Перша сигарета вранці	1
	Всі інші	0
4. Скільки сигарет Ви випалюєте в день?	10 або менше	0
	11-20	1
	21-30	2
	31 та більше	3
5. Ви курите більш часто в перші години вранці, після пробудження, ніж на протязі подальшого часу?	Так	1
	Ні	0
6. Чи палити Ви коли хворієте і вимушені знаходитися в ліжку цілий день?	Так	1
	Ні	0

# ТЕСТ ФАГЕРСТРЕМА



- *Ступінь залежності оцінюється в балах від 0 до 10:*
- *0-3 бала - низький рівень залежності.* При відмові від паління основну увагу треба зосередити на психологічних факторах.
- *4-5 балів - середній рівень залежності.* Рекомендується застосування медикаментозної терапії.
- *6-10 балів - високий рівень залежності.* Необхідно використовувати медикаментозну терапію



# Оцінка мотивації до куріння



Оцінка мотивації до куріння проводиться з допомогою аналізу відповідей на слідуючі запитання (варіанти відповідей та оцінка їх в балах: завжди - 5, часто - 4, час від часу - 3, рідко - 2, ніколи - 1):

- А. Я курю, щоб залишатись бадьорим.
- Б. Я отримую насолоду протягом куріння від того, що тримаю сигарету в руках.
- В. Куріння сигарет є приємним та розслаблюючим.
- Г. Я закурюю сигарету, коли злий на когосьь.

# Синдром відміни і діагностика нікотинової залежності.



- неспокій - 87%;
- розлади сну - 84%;
- роздратованість - 80%;
- депресія - 78%;
- нетерпимість – 76%;
- труднощі концентрації - 73%;
- непосидючість - 71 %;
- голод - 53%;
- шлунково-кишкові проблеми - 33%;
- головний біль – 24%;





## СЕРГІЙ БОТКІН

**«Якби я не палив, я переконаний,  
що без страждань прожив би ще кілька років».**

# ДМИТРО МЕНДЕЛЄЄВ



Він часто повторював, що ні за що не кинете палити: "Все одно помреш, кури не кури. То вже краще курити".





# Основні рекомендації по лікуванню тютюнової залежності для пацієнтів

## 1. Підготуватись до відмови від паління:

- - призначити дату припинення паління;
- - змінити своє оточення: прибрати цигарки з домівки, автомобіля, робочого місця, не дозволяти палити у себе вдома;
- - переглянути всі свої попередні спроби кинути палити, спробувати проаналізувати, що допомагало і що заважало відмові від паління;
- - одного разу кинувши палити, не робити ні однієї затяжки



## **2. Отримати підтримку від лікаря і близьких людей:**

- попередити свою сім'ю, друзів та співробітників, що ви маєте намір кинути палити і просити їх допомоги в тому, щоб вони не палили в його присутності і не залишали цигарки;
- обговорити цю проблему зі своїм лікарем (нажаль, практики звернення до лікаря з приводу лікування тютюнової залежності в нашій країні поки що не існує).

### **3. Правильно і обов'язково приймати ліки – нікотин-замісну терапію:**



- уважно ознайомитись з інструкцією, яка додається до препарату ,
- застосування нікотин-замісних препаратів, принаймні вдвічі покращує шанси успіху,
- при вагітності застосовувати лише в тих випадках, якщо можливий позитивний вплив припинення куріння переважає над небезпекою отруєння нікотинном, те саме стосується жінок, які годують груддю.

# Нікотин-замісні препарати:

- Препарати, що застосовуються для доставки в організм нікотину в період відмови від паління, для зняття симптомів відміни.
- Відпускається в формах:
  - жувальна резинка
  - пластир
  - інгалятор, таблетки, спрей



# ПРОФІЛАКТИКА РЕЦИДИВУ ПАЛІННЯ

Якщо пацієнт скаржиться на збільшення маси тіла, необхідно:

- рекомендувати збільшення фізичних навантажень;
- підкреслити важливість здорового харчування;
- рекомендувати зібан або нікотинову жувальну гумку (особи, які приймають ці препарати, мають мінімальне збільшення маси тіла).

# ПРОФІЛАКТИКА РЕЦИДИВУ ПАЛІННЯ

При зменшенні мотивації на відмову від паління необхідно:

- запевнити пацієнта, що цей стан - тимчасовий і більшість справляється з ним;
- підкреслити, що відновлення паління зробить відмову від нього в подальшому значно труднішою;
- рекомендувати звернутися до центру психологічної підтримки відмови від паління.



Gates

A

32 - 42

Babywäckerlraum  
Nursery

Toiletten  
Toilets



Smoking area  
Smoking area

CAMEL SMOKING ZONE



CAMEL SMOKING ZONE



Warten Sie Mir Der  
Nachzahlung Nicht.  
Die Ihre Rechte Hand  
Schwester Ihre Hast.

© 2010 Camel Cigarettes



# IMPOTÊNCIA



O Ministério da Saúde alerta:  
O uso de este produto diminui, dificulta  
ou impede a ereção.



**PERE DE PERAR**  
CUIDAR DA SAÚDE





**WARNING:**  
SMOKING CAUSES GANGRENE  
QUIT: 1800-438-2000

## GANGRENA



O Ministério da Saúde advertiu:  
O uso deste produto obstrui as artérias e  
dificulta a circulação de sangue.



**PARE DE FUMAR**  
DÊ QUE SAUDE  
0800 61 1997





Smoke contains **benzene**,  
**nitrosamines**, **formaldehyde**  
and **hydrogen cyanide**



**AMARAN**  
MEROKOK MEROSAKKAN  
GIGI AWDA



*Курение сигарет вызывает рак  
ротовой полости*





## AMARAN



Rokok Penyebab Keguguran Janin



# VÍTIMA DESTE PRODUTO



© Ministério da Saúde advertiu:  
Este produto intoxica a mãe e o bebê,  
causando parto prematuro e morte.



**PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

# MORTE



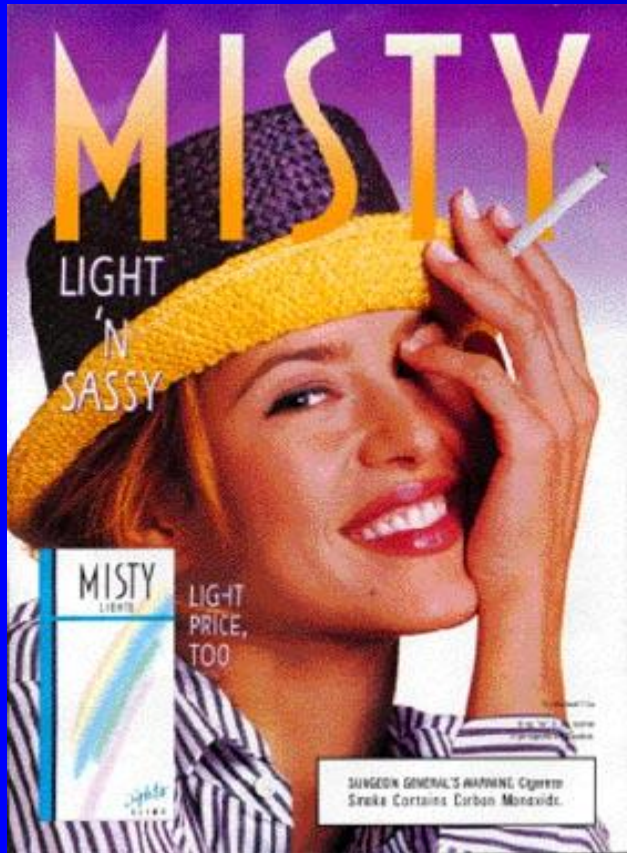
© Ministério da Saúde advierte:  
O uso desta produto leva à morte por  
câncer de pulmão e enfisema.



**PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

# ІЛЮЗІЯ

# РЕАЛЬНІСТЬ





# Наркомания







Хочешь попробовать?

Мадриш Ваддед

# Наркоманія

• **За визначенням ВООЗ, наркоманія** - це стан епізодичного або хронічного отруєння, викликаного повторюваним введенням в організм наркотику.

**Наркотик** - це речовина рослинного або синтетичного походження, що може змінювати нормальні функції організму, а при багаторазовому вживанні призводить до психічної та (або) психологічної залежності.

Якщо тлумачити це визначення широко, то під нього потрапляють і сигарети, і кава, і навіть чай. Так що, для більш точного «діагнозу» потрібно розрізняти звикання і залежність.

• **Адитивна поведінка** - прагнення до відходу від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану за допомогою вживання наркотичних, токсичних засобів і психотропних речовин з нелікарняного метою.

• **Група ризику** - група осіб з адитивним поведінкою.

• **Абстиненція** - різке погіршення самопочуття, викликане припиненням прийому наркотику або зменшенням його дози, до якої організм так звик, що не може функціонувати без наркотика.

# Види залежності

- Синдром зміненої реактивності до наркотичної речовини;
- Психічна залежність;
- Фізична залежність.



# Види залежності

- Синдром зміненої реактивності до наркотичної речовини - зміна форми споживання, зміна толерантності (переносимості), зникнення захисних реакцій при передозуванні і зміна форми сп'яніння.





# Види залежності



- **Психічна залежність** - стан, при якому наркотичний засіб викликає почуття задоволення і психічного підйому і яке вимагає періодично поновлюваного або постійного введення лікарського засобу. Такий психічний стан є найсильнішим з усіх факторів, що характеризують хронічне отруєння.

# Види залежності



• **Фізична залежність** - адаптивний стан, який проявляється в інтенсивних фізичних розладах, коли припиняється при введенні відповідного наркотичного засобу. Ці розлади, тобто синдром абстиненції, є комплексом специфічних симптомів і ознак психічних і фізичних властивостей, які характерні для дії кожного виду наркотиків. Полегшення настає при введенні в організм того ж наркотику або іншої речовини, що має подібну фармакологічну дію і належить до того ж типу.

# Історія виникнення наркоманії

Наркоманія, як соціальна проблема, виникла в ХХ столітті. До цього вживання наркотиків було поширено серед деяких культур, для яких воно було традиційно. Індіанці кечуа з незапам'ятних часів жували листя коки; в мусульманських країнах, в першу чергу в Середній Азії, курили гашиш, а в Індокитаї вживали опій. Для цих культур наркотики так само природні, як для аборигенів Нової Зеландії - канібалізм. Крім цього, експериментували з нелегальними сьогодні речовинами деякі представники вищого класу європейських суспільств.



# Історія виникнення наркоманії

В Україні, яка входить в природний ареал вирощування рослин із вмістом наркотичних речовин, в першу чергу маку та конопель, наркоманія не мала масового розповсюдження, якщо не вважати дивні суміші, які палили запорізькі козаки. Початок більш-менш масового вживання наркотиків пов'язують з молодіжною субкультурою - хіпі. Після них наркоманія стала все більш широко розповсюджуватися серед молоді. До останнього часу переважаючим наркотиком була марихуана і частково "ширка", вироблена з маку. Крім цього, довгий час мала місце морфійну наркоманія, пов'язана з махінаціями в системі аптек і лікарень (виписували "липові" рецепти). На початку 80-х поширилося вживання наркотиків на ефедринових основі, які виготовлялися з деяких ліків від кашлю.



Деякі свідчать, щоб кинути наркотики досить проявити силу волі, рішучість та силу характеру...

Наркоманія невиліковна...



Споживання наркотиків може бути контрольованим...

“наркотики допомагають вирішити” проблеми....

**...це все міфи.**

# Види наркотиків



## Природні наркотики:

- опіум, героїн і морфін (їх готують з опіумного маку);
- кокаїн (з південноамериканського чагарнику кока);
- марихуана і гашиш (з конопель);
- псилоцибін (з гриба *Psilocybe*);
- мескалін (з кактуса пейот).

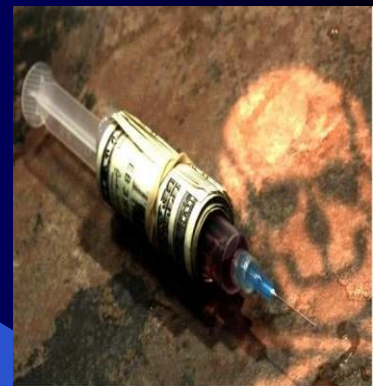
## Синтетичні наркотики:

- валіум і лібріум;
- амфетаміни;
- барбітурати.



# Класифікація наркотичних речовин за ефектом їхнього впливу на ЦНС

- 1. Седативні (заспокійливі) - уповільнюють процеси ЦНС, до них можна віднести опіати (макова соломка, героїн, морфін, метадон та інші), алкоголь, снодійні препарати.
- 2. Стимулятори - активізують процеси ЦНС, до них можна віднести кокаїн, ефедрин, амфетамін, нікотин, кофеїн.
- 3. Психоделічні (галюциногени) - викликають галюцинації, до них відносять препарати конопель (марихуана, гашиш), ЛСД, деякі гриби, засоби побутової хімії (бензин, ацетон, клей «Момент»).



# Фази наркотичного сп'яніння.



## Фаза ейфорії.

- Відчуття тепла, легкості, «невагомості», блаженства; світ здається яскравим, увага розсіюється, з'являється бажання багато говорити, танцювати, думки біжать швидко (правда втрачається їх чіткість, послідовність), поліпшується настрій, з'являються фантазії, ілюзії. Ці відчуття призводять до того, що в людини через деякий час:
- з'являється бажання повторити процедуру (споживання наркотиків загрожує стати систематичним);
- поступово знижуються захисні реакції організму (може придушуватися блювотний рефлекс);
- розвивається звикання до препарату (деякі наркомани вживають дози наркотиків, в 10 разів перевищують допустимі для використання з лікувальною метою);
- поступово формується психічна, а потім і фізична залежність.





# Зигмунд Фрейд

Спочатку інтерес до кокаїну був медичний. Вперше Фрейд спробував кокаїн в 1884 році і був вражений його дією: вживання цієї речовини вилікувало його від депресії, додало впевненості у собі.

У тому ж році молодий учений пише статтю «Про коку», де наполегливо рекомендує використовувати кокаїн як місцевий знеболюючий засіб, а також як ліки від астми, розлади травлення, депресії, неврозів.

Майбутній батько психоаналізу опублікував цілий ряд статей про властивості кокаїну, в яких детально описувалися всі відчуття, що викликаються цією речовиною. Проте в останніх роботах на цю тему він вже менш захоплено писав про нього.

# Фаза апатії.

- Стан апатії супроводжується слабкістю, почуттям розбитості, слъзотечею, нудотою, блювотою, болями в м'язах, почуттям страху, маренням переслідування, важким сном.
- При передозуванні можуть наступити порушення з боку серцево-судинної системи і дихання, сечовиділення, з'явитися різні висипи, сильний свербіж шкіри, різка слабкість, головний біль, потовиділення, відчуття жару, зміна свідомості, кривавий пронос, судоми. За даними, опублікованими в Данії, 16% молодих наркоманів протягом 7 років померли, 77% з їх числа - від передозування препарату.

Абстиненція може супроводжуватися:

- слъзотечею,
- рясним потовиділенням,
- ознобом (нудотою, блювотою, підвищенням температури),
- почастішанням дихання,
- спазмами м'язів і болями в них, болями в попереку,
- появою страху смерті, снів з кошмарами,
- неврівноваженістю, агресивністю, депресією.



# Наслідки

Руйнування власного здоров'я, здоров'я дітей, щастя близьких, шкода оточуючим і всьому суспільству. Прийомом наркотиків людина прирікає себе на повільне самогубство. Кінець наркоманії завжди драматичний – це життєва катастрофа.

Наркотичні речовини руйнують всі органи, але передусім вони згубно впливають на центральну нервову систему, яка є для них основною мішенню, тому наркотики називають нейротипними отрутами.

Після вживання наркотику мозок людини буквально ним просочується. Це спричиняє нейротоксичні явища: настають кисневе голодування і порушення провідникової регуляції між основними центрами нервової системи.

Великі дози наркотику спричиняють втрату чутливості, параліч нервових закінчень, а також загибель незамінних, з найменшим механізмом нервових клітин мозку. Наркотики вражають насамперед найскладніший вищий відділ нервової системи – кору головного мозку.

## Наслідки

Ослаблення психічної діяльності,. У цьому разі передусім змінюється ядро особистості наркомана, порушуються головні людські риси, нівелюються індивідуально-особистісні особливості , різноманіття психічного життя.

У тих осіб, які почали вживати наркотики у період становлення особистості (у підлітковому віці) протягом 2-5 років формуються стійкі паталогічні особистісні зміни, їх поведінка стає психоподібною, часто поєднуються з антисоціальними і асоціальними діями. Якщо наркоманом стають у пізнішому віці деформація особистості менш виражена, але спостерігається значне зниження пам'яті не лише на поточні дії але й збіднюється запас знань.

Більшість наркоманій призводить до зниження інтелекту. Сильно знижується здібності до вищих асоціацій, творчості. Коло інтересів різко звужується і обмежується

основною метою – добути наркотик.



# Соматична патологія при наркоманіях



- 1) ураження серця, судин, системи крові;
- 2) ураження легенів;
- 3) ураження шлунково-кишкового тракту;
- 4) зараження інфекціями, що передаються через кров (гепатит, ВІЛ)







Мати, що утримує більше 12 років двох своїх наркозалежних синів.  
Обидва сини ВІЛ-інфіковані та хронічні наркомани. Вона була змушена  
кинути роботу, щоб дивитися за синами - вона каже, що це її хрест













**НАРКОТИК УБИЛ ЕЁ**  
всё начиналось с травки

Якщо у тебе є наркотик-ти його хазяїн, а якщо ти  
випробував його кайф - він твій господар.

Гарун Агацарський

Наркоманія - довга смерть короткого  
життя. Котов Кирилл

Наркоманія - це багаторічна  
насолада смертю.

Франсуа Моріак

Від одних наркотиків позбавляються  
вдаючись до інших.

Валерій Афонченко

Наркотики, як азартна гра: людина  
сподівається на великий виграш, а  
програє цілий статок.

Владимир Борисов

Владимир Борисов

ДЯКУЮ ЗА УВАГУ

