

А ТЕБЕ это надо?

Токсикомания

Современный мир – это мир скоростей, стремительного темпа жизни, компьютерных технологий, соблазнов и искушений. Жить в нем и интересно и сложно. «Человек может жить до 100 лет» - говорил академик Павлов И.П. Обязанность заботиться об укреплении и сохранении своего здоровья – это не только общепринятая социальная норма, но и требование закона.

Помни! Согласно Федеральному закону № 237 «Об образовании в Российской Федерации» обучающиеся обязаны заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремятся к нравственному, духовному, физическому развитию и самосовершенствованию.

Токсикомания – это такое же заболевание, как алкоголизм или наркомания.

Токсикомания в переводе с латинского переводится как «тяга к яду» («токсин» - яд, «мания» - тяга, влечение).

Увы, появилось новое зло, при котором случается сильное отравление организма газом. Токсикомания очень быстро «съедает мозг». Из-за массовой гибели нейронов резко ухудшается память, падает интеллект и, как следствие успеваемость. Подростки не в состоянии сосредоточиться на уроке, резко отстают по программе, не способны усваивать новый материал. Определенной летальной (смертельной) дозы не существует. Газ сразу попадает через легкие в кровь и затем, поступая в головной мозг, вытесняет из него кислород. Это может повлечь за собой тяжелые, а порой необратимые последствия: паралич дыхательного центра в головном мозге, удушье, токсический отек мозга, отек легких, закупорку дыхательных путей рвотой, аритмию и остановку сердца.

Что говорит статистика? В 2021 году на территории Томской области в результате отравления от употребления бытового газа скончалось 6 несовершеннолетних.



ТВОЯ ЖИЗНЬ НЕ СТОИТ ЭТОГО! ТЫ ОЧЕНЬ ВАЖЕН ДЛЯ ВСЕГО МИРА! БЕРЕГИ СЕБЯ!

Токсикомания является наказуемым деянием. Употребление одурманивающих веществ в соответствии со ст. 20.20 КоАП Российской Федерации влечет наложение административного штрафа или арест. Преследуется так же и вовлечение несовершеннолетнего в употребление запрещенных веществ как административным (ст.6.10 КоАП Российской Федерации), так и уголовным (ст. 151 УК Российской Федерации) законодательством.

Помни!!! Нашим сознанием иногда пытаются манипулировать (управлять). Главное вовремя **ОТКАЗАТЬСЯ** и сделать правильный выбор в пользу СЕБЯ и своего здоровья! Есть способы, как сказать НЕТ!!!

Как сказать «НЕТ»:

1. Выслушать спокойно просьбу (предложение) другого.
 2. Попросить разъяснить: «Что ты (Вы) имеешь в виду?», либо «То есть ты (Вы) хочешь, чтобы я ...».
 3. Оставаясь спокойным сказать: «Нет».
 4. Объяснить почему Вы говорите «Нет» (несколько примеров: «Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю». «Я не хочу конфликтов с родителями, учителями». «Если попробую – потеряю власть над собой». «Это не в моем стиле». «У меня много дел». «Меня ждут ...»).
 5. Если собеседник настаивает, повторить «Нет» без объяснения.
- Форма отказа любая, но РЕШИТЕЛЬНАЯ. В этом признак силы и взросления.

ДЕЛАЙ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР!