



Наркомания – это болезненное непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, вызывающее тяжелейшие расстройства психики, разрушение всех органов и систем человеческого организма. Преждевременная смерть — вот последствия для здоровья!!!

## САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ МИФЫ О НАРКОТИКАХ

**Миф 1. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.**

**!!! Факт. Отказаться можно только один раз - первый. Даже однократное потребление наркотика может привести к зависимости.**

**Миф 2. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.**

**!!! Факт. Ощущение кайфа не всегда возникает после первой таблетки или инъекции. Напротив, зачастую первая проба сопровождается тошнотой, рвотой, головокружением и т. д. Более того, эйфория 3-4 дозы быстро исчезает и в дальнейшем наркотики принимают, чтобы снять мучительное, болезненное ощущение - ломку.**

**Миф 3. Наркотики бывают «лёгкими» и «тяжёлыми». Травка - «лёгкий» наркотик, не вызывающий привыкания.**

**!!! Факт. Все наркотики вызывают привыкание. Любой наркотик убивает, это только вопрос времени.**

**Миф 4. Наркоманами становятся только слабые и безвольные.**

**!!! Факт. Зависимость от наркотиков - это заболевание, и, как и любое заболевание, оно не имеет отношения к силе воли.**

**Миф 5. Лучше бросать постепенно.**

**!!! Факт. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь. Запомните, можно снять физическую зависимость, ломки и прочее. Но психологическую – невозможно.**

### КАК СКАЗАТЬ «НЕТ!»

Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю. Спасибо, нет.

Я не хочу конфликтов с родителями, учителями. Спасибо, нет.

Если выпью (приму наркотик), то потеряю власть над собой. Спасибо, нет.

Мне не нравится вкус алкоголя (наркотика). Спасибо, нет. Это не в моём стиле. Спасибо, нет.

Я за здоровый образ жизни!

### ГОРЯЧИЕ ТЕЛЕФОННЫЕ ЛИНИИ:

47-77-71 дежурная часть МВД  
(круглосуточно)

47-55-05 горячая линия прокуратуры  
(круглосуточно)

47-79-94 горячая линия прокуратуры  
Ленинского района г. Саранск  
(ежедневно с 9.00 до 18.00)

76-33-93 кабинет анонимного лечения  
(ежедневно с 8.00 до 19.00)

47-06-05 молодежный телефон доверия  
(ежедневно с 18.00 до 22.00)

# НЕ РАЗРУШАЙ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ И ЖИЗНЬ!