**Дистанционное обучение гр. А -18 02.11.2020**

**Ситников В.М. БЖ (безопасность жизнедеятельности)**

**Тема: 1. 12 здоровый образ жизни (ЗОЖ)**

**Занятие 12 лудомания, таксикомания… лечение ипрофилактика**

**Лудомания**, **игромания**, игровая зависимость, гэмблинг-зависимость (англ. gambling — игра на деньги) — патологическая склонность к азартным играм, заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, которые доминируют в жизни человека и ведут к снижению социальных...

*С точки зрения медицины****наркомания****,* ***лудомания*** *и****токсикомания****, как клинические заболевания, имеющие особенности терапии и реабилитации, мало чем отличаются друг от друга. Хотя в юридическом или социальном рассмотрении эти понятия не совпадают – их отличают критерии, уточняющие разницу наркотиков и других средств, влияющих на нервную систему человека, описывающие массовость охвата и социальную (личностную) опасность для разных возрастных групп и слоев общества.*

Определение токсикомании формируется исходя из нескольких составляющих:

* злоупотребление приемом ряда токсических веществ:
* вещества при этом (лекарственные и нелекарственные) не относятся к списку наркотических и имеют разнообразную природу – являются биологическими, химическими, растительными;
* происходит привыкание к употребляемым веществам и формируется зависимость от них (болезненное пристрастие).

**Признаки**

Обобщенные признаки наличия у человека токсикомании описываются в зависимости ***от характера воздействия токсического вещества***:

1. При злоупотреблении препаратами стимулирующего воздействия (*алколоиды кофеина, сидиофен и пр*.).
   * однократный прием вызывает в организме непродолжительное состояние[эйфории](https://psihbolezni.ru/rasstrojstva/chto-takoe-ejforiya-i-kak-ee-poluchit/), прилива сил и энергии;
   * через время (несколько часов) наступает вялость, ощущение разбитости, угнетенности;
   * рождается потребность «принять еще» для возвращения бодрого состояния;
   * многократный прием приводит к интоксикации всего организма и нарушениям физиологии (расстройства сердечно-сосудистой и

1. При злоупотреблении препаратами затормаживающего воздействия (*снотворное, барбитураты*).

* на начальной стадии приема – говорливость, чрезмерная двигательная активность, усиление влечений;
* в дальнейшем – затрудненность концентрации внимания, раздражительность, расстройства памяти;
* невралгические нарушения (дрожание рук, замедленная и невнятная манера говорить, несогласованная мышечная активность – атаксия);
* злобность, мрачность характера, неприязнь к окружающим;
* абстинентный синдром (похмелье от токсина).

1. При злоупотреблении летучими ароматическими веществами (*токсикомания бензином, краской, растворителем, лаком – их парами*).

* изменение настроения – возбужденное, расторможенное на начальной стадии опьянения токсином; сонливое и подавленное – в более поздний период;
* координация движений нарушена;
* наблюдаются хаотические непроизвольные движения глаз (нистагм);
* зрительные галлюцинации, круги и цветные волны перед глазами (при вдыхании паров бензина).

***Следует отметить еще 2 характерных для токсикомании признака***:

* рост толерантности к препарату – нужны все более увеличенные дозы, чтобы «взяло»;
* формирование зависимости (физической и психологической), которую трудно преодолеть.

*Физиологические признаки приема токсина могут напоминать****ОРЗ****. К примеру, при злоупотреблении газом из баллончика для зарядки зажигалок наблюдается:*

* *покраснение, слезоточивость глаз, зрачки расширены;*
* *признаки насморка (ринит, поллиноз);*
* *раздражение в горле (першит) и покашливание;*
* *покраснение лица;*
* *синюшный цвет носогубного треугольника.*

**Лечение зависимости**

Избавляться от токсикомании необходимо в несколько этапов, чередуя стационарное и амбулаторное лечение.

Большинство специалистов по терапии зависимостей сводят свои *рекомендации* к следующим шагам:

* устранение интоксикации (принятие дезинтоксикационных средств – глюкозы, кровезаменителей, витаминов, ноотропных средств);
* купирование абстинентного синдрома (проводится постепенным снижением суточной дозы токсического средства до полного прекращения его принятия);
* восстановление пострадавших соматических функций организма;
* нормализация состояния психики и подавление признаков психической зависимости (используются нейролептики наряду с психокоррекцией – индивидуальной и групповой);
* предотвращение рецидивов (от больного добиваются понимания сути токсикомании как постоянной болезни и создают предубеждение с негативным отношением к употреблению, формируют установку на полное прекращение принятия токсических средств);
* реабилитация последствий злоупотребления и зависимости от токсических средств (тяжелые расстройства интеллекта, памяти и личности вообще приравниваются к[психическим заболеваниям](https://psihbolezni.ru/), назначается соответствующее им лечение).

**Профилактика**

Профилактическая деятельность по недопущению распространения токсикомании зависит от целевой группы, на которую нужно воздействовать. Так, у подростков склонность к токсикомании проявляется очень ярко из-за стремления быть взрослым и попробовать новые ощущения.

***Потому сами профилактические меры целесообразно реализовывать уже в образовательном учреждении***:

* всеохватывающее распространение данных о причинах, формах, последствиях злоупотребления токсических средств;
* формирование у подрастающего поколения умений анализировать и критически относиться к информации о «увлечении» психоактивными веществами;
* создание более привлекательной для подростков альтернативы токсикомании (секции, хобби, клубы по интересам);
* формирование личностных качеств (адекватной самооценки, понимания терминальных ценностей, самостоятельности мышления и т.п.);
* регулярные профилактические медицинские осмотры;
* выделение группы риска (из числа воспитанников неблагоприятных семей, легко внушаемых личностей) и плотная профилактическая работа с ней.

**Д.З. – быть готовым к контрольной по теме №1 ЗОЖ**

**- подготовить реферат (презентацию) по теме : «профилактика вредных привычек»**