«Я могу употреблять наркотики, и никто этого не заметит!»

Мединский психолог Юлия Карабаева развеяла несколько мифов об употреблении наркотиков.

- Я не употребляю каждый день, а значит не имею зависимости от наркотиков.

*Факт*: зависимость может развиться независимо от частоты употребления. Некоторые люди даже при периодическом использовании могут стать зависимыми. Эпизодическое употребление наркотиков может оказать разрушающий эффект на здоровье человека или усугубить течение имеющихся или скрытых заболеваний.

- Лучше выбрать курение и алкоголь – они безопаснее!

*Факт*: нет! Даже курение уже не вредная привычка! Курение – полноценная наркотическая зависимость! Курение, парилки, электронные системы подачи никотина, кальяны, легкие сигареты, алкоголь вызывают серьезные проблемы со здоровьем, затрагивая и разрушая буквально каждый орган.

- Я смогу легко бросить, когда захочу.

*Факт*: иногда привыкание начинается с 1 пробы. Многое зависит от индивидуальных показателей здоровья. В этом вопросе ориентироваться на чужой пример категорически нельзя! Часто без поддержки специалистов и соответствующего лечения редко кто может справиться с зависимостью.

- Наркотики и психоактивные вещества помогают успокоиться и снять стресс.

*Факт*: употребление наркотиков может вызывать или обострять имеющиеся психические проблемы, такие как тревога, депрессия и психозы.

- Только неблагополучные, маргинальные слои населения или люди с низким уровнем дохода становятся наркозависимыми.

*Факт*: люди страдают от наркотической зависимости независимо от социального статуса, уровня материального обеспечения, возраста или уровня образования.

- Я могу употреблять наркотики, и никто этого не заметит.

*Факт*: визуально даже первые эпизоды могут быть заметны окружающим. Это будет проявляться в поведении, жестах, внешности. При длительном употреблении скрыть употребление наркотических препаратов практически невозможно. Многие наркотики могут ухудшать память, внимание и когнитивные функции, влиять на эмоциональные реакции и поведенческие паттерны, что неминуемо будет бросаться в глаза, особенно Вашим близким.