

Методические материалы

для подготовки профилактических мероприятий, направленных на недопущение фактов потребления в спортивной среде наркотических средств, психотропных и сильнодействующих веществ, а также допинга.

Оглавление:

1. Внешние признаки потребления наркотических средств.
2. Допинг в спортивной среде. Изменения в антидопинговом законодательстве.
3. «насвай» – характеристика вещества. Ограничение оборота «насвая».
4. Роль спортивных организаций.
5. Общие правила организации спортивного питания.

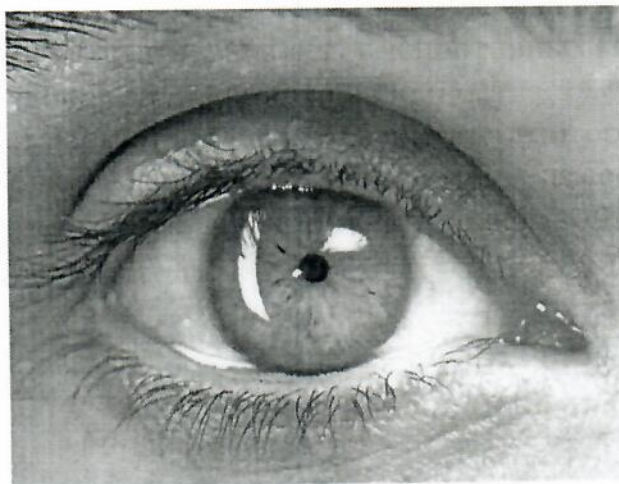
Понятия «наркотики» и «спорт» на первый взгляд кажутся совершенно несовместимыми. Но это только на первый взгляд. К сожалению, и в спорте встречаются случаи употребления различных запрещенных субстанций, некоторые из которых можно отнести к сильнодействующим веществам или наркотическим средствам. Одним из эффективных способов недопущения вовлечения подростков в потребление наркотических веществ, несомненно, являются занятия физической культурой и спортом. Особенно важно, чтобы эти занятия носили регулярный характер. Наилучшим решением данной проблемы могут стать занятия в спортивных секциях и различных клубах спортивно-оздоровительной направленности.

Наркотики — это вещества, которые оказывают действие на физическое и психическое состояние человека, изменяют его сознание. Разрушают личность и, в конечном итоге, уничтожают. Отличить наркомана можно по внешним проявлениям

1.

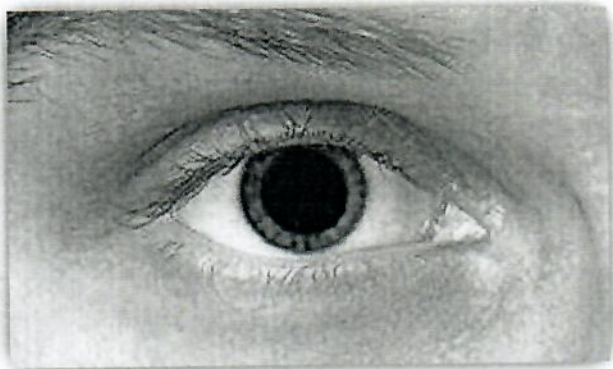
Внешние признаки потребления наркотических средств

- **Опиаты** (героин, мак, дезоморфин, кодеин, метадол, карфентанил):



- суженные зрачки, в темноте не расширяются;
- осипший, хриловатый голос;
- обильные почесывания тела (особенно в области лица и носа);
- обильное потоотделение, жар;

В период ломки: слезящиеся глаза, насморк, бессонница, рвота, диарея, озноб, боли в мышцах и костях.



- **Психостимуляторы** (амфетамин, «винт», эфедрин), а также «соли»:
- сильно расширенные зрачки, но адекватно реагируют на сильный свет и сужаются;
- повышенная разговорчивость;
- сухость во рту;
- бессонница, повышенная активность,
- сильная возбужденность,
- тревожность, беспокойство;

- приступы паники или паранойи;
- полное отсутствие аппетита;

- в период действия наркотика возможны однообразные многократно (часами) повторяющиеся движения и действия (разглядывание себя в зеркале, расчесывание, поглаживание и т.п.);
- приступы навязчивого поиска нередко выдуманного предмета;
- проявляется склонность к усугублению кропотливой работы, требующей стереотипных мелких движений пальцев (как правило, начинают разбирать на составляющие элементы сложные механизмы, собирать пазлы, но при этом деятельность непродуктивна).

- **Каннабисная группа** (марихуана): опьянение в группе характеризуется заразительностью эмоций (как положительных, так и отрицательных), которые распространяются с одного члена группы на всех остальных. Наблюдаются неуправляемые приступы смеха по незначительному поводу, которые могут сопровождаться бесцельными и неосознаваемыми действиями, например: попыткой куда-то бежать. Если опьянена группа людей, то смех или страх охватывает мгновенно всех в одинаковой степени. Находясь в состоянии наркотического опьянения человек, становится крайне легкомысленным и беспечным, не замечает реальной угрозы и опасности для жизни. У опьяневшего меняется восприятие времени и предметов. Движения плохо скоординированы, зрачки расширены, отмечается покраснение лица и век. Аппетит повышен. Могут развиваться галлюцинации.

Кроме того, внимание наркологов привлекают допинговые субстанции. По мнению специалистов, некоторые наркотические средства (некоторые виды опиатов и синтетических каннабиноидов) следует отнести к категории психоактивных допингов.

Допинг в спортивной среде.

Допинг – это специальные лекарственные препараты, употребляемые спортсменами для принудительного повышения работоспособности организма во время соревновательной деятельности или же в период учебно-тренировочного процесса.

Запрещенный список субстанций, отнесенный к допинговым веществам и методам публикуется с 2004 года, обновление которого осуществляется не менее 1 раза в год (осенью).



Критериями включения субстанций и методов в запрещенный список являются:

- улучшение спортивных результатов;
- риск для здоровья спортсмена;
- противоречие духу спорта;
- маскировка использования других запрещённых субстанций и методов.

По мнению наркологов, некоторые наркотические средства следует отнести к категории психоактивных допингов. Так к указанной группе отнесены наркотики группы психостимуляторов – «соли», амфетамины и транквилизирующие допинги (новые опиаты, некоторые синтетические каннабиноиды).

Последствия употребления допинга:

- депрессия, агрессивность и др.;
- зависимость от препарата;
- нейроэндокринные заболевания;
- инфаркт миокарда, сердечная недостаточность, гипертензия;
- диабет;
- остеоартрит;
- повышенный риск онкологических заболеваний;
- повышенный риск тромбоза;
- инсульт.

При наличии запрещенной субстанции в пробе спортсмена, спортсмен будет нести ответственность за неисполнение антидопинговых правил, а так же ответственность в соответствии с действующими нормами административного и уголовного законодательства.

Незнание данных правил не освобождает от ответственности спортсмена.

Следует отметить, что согласно ФЗ от 22.11.2016 № 392-ФЗ в Уголовный кодекс РФ внесены изменения, предусматривающие ответственность за склонение спортсмена к использованию субстанций и методов, запрещенных для использования в спорте (статьей 230.1 УК РФ) и использование в отношении спортсмена независимо от его согласия субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте (ст. 230.2 УК РФ).

3.

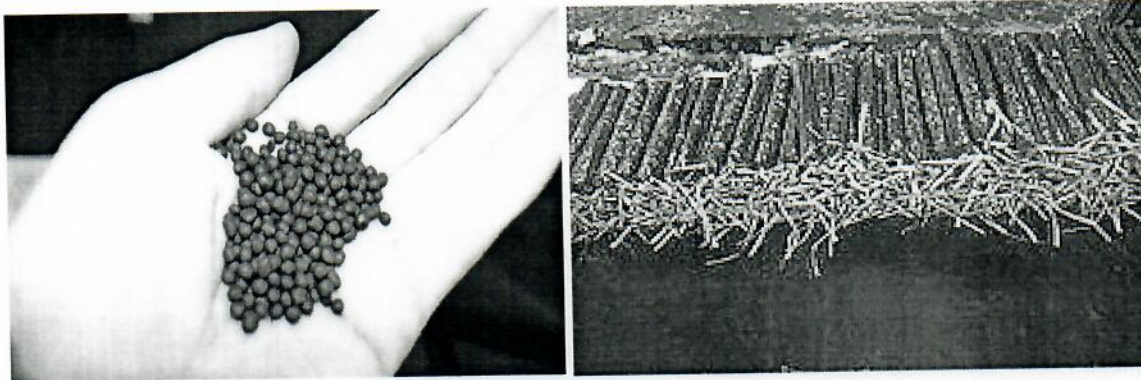
«насвай» – характеристика вещества.

С профессиональной точки зрения, к разновидностям допинга следует отнести и некурительный табак – «насвай», как вещества способного оказывать психостимулирующее действие.

По мнению специалистов, в «насвай» могут быть добавлены любые наркотические средства синтетического или растительного происхождения.

Фабричного «насвая» нет. Лепят его в домашних условиях – там, где находят нужное количество верблюжьего кизяка или куриного помёта. Внешний вид у него разный – от зеленых шариков до серовато-коричневого порошка. Свежий «насвай» может выглядеть как крупные зеленые зернышки; лежалый – похож на порошок почти черного цвета.

Внешний вид «насвая»



К последствиям потребления «насвая» следует отнести:

1. Заражение кишечными инфекциями, вызванное употреблением экскрементов животных;
2. Язвенные поражения желудочно-кишечного тракта, вызванные наличием в насвае куриного помета, провоцирующего «сгорание» слизистой.
3. Непреодолимое желание новой порции «насвая» – от табака и иных содержащихся в насвае веществ формируется зависимость;
4. Разрушение и выпадение зубов;
5. Неприятный запах изо рта;
6. Резкое ухудшение памяти, снижение концентрации внимания, психическая неуравновешенность и неврозы, вызванные психотропным характером «насвая» и входящих в него ингредиентов.
7. Онкологические заболевания ротовой полости, нижней губы.

Таким образом, употребление «насвая» наносит ущерб физическому и психическому здоровью, а в соответствии с действующим законодательством на территории Российской Федерации торговля насваем запрещена (ст.14.35 КоАП РФ).

Управлением по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Липецкой области инициировано проведение исследования «насвая» изъятого в ходе документирования административного правонарушения. ГУЗ «Липецкое областное БСМЭ» проведено судебно-химическое, судебно-биологическое и спектральное судебно-медицинское исследование изъятого «насвая».

Согласно проведенным исследованиям «насвай» содержит в своем составе никотин, щелочь, белки животного происхождения (белок рогатого скота и белок птицы). Следует отметить, что из всего списка элементов обязательных к рассмотрению при исследовании на «металлические» яды (их всего 22), в «насвае» содержится железо, марганец, медь и ванадий, т.е. каждый пятый из всего списка «металлических» ядов.

В результате комплексного исследования эксперты пришли к следующим выводам:

1. Обнаруженный в составе «насвая» никотин является опасным для жизни и здоровья человека веществом. Согласно материалам специальной литературы и судебно-медицинской практики у человека, употребившего никотин, возможно наступление острых и хронических опасных для здоровья и жизни состояний. Острая интоксикация никотином приводит к спазму периферических сосудов, брадикардии, угнетению дыхания, у детей с функциональными проблемами кровообращения - к обморокам. При повышении концентрации никотина до 0,5-1 мг/кг веса наступает смерть человека от острой сердечной недостаточности. Хронически опасным состояниям при употреблении данного вещества являются зависимость от никотина, а также онкологические заболевания полости рта и ЖКТ.
2. В некурительной смеси «насвай» содержатся белки животного происхождения (белок рогатого скота и белок птицы), соли металлов, щелочь, которые при поступлении в организм человека способны вызвать различные аллергические реакции, отравления, ожоги слизистой ротовой полости и пищевода.

В различных вариациях и пропорциях в состав некурительной смеси «насвай» могут входить: никотин, гашенная известь, куриный помет, верблюжий навоз, металлы, в том числе тяжелые.

Таким образом, эксперты пришли к общему выводу о том, что использование табакосодержащего вещества в качестве некурительного табачного изделия «насвай» приносит вред здоровью и жизни человека, так как изготовлены с использованием непищевых ингредиентов.

Распространение «насвая» на территории Российской Федерации запрещено.

В настоящее время в некоторых регионах Российской Федерации складывается положительная судебная практика, позволяющая применить к лицам, распространяющим «насвай», нормы уголовного законодательства РФ, в частности ст. 238 УК РФ «Производство, хранение, перевозка либо сбыт товаров и продукции, выполнение работ или оказание услуг, не отвечающих требованиям безопасности», предусматривающей максимальное наказание в виде лишения свободы на срок до десяти лет.

Роль спортивных организаций в профилактике наркотизма:

О социальной роли физической культуры и спорта в современном обществе уже написано немало глубоких научных трудов и ярких публицистических заметок. Неоспорима роль спорта в процессе социализации личности, становлении характера молодого человека, формировании системы морально-этических ценностей, решении проблемы общения.

Сегодня, когда в нашей стране стремительно распространяется наркомания, становится чрезвычайно актуальным вопрос об участии спорта в борьбе с ней по самым различным направлениям:

1. Обеспечение здорового досуга и создание спортивной инфраструктуры как сети объектов позитивной социальной поддержки.
2. Обеспечение трезвой среды, в которой культивируется идеология, сочетающая ценности здоровья, гармоничного физического развития и трезвости, что, в целом, способствует **деромантизации образа потребителя наркотиков, алкоголя, табака и др.**
3. Формирование ответственного поведения детей, подростков и молодежи по отношению к себе и близким людям.

Однако при организации профилактической работы следует учитывать точку зрения специалистов о том, что упоминание названий наркотиков, показ способов и приспособлений для их потребления может быть фактором, провоцирующим любопытство. А часто используемый акцент на смерти и неизлечимости зависимости может быть привлекателен для подростков (на этом эффекте строится коммерческий успех фильмов ужасов), так как способен придать процессу потребления наркотиков оттенок подвига (я смог, а ты?).

При правильном изображении темы зависимости возникает противоречие между возможным потреблением ПАВ и самоуважением (наркомания равна глупости).

Контактная информация:

ГУЗ «Липецкий областной наркологический диспансер»

- Отделение амбулаторной реабилитации
8(4742)34-85-86 г. Липецк, ул. Космонавтов, д.2
- Отделение стационарной реабилитации
8(4742)43-00-98 (круглосуточно), 43-22-13 с 9.00 до 15.00
г. Липецк, ул. Крупской, д.2
- Амбулаторное детско-подростковое отделение
8(4742) 73-05-50 г. Липецк, ул. Ленинградская, д.18
- Стационар
8(4742) 78-13-69 ул. Ленинградская, д.18

! Горячая линия по лечению табакокурения:
8(4742)43-00-98 (круглосуточно)

! Отделение профилактики 8(4742) 73-05-50
г. Липецк, ул. Ленинградская, д.18

! В отделении профилактики можно
взять макеты информационных материалов

ГУЗ «Областной врачебно-физкультурный диспансер»
8(4742) 27-22-86, г. Липецк, ул. Семашко, 8а.

О фактах нарушения антинаркотического законодательства можно сообщать по
телефону доверия УМВД России по Липецкой области: 27-01-26