

ПРАВДА О

МАРИХУАНЕ

16+

www.notodrugs.ru

Ганжа
Дурь
Анаша
Дым
Косяк
Шлан
Травка



ДЛЯ ЧЕГО БЫЛА ВЫПУЩЕНА ЭТА БРОШЮРА

В мире много говорят о наркотиках — на улицах, в школах, в Интернете и на телевидении. Что-то из этого является правдой, а что-то нет.

Большая часть того, что вы слышите о наркотиках, на самом деле распространяется теми, кто их продаёт. Продавцы наркотиков, прошедшие исправительные программы, признавались, что они сказали бы что угодно, лишь бы только заставить другого человека купить наркотики.

Не дайте себя обмануть. Вам нужны факты, чтобы не подсесть на наркотики и помочь своим друзьям держаться от них подальше. Поэтому мы и подготовили эту брошюру — для вас.

Ваше мнение важно для нас. Присылайте письменные отзывы по электронной почте на адрес **info@drugfreeworld.org**. Для получения дополнительной информации вы можете посетить сайт Международного фонда «За мир без наркотиков» по адресу **www.notodrugs.ru**.

ЧТО ТАКОЕ МАРИХУАНА?

Марихуана на улицах известна как план, дурь, ганджа, анаша, солома, зелень, травка, Маша, косяк, дым, сорняк и под множеством других названий.

Гашиш — родственная форма этого наркотика. Также его называют «гашик» или «пластилин». Его действие в среднем в шесть раз сильнее, чем действие марихуаны.

«Каннабис» — это название для любого из различных видов наркотиков, производных от индийской конопли, включая марихуану и гашиш. Вне зависимости от названия эти наркотики являются галлюциногенами, то есть

такими веществами, которые искажают восприятие окружающего мира.

Химическое вещество в каннабисе, которое вызывает это искажение восприятия, называется «ТГК». Содержание ТГК в разных партиях марихуаны может существенно варьироваться, тем не менее в последние годы наблюдается общая тенденция повышения содержания ТГК.

КАК ОНА ДЕЙСТВУЕТ?

Маришуана — наиболее распространённый наркотик в мире. Только в Европе 80,5 миллионов человек пробовали его хотя бы раз в жизни, 23 миллиона — в этом году, а около трёх миллионов «балуются» травкой и гашишем ежедневно.

Когда человек пробует косяк, он обычно начинает ощущать воздействие наркотика через несколько минут. Непосредственно связанные с этим ощущения — учатившееся сердцебиение, ухудшение координации движений и чувства равновесия, а также «мечтательное», ирреальное* состояние разума; максимальный эффект достигается в течение первых 30 минут после приёма наркотика. Эти проявления длятся недолго и постепенно

* Ирреальный: нереальный, не существующий в действительности.

УЛИЧНЫЕ НАЗВАНИЯ МАРИХУАНЫ

сходят на нет в течение 2–3 часов, но могут длиться и больше, в зависимости от того, сколько наркотика было принято, мощности ТКК и присутствия в наркотической смеси других наркотиков.

Употребление марихуаны само по себе наносит серьёзный вред лёгким. Помимо дискомфорта, который создают воспалённое горло и боль в груди, было обнаружено, что даже одна доза может вызвать отложение вызывающих рак химических веществ в таком же количестве, как и пять выкуренных обычных сигарет.

Последствия приёма марихуаны для мыслительной деятельности не менее серьёзны. У любителя марихуаны более слабая память и умственные способности, чем у тех, кто её не употребляет.

Согласно исследованиям, у животных, которым давали марихуану, наблюдалось структурное повреждение мозга.

Хэш	Головы
Травка	Дым
Настроение	Мария
Марьянна	Камень
Дурь	Твёрдый
Газ	Шолуха
Гашиш	Анаша
Посмеяться	Гарик
Драп	Жарёха
Ганжа	Конопа
Грава	Маняга
BullT	План
Кирпич	Пластилин
Печенька	Пласт
Шишки	Шмаль
Бошки	

МАРИХУАНА

ОСНОВНЫЕ ДАННЫЕ

Конопля выращивается для использования в качестве галлюциногена более 2000 лет.

Несмотря на то, что конопля состоит из более чем 400 химических веществ, основным ингредиентом, который воздействует на разум, является ТГК. Содержание ТГК в конопле определяет силу наркотика. Погода, почва и другие факторы определяют процент содержания ТГК в растении. Используя современные аграрные технологии, были выведены сорта конопли,

которые имеют намного более высокий уровень содержания ТГК, чем раньше. Среднее содержание ТГК в растении было на уровне 1% в 1974 году и 4% в 1994 году. В 2008 году уровень ТГК в растении вырос до 9,6%, что является самым высоким показателем начиная с семидесятых годов, когда начал проводиться анализ этого наркотика.

Один из сортов конопли, «сенсимилья» (от испанского «без семян»), содержит от 7,5 до 24 процентов ТГК.

АЛКОГОЛЬ В СРАВНЕНИИ С МАРИХУАНОЙ

Оказывает ли приём марихуаны такое же воздействие, как и потребление алкоголя?

Решайте сами. Вот факты:

Марихуана содержит более 400 известных химических веществ, включая те же самые вещества, вызывающие рак, которые обнаружены в табачном дыме.

Алкоголь выводится из тела через несколько часов, а ТГК остаётся в теле в течение недель, а иногда и месяцев, в зависимости от продолжительности и интенсивности употребления.

ТГК разрушает иммунную систему.
Алкоголь — нет.

Мы не делаем никакой попытки приуменьшить опасность злоупотребления алкоголем, который также может быть очень вреден. Однако потребители марихуаны должны знать, что химические вещества в марихуане, часть которых вызывает рак, остаются в теле ещё долгое время после приёма наркотика.

МЕЖДУНАРОДНЫЕ СТАТИСТИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

По данным ООН за 2012 год до 224 миллионов людей в мире употребляют марихуану. Это больше, чем 3% населения планеты.

- В России марихуану употребляют 3,5 миллиона человек.
- По данным общенационального опроса, проведённого в США в 2007 году, за один год впервые попробовали марихуану примерно 2,1 миллиона американцев.

• По оценке правительства США производство марихуаны в Америке за последние 25 лет увеличилось в десять раз: с 1000 тонн в 1981 году до 10 000 тонн в 2006 году. Неудивительно, что 58% подростков в возрасте от 12 до 17 лет говорят, что достать косяк не составляет труда.

• По данным специалистов по медицинской профилактике в России, при анонимных опросах школьников 9–11 классов установлено, что 19,4% опрошенных подростков (27,5% мальчиков и 11,3% девочек) пробовали наркотики хотя бы раз в жизни.

• Страны Содружества независимых государств, в особенности Казахстан, Россия и Кыргызстан, являются одними из самых крупных производителей конопли в Европе.

- 3,9% жителей России в возрасте от 15 до 64 лет пробовали коноплю.

- Проведённое в 2006 году в школах Кыргызстана анонимное исследование (анкетирование) с использованием скорректированного вопросника Европейского проекта обследования школ по проблеме алкоголя и наркотиков ЭСПАД (ESPAD) среди школьников 15–16 лет выявило, что хотя бы один раз препараты марихуаны пробовали 2,4% респондентов, ингалянтов — 3,7% респондентов, а регулярное потребление марихуаны (более 40 раз) — было отмечено у 0,5% опрошенных.

- Марихуана — это второе по частоте (после алкоголя) вещество, которое находят в крови водителей, попавших в автокатастрофу.



ВРЕДНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ МАРИХУАНЫ

Немедленная реакция на марихуану может включать в себя учащение сердцебиения, дезориентацию, ухудшение координации движений, на смену которым приходит депрессия или сонливость. Некоторые чувствуют панику и беспокойство.

Но проблема не ограничивается этим. По данным научных исследований, активный компонент конопли, ТГК, остаётся в теле на протяжении недель и даже дольше.

Дым марихуаны содержит на 50–70% больше веществ, вызывающих рак, чем дым табака. В одном из научных отчётов утверждается, что один косяк марихуаны может принести больше вреда, чем пять сигарет, выкуренных одна за другой.

Те, кто давно употребляет марихуану, часто болеют бронхитом — воспалением дыхательных путей.

Этот наркотик может вредить не только вашему физическому здоровью. Исследования, проведённые в 2008 году в Австралии, говорят о том, что интенсивное употребление марихуаны в течение нескольких лет вызывает отклонения в деятельности мозга. Это подтверждается более ранними исследованиями отсроченного воздействия марихуаны, которые выявили изменения в мозге, подобные тем, что вызываются многолетним употреблением других распространённых наркотиков. Целый ряд исследований подтверждает связь между регулярным употреблением марихуаны и психозами.



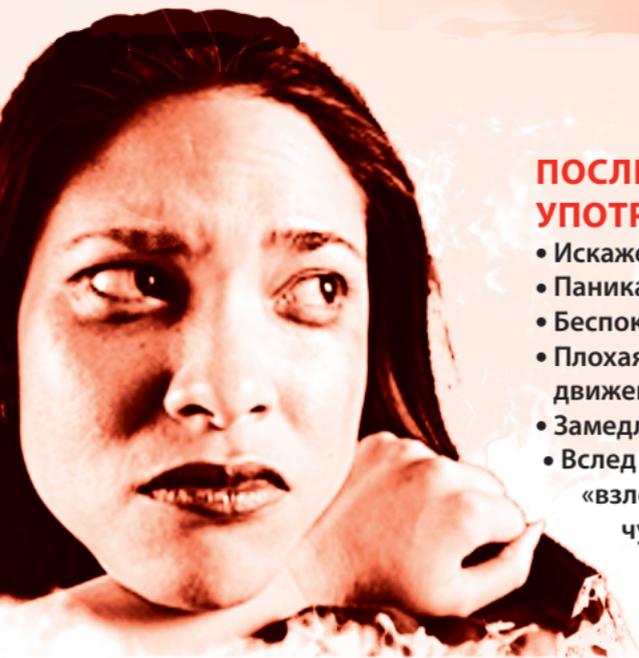
Марихуана изменяет структуру клеток сперматозоидов, деформируя их. Таким образом даже небольшое количество марихуаны может вызвать временное бесплодие у мужчин. Употребление марихуаны вызывает расстройство менструального цикла у женщин.

Исследования показали, что мыслительные функции людей, которые принимали много марихуаны, имеют тенденцию ухудшаться. ТГК, содержащийся в конопле, расстраивает работу нервных клеток мозга, что негативно сказывается на памяти.

Конопля — один из немногих наркотиков, который вызывает ненормальное деление клеток, что ведёт к тяжёлым дефектам, передающимся по наследству. Беременная женщина, регулярно употребляющая марихуану или гашиш, может раньше срока родить недоразвитого, не набравшего достаточного веса ребёнка. В течение 10 последних лет многие

дети, родители которых принимали марихуану, от рождения были лишены жизненных сил, были менее способны концентрироваться и добиваться целей в жизни. Исследования также показали, что употребление матерью этого наркотика может привести к врождённым дефектам у детей, умственным недостаткам и повышению риска заболевания лейкемией.*

* Лейкемия: рак костного мозга.



ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ:

- Искажение восприятий
- Паника
- Беспокойство
- Плохая координация движений
- Замедленная реакция
- Вслед за начальным «взлётом» принимающий чувствует сонливость и подавленность
 - Учащение сердцебиения и риск сердечного приступа

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛИТЕЛЬНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ:

- Ослабленная сопротивляемость обычным болезням (простудам, бронхиту и т.д.)
- Подавление иммунной системы
- Расстройства роста
- Увеличение количества аномально построенных клеток в теле
- Уменьшение содержания мужских половых гормонов
- Быстрое разрушение волокон лёгких и необратимая патология тканей мозга
- Снижение сексуальной потенции
- Трудности в обучении: снижение способности получать и усваивать информацию
- Апатия, сонливость, недостаток мотивации
- Изменение характера и настроения
- Неспособность ясно осознавать окружение



Я начал принимать наркотики ради забавы, поддавшись уговорам своего лучшего друга, который говорил, что у меня не хватит духу попробовать косяк и выпить пару бутылок пива. Мне было тогда 14 лет. После семи лет приёма наркотиков и выпивки я в конце концов обнаружил, что стал наркоманом. Теперь я принимал их не для того, чтобы почувствовать эйфорию, а просто для того, чтобы чувствовать некоторое подобие нормального состояния.

Потом я стал испытывать неприятное чувство по отношению к самому себе. Меня достала моя паранойя. Меня достала привычка постоянно оглядываться через плечо. Меня реально достало не доверять своим друзьям. Я стал параноиком* настолько, что избавился от всех, кто меня окружал, и обнаружил, что оказался в ужасном месте, куда никто не захотел бы попасть, — в одиночестве. Я весь день принимал наркотики — с самого утра и до вечера.

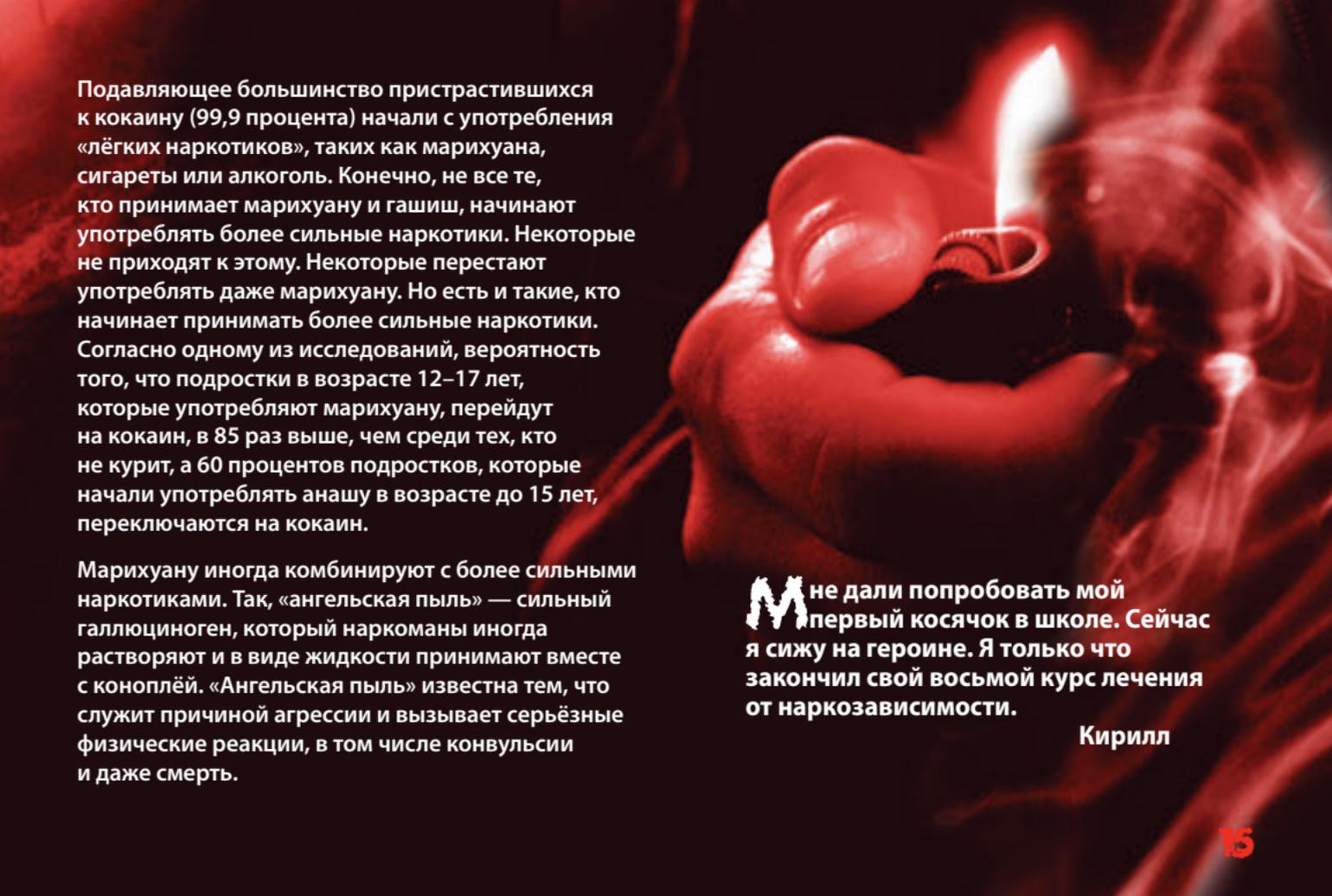
Пётр

* Параноик: человек, страдающий паранойей — подозрительностью, недоверием или боязнью других людей.

НА ПУТИ К НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ

В силу вырабатываемого организмом привыкания к наркотику, сопровождающегося притуплением ощущения удовольствия, марихуана может привести к тому, что наркоман начнёт принимать более сильный наркотик, чтобы получить тот же «кайф». Когда эффект при постоянном употреблении наркотика постепенно сходит на нет, человек может перейти на более мощные наркотики, чтобы избавиться от нежелательных состояний, которые и заставили его в своё время начать употреблять марихуану.

Марихуана сама по себе не ведёт человека к другим наркотикам; люди начинают принимать наркотики в попытке избавиться от нежелательных ситуаций или ощущений. Марихуана маскирует проблему на время (пока человек «под кайфом»). Когда этот «кайф» проходит, проблема, нежелательное состояние или ситуация проявляется ещё сильнее, чем до этого. Наркоман может перейти на более сильный наркотик, так как марихуана больше не «действует».



Подавляющее большинство пристрастившихся к кокаину (99,9 процента) начали с употребления «лёгких наркотиков», таких как марихуана, сигареты или алкоголь. Конечно, не все те, кто принимает марихуану и гашиш, начинают употреблять более сильные наркотики. Некоторые не приходят к этому. Некоторые перестают употреблять даже марихуану. Но есть и такие, кто начинает принимать более сильные наркотики. Согласно одному из исследований, вероятность того, что подростки в возрасте 12–17 лет, которые употребляют марихуану, перейдут на кокаин, в 85 раз выше, чем среди тех, кто не курит, а 60 процентов подростков, которые начали употреблять анашу в возрасте до 15 лет, переключаются на кокаин.

Марихуану иногда комбинируют с более сильными наркотиками. Так, «ангельская пыль» — сильный галлюциноген, который наркоманы иногда растворяют и в виде жидкости принимают вместе с коноплей. «Ангельская пыль» известна тем, что служит причиной агрессии и вызывает серьезные физические реакции, в том числе конвульсии и даже смерть.

Мне дали попробовать мой первый косячок в школе. Сейчас я сижу на героине. Я только что закончил свой восьмой курс лечения от наркозависимости.

Кирилл



ЗА ЗАВЕСОЙ ДЫМА

Употребление марихуаны опасно не только для того, кто её принимает. Этот человек сам может начать представлять угрозу для общества.

Исследования ясно показывают, что марихуана может создавать проблемы в повседневной жизни. Опрос студентов 129 колледжей показал, что среди тех, кто употреблял марихуану как минимум 27 из 30 дней, предшествовавших опросу, важные способности, связанные с вниманием, памятью и обучением, были существенно снижены. Исследование, проведённое среди почтовых работников, показало, что с работниками, чей тест на марихуану был положительным, происходило на 55% больше несчастных случаев, они получали на 85% больше травм и на 75% дольше отсутствовали на работе.

По результатам исследования, проведённого в Австралии, было установлено, что 4,3% погибших водителей находились под воздействием марихуаны.

Зачастую давление на школьников или студентов со стороны сверстников, убеждающих их принимать наркотики, огромно, а правдивая информация об опасности, которую представляют собой наркотики, не всегда доступна.

Многие могут говорить вам, что марихуана не опасна. Присмотритесь, кто говорит вам это. Не те ли это люди, которые хотят продать вам травку?



Мой «старший товарищ» в школе, употреблял по 3–4 косячка в день. Он приучил к этому многих школьников, включая меня. Его наркодилер потом посадил меня на героин, который я приняла безо всякого сопротивления. К тому времени я была уже морально мертва.

Вероника



Марихуана может оказать вредное воздействие на память человека, и последствия этого воздействия могут сохраняться спустя дни и недели после того, как мгновенные проявления, вызванные наркотиком, пройдут. В одном из исследований группу наркоманов, долго принимавших марихуану, попросили вспомнить слова из списка. Их способность правильно вспоминать слова не возвращалась к ним в течение 4 недель после того, как они перестали принимать марихуану.

Школьники, которые принимают марихуану, имеют более низкую успеваемость и менее вероятно, что они смогут поступить в ВУЗ, чем те, которые не принимают наркотик. У них просто нет таких же способностей помнить и систематизировать информацию, как у тех, кто не принимает наркотики.

ЧТО ВАМ СКАЖУТ ТОРГОВЦЫ НАРКОТИКАМИ

Опрос среди подростков выявил причину, по которой они изначально стали употреблять наркотики. 55% из них ответили, что это произошло из-за давления со стороны друзей. Они хотели быть крутыми и популярными. Наркоторговцы знают об этом.

Они по-дружески предлагают «помочь» решить ваши проблемы при помощи чего-то, что «поднимет вас на другой уровень». Наркотик якобы поможет вам «стать своим» и «сделает вас круче».

Наркоторговцы в погоне за доходами, которые приносит их торговля, скажут

что угодно, чтобы заставить вас купить их наркотики. Они скажут вам: «Трава не посадит тебя на более тяжёлые наркотики».

Им плевать на то, что наркотики разрушат вашу жизнь, главное, чтобы вы им платили. Всё, что их волнует, — это деньги. Бывшие наркоторговцы признают, что они относились к своим покупателям, как к «пешкам в игре».

Узнайте факты о наркотиках. Принимайте собственные решения.

Правда о наркотиках

Наркотики — это, по сути своей, яды. Количество наркотика определяет его действие.

Небольшое количество «стимулирует» (ускоряет процессы в организме). Большое количество действует как «седативное средство» (замедляет процессы). Ещё большее их количество действует как яд и может убить.

Это справедливо для любого наркотика. Отличается только количество, требуемое для достижения какого-либо эффекта.

Но у наркотиков есть и другая вредная особенность: они напрямую воздействуют на разум. Они могут исказить восприятие того, что происходит вокруг человека. В результате чего действия человека могут быть странными, нерациональными, неадекватными и даже разрушительными.

Наркотики блокируют все ощущения, как желательные, так и нежелательные. Поэтому, «помогая» ненадолго ослабить боль, они также убивают способности и остроту восприятий и затуманивают мышление человека.

Лекарства — это препараты, предназначенные для того, чтобы ускорять, или замедлять, или изменять каким-то образом механизм действия организма, чтобы заставить его работать лучше. Иногда без них не обойтись. Но это всё равно сильнодействующие препараты: они действуют как стимуляторы или как седативные препараты, а слишком большое их количество может вас убить. Поэтому, если вы принимаете лекарства не так, как предписано, они могут быть настолько же опасны, как и запрещённые наркотики.

**Лучшее решение — это
узнать факты о наркотиках
и вообще их не пробовать.**



ПОЧЕМУ ЛЮДИ ПРИНИМАЮТ НАРКОТИКИ?

Люди принимают наркотики, потому что они хотят изменить что-то в своей жизни.

Вот лишь некоторые из причин употребления наркотиков, которые называют молодые люди:

- Чтобы быть с другими «на одной волне»
- Чтобы расслабиться или «отключиться»
- Чтобы справиться со скукой
- Чтобы выглядеть взрослее
- В качестве протеста
- Чтобы попробовать.

Они думают, что наркотики решат их проблемы. Но в конце концов наркотики сами становятся гораздо более серьезной проблемой.

Как бы ни было трудно смотреть в лицо своим проблемам, последствия употребления наркотиков всегда хуже, чем сама проблема, которую человек стремится решить с их помощью. Настоящее решение — это узнать факты о наркотиках и вообще их не пробовать.



СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Статистический бюллетень Европейского мониторингового центра по наркотикам и наркомании за 2012 г.

Всемирный доклад Управления ООН по наркотикам и преступности (UNDOC) за 2012 г.

Интервью Директора ФСКН России газете «Известия», 2 октября 2012 г.

Medical Research Institute of New Zealand

“Study strengthens marijuana brain damage case,” *ABC News*, 4 June 2008

“Cannabis harm worse than tobacco,” *BBC News*, 31 July 2007

“New Report Finds Highest Ever Levels of THC in U.S. Marijuana,” Office of National Drug Control Policy press release, 12 Jun 2008

National Toxicology Specialists Inc.

“Marijuana Production in the United States,” Jon Gettman

Drug Abuse Warning Network, 2005: National Estimates of Drug-Related Emergency Department Visits

“NIDA Infacts: Marijuana,” 14 Jan 2008, National Institute on Drug Abuse

Данные университета Южной Каролины

Доклад Агентства по борьбе с наркотиками США

American Academy of Pediatrics

ФОТОГРАФИИ ЛЮБЕЗНО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ:
Стр. 10, 12, 14: Alamy.

Миллионы экземпляров этих брошюр распространяются людям по всему миру на 22 языках. Когда на улицах появляются новые наркотики и становится известно об их воздействии, существующие брошюры обновляются и создаются новые.

В России брошюры издаются благотворительным фондом «Защити детей от наркотиков», зарегистрированным в Москве.

Фонд предоставляет просветительские материалы и работает с молодёжью, родителями, учителями, добровольческими организациями и правительственными органами – всеми, кто заинтересован в том, чтобы помочь людям жить без наркотиков.

ФАКТЫ, КОТОРЫЕ ВАМ НУЖНО ЗНАТЬ

Эта брошюра — одна из серии публикаций с фактами о марихуане, алкоголе, экстази, синтетических наркотиках, кокаине, крэке, первитине и метамфетаминах, ингалянтах, героине, ЛСД и злоупотреблении рецептурными препаратами. Вооружившись этой информацией, читатель сможет принять решение жить без наркотиков.

Чтобы получить дополнительную информацию или дополнительные экземпляры этой и других брошюр из данной серии, вы можете связаться:

В Москве:

Благотворительный фонд «Защити детей от наркотиков»
142000, Московская область, г. Домодедово, ул. Рабочая, д. 3/59
+7 (495) 227-50-20 • anti-drug.fond@yandex.ru
www.з-д-н.пф • vk.com/drugfreeworldru

В Санкт-Петербурге:

Региональное общественное движение «За мир без наркотиков»
+7 (921) 583 77 03 • drugfreeworld-spb@yandex.ru
www.notodrugs-spb.ru • vk.com/netnarcoticspb

