

**ПАМЯТКА**  
**БУДУЩЕГО ПРОФЕССИОНАЛА**  
*(или как сохранить себя в реалиях современного мира)*

**Памятка** / сост. УМВД России по Вологодской области

Для учащихся и студентов профессиональных образовательных организаций, а также образовательных организациях высшего образования

## **ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!**

В своих учебных заведениях вы сможете получить фундаментальные знания, азы вашей специальности и навыки профессиональной деятельности. Желаем успехов на этом пути и хотим редостеречь от типичных ошибок, в связи с чем, предлагаем вам ознакомиться с «Памяткой будущего профессионала».

Желаем вам успехов!

## 20 вопросов – 20 ответов или Правда о наркотиках и наркомании

### РАЗДЕЛ I. ОСТОРОЖНО: НАРКОТИКИ!

#### 1. *Вопрос: Что такое наркотики (наркотические средства)?*

Наркотические средства – вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, включенные в перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоры, подлежащие контролю в Российской Федерации и в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года.

#### 2. *Вопрос: Что такое анало́ги наркотических средств и психотропных веществ?*

Запрещенные для оборота в Российской Федерации вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, включенные в перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащие контролю в Российской Федерации, химическая структура и свойства которых сходны с химической структурой и со свойствами наркотических средств и психотропных веществ, психоактивное действие которых они воспроизводят.

#### 3. *Вопрос: Что понимается под незаконным оборотом наркотиков?*

Под незаконным оборотом наркотиков понимают противоправные умышленные действия, связанные с обращением наркотиков: от изготовления (выращивание наркосодержащих растений) до реализации наркопотребителю.

### РАЗДЕЛ II. НАРКОМАНИЯ: ОТ МНИМЫХ УДОВОЛЬСТВИЙ БОЛЬШИЕ ПРОБЛЕМЫ

#### 4. *Вопрос: Что такое наркомания?*

Наркомания - заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества.

#### 5. *Вопрос: Что такое синдром зависимости?*

**Синдром зависимости** – сочетание физиологических, поведенческих и других явлений, при которых употребление наркотических и других психоактивных веществ начинает занимать первое место в системе ценностей человека. Основной характеристикой синдрома зависимости является сильная, иногда неодолимая потребность принимать психоактивное вещество.

**Психическая зависимость** – состояние психического комфорта в наркотической интоксикации и навязчивое влечение к употреблению психоактивного вещества с целью вновь ощутить желаемый гедонический эффект или подавить явления психического дискомфорта.

**Физическая зависимость** – состояние физического комфорта в токсикоманической интоксикации и явления абстиненции (абстинентный синдром, синдром отмены) при внезапном прекращении употребления вещества.

#### 6. *Вопрос: Что называют психоактивными веществами?*

Термины «наркомания», «наркотики» могут быть общим термином, отражающим зависимость от разных веществ, оказывающих возбуждающее, тормозящее, успокаивающее,

эйфоризирующее действие на центральную нервную систему и психическую деятельность. В последние годы эти термины заменяются более точным – **«психоактивные вещества»**.

### **7. Вопрос: Кто чаще всего вовлекает в потребление наркотиков?**

Как бы это не звучало дико, но это близкие друзья или хорошие знакомые, которым ты доверяешь и которым нужна доза наркотика: они получают ее за то, что пристрастят кого-нибудь к потреблению наркотиков.

### **8. Вопрос: Как вовлекают в потребление наркотиков?**

Способы вовлечения разнообразные:

#### **Хвастовство и зависть**

Друзья неоднократно и взахлеб хвастали, что накануне вечером очень славного провели время: собрались на квартире одного из старших товарищей и кроме обычных развлечений курили «травку». Было как никогда весело. Воображение рисует подростку весьма заманчивые картины развлечений. Любопытство и зависть берут свое, и он принимает предложение, присоединиться к компании.

#### **- «Дружеская шутка»**

Друг вместо обычных сигарет, предлагает новые, от которых возникают неведомые ранее ощущения и беспричинный смех. Друг раскрывает смысл шутки и сообщает, что сигареты были с наркотическим содержанием. Первый нежданно-негаданно приобретенный наркотический опыт побуждает подростка к повторению ощущений.

#### **- «Дружеский шантаж»**

Компания авторитетных друзей предлагает попробовать наркотик, который члены этой компании сами употребляют. Друзья подстрекают его словами: «Не будь трусом», «Ты что, слабак?». Ситуация усугубляется присутствием в компании симпатичной девушки. Подростку приходится уступить.

#### **- «В угаре пьяном...»**

Первая проба наркотиков происходит в хмельной компании, когда возбужденный и утративший настороженность подросток без всякого нажима со стороны окружающих залихватски соглашается курить марихуану.

#### **- «Амурный шантаж»**

Наркотик предлагается девушке парнем, в которого она влюблена. Парень шантажирует ее, говоря, что их дальнейшие отношения возможны, только если она вместе с ним будет употреблять наркотики. Если в момент наркотического соращения девушка находится в состоянии легкого алкогольного опьянения, она легче поддается на такой шантаж.

#### **- «НЭПовский метод»**

Стремясь добиться взаимности от своей неприступной девушки, парень устраивает внеочередной праздник, угощает алкогольным напитком с подмешанным в него наркотическое средство и вскоре получает от пришедшей в должное состояние девушки, требующееся. В другой раз этот сценарий опять повторяется.

#### **- «Веселая конфетка»**

Аналогичен предыдущему: вместо напитка угощают конфетой, в которую введен наркотик.

#### **- «Наркомафиозный шантаж»**

Ситуация аналогична случаю «Дружеский шантаж». Разница в том, что друг (друзья) оказываются агентом наркомафии, сбытчиком наркотиков, формирующим себе группу клиентов-заказчиков, группу потребителей. В этом случае, вербовка происходит постепенно: сначала учат курить табак, затем пить пиво, далее – вино, водку; потом – курить наркотические средства; затем – употреблять стимуляторы; затем меняют метод введения наркотика (переводят «Клиента» на шприцевые инъекции).

#### **- «Посадить на иглу»**

Морально устойчивых и отвергающих наркотики подростков, особенно девушек, стремятся завлечь в компанию «своих». Там, как правило, после выпивки, жертву удерживают за руки и за ноги и вводят ей наркотик шприцем. Процедура значительно облегчается, если жертва находится в состоянии сильного алкогольного или лекарственного опьянения (снотворное, подмешанное в вино).

**- «Сердобольный друг»**

Друг предлагает парню, от которого ушла любимая девушка и который мучительно переживает разрыв, «уколоться и забыться». Действительно, после приема нарковещества трагедия блекнет и забывается, но только до протрезвления. Молодому человеку приходится вновь принимать наркотик, и так – до появления состояния зависимости от него.

**Таким образом, в приобщении к наркомании не так уж много добровольцев. Гораздо чаще это происходит путем обмана или насилия. Даже когда подросток пробует наркотик из собственного любопытства, он приходит к этому стремлению не сам, а в результате умышленной психологической обработки, вызывающей это любопытство.**

**9. Вопрос: Что делать, если тебе пытаются предложить наркотики?**

- ✓ Прекратить контакт, физически устранившись, перейти в другое помещение.
- ✓ Естественнo, отказаться.
- ✓ Не спорить и не читать лекций о вреде наркотиков – это уже бесполезно.
- ✓ Необходимо занять жесткую негативную и наступательную позицию. Ты можешь ответить так: «Посмотри, во что ты сам превратился с этими наркотиками», либо «А ты знаешь, что за склонение к наркомании тебя могут привлечь к уголовной ответственности?».
- ✓ Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.
- ✓ Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

**10. Вопрос: Если принять наркотики один раз, для пробы, может, ли это привести к смерти?**

При некоторых врожденных особенностях, о которых человек может не знать, даже однократное потребление небольшой дозы наркотика может вызвать острое отравление и даже смерть. Возможно и привыкание с первой дозы. Не раз наркотик убивал самых волевых людей, считавшими себя достаточно умными, но желавшими попробовать раз в жизни все. Потребление синтетических психоактивных веществ (галлюциногенов) может привести к гибели под колесами машины, человек может нанести увечия себе и окружающим, шагнуть из окна или захлебнуться рвотными массами.

**11. Вопрос: Каковы признаки того, что человек потребляет наркотики?**

Основными признаками являются: следы от уколов, порезы, синяки, бледность кожи, зуд кожи лица; расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или помутневшие глаза; замедленная, несвязная речь; похудение, потеря аппетита или чрезмерное употребление пищи; плохая координация движений (пошатывание или спотыкание); бессонница или приступы неестественной сонливости; повышенная утомляемость, беспричинное возбуждение, веселость или вялость, частая и резкая смена настроения нарастающее безразличие ко всему; ухудшение памяти, внимания; агрессивность, раздражительность и др.

**12. Вопрос: Что делать, если у человека случилась передозировка?**

Признаки передозировки:

- потеря сознания;
- резкая бледность;
- неглубокое и редкое дыхание;
- плохо прощупывается пульс;
- отсутствует реакция на внешние раздражители;

- рвота или следы рвотных масс;
- кожа холодная на ощупь;
- губы кончики пальцев и ушей – синюшной окраски.

#### **Первая помощь при передозировке (последовательность действий):**

- уложить пострадавшего на твердую поверхность (на пол);
- вызвать «Скорую помощь»;
- под плечи положить плотный валик толщиной до 20 см, чтобы голова опрокинулась, а рот открылся;
- очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс, вынуть съемные зубные протезы;
- выдвинуть нижнюю челюсть пострадавшего так, чтобы язык не закрывал дыхательные пути;
- следить за дыханием до прибытия врачей;
- при частоте дыхания меньше 8-10 дыхательных движений в минуту начать искусственное дыхание «изо рта в рот». Зажать ноздри пострадавшего пальцами. Глубоко вдохнув, плотно прижать свои губы к губам пострадавшего и сделать сильный быстрый выдох (для пострадавшего это будет вдох). Выдох у пострадавшего будет происходить самостоятельно;
- повторить это с частотой 10-16 раз в минуту, то есть каждые 5 секунд;
- на этом этапе возможно порозовение кончиков пальцев, затем восстановление самостоятельного дыхания;
- через каждые 2 искусственных вдоха совершать ритмичное надавливание тыльной стороной кистей рук, скрещенных под прямым углом на груди пострадавшего. Руки реаниматора при этом прямые, надавливающие движения идут от плечевого пояса;
- соотношение: 2 вдоха – 16 нажатий.

#### ***13. Вопрос: Правда, что если человек – наркоман, то он рано или поздно заболеет СПИДом?***

В период «ломки» и непреодолимого влечения к наркотику все мысли и действия человека направлены на немедленное получение дозы, в любых условиях, в любом шприце, любой иглой – отсюда опасность заражения ВИЧ-инфекцией. Возможен и половой механизм передачи, так как беспорядочные половые связи, в состоянии наркотического опьянения, также повышают риск инфицирования. Около 80% ВИЧ-инфицированных, являются наркоманами.

#### ***14. Вопрос: Каковы признаки заболевания? Как распознают ВИЧ-инфекцию?***

По внешнему виду человека нельзя определить, инфицирован ли он ВИЧ; иногда проходит несколько лет, прежде чем появятся первые признаки болезни. Человек, в организм которого проник вирус, не ощущает этого, выглядит вполне здоровым и может длительный срок распространять ВИЧ, даже не подозревая о своей болезни.

На протяжении развития ВИЧ-инфекции наблюдаются самые разнообразные симптомы: высыпания на коже, лихорадка, боли в горле, повышенная потливость, быстрая утомляемость, увеличение лимфатических узлов, частые поносы и быстрая потеря массы тела, повторяющийся герпес, грибковые заболевания и многие другие проявления.

**Только специальные анализы крови могут дать точный ответ на вопрос, заразился человек или нет!**

### **РАЗДЕЛ III. С ЗАКОНОМ ШУТКИ ПЛОХИ!**

**15. Вопрос: Можно ли попасть в тюрьму, имея дело с наркотиками?**

В соответствии с Уголовным кодексом Российской Федерации уголовная ответственность наступает:

- за незаконное приобретение, хранение, перевозку, изготовление, переработку наркотических средств (ст.228);
- за незаконное производство, сбыт или пересылку наркотиков (ст.228 ч.1);
- за хищение либо вымогательство наркотиков (ст.229);
- за склонение к употреблению наркотиков (ст.230);
- за незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества (ст.231);
- за организацию либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ (ст.231).

**16. Вопрос: С какого возраста наступает уголовная ответственность за совершение преступлений, связанных с наркотиками?**

Согласно ст. 20 Уголовного кодекса РФ уголовной ответственности подлежит лицо, достигшее ко времени совершения преступления 16 лет. В отдельных случаях, когда совершается достаточно серьезное преступление, общественная опасность которого осознается в более раннем возрасте, уголовной ответственности подлежат лица, достигшие ко времени совершения преступления 14-летнего возраста. Что касается преступлений, связанных с наркотиками, то с 14 лет уголовной ответственности подлежит лицо, совершившее хищение или вымогательство наркотических средств.

**17. Вопрос: Предусмотрена какая-либо ответственность за потребление наркотических или токсических веществ несовершеннолетними, не достигшими 16 лет?**

Да, согласно ст.20.22 Кодекса об административных правонарушениях Российской Федерации, появление в состоянии опьянения несовершеннолетних в возрасте до 16 лет, а равно распитие ими алкогольной продукции, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, иных одурманивающих веществ в общественных местах – влечет наложение административного штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от 3 до 5 минимальных размеров оплаты труда.

**18. Вопрос: Является ли состояние наркотического опьянения смягчающим обстоятельством при совершении преступления?**

Нет. В ст. 61 Уголовного кодекса Российской Федерации, определены обстоятельства, смягчающие наказание, среди которых совершение преступления в состоянии наркотического опьянения отсутствует.

**19. Вопрос: Есть ли ограничения для осуществления отдельных видов профессиональной деятельности для лиц с алкогольной, наркотической и токсикоманической зависимостью?**

Если алкогольная, наркотическая и токсикоманическая зависимость приобрела хроническое и затяжное течение с тяжелыми стойкими или часто обостряющимися болезненными проявлениями, то таким лицам противопоказаны следующие работы и виды деятельности. В каждом конкретном случае вопрос о допуске (или не допуске) лица к тому или иному виду производственной деятельности решается врачебной комиссией психиатров, психиатров-наркологов.

<b>ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ ГРУПП ПРОФЕССИЙ</b>
Работники профессий и должностей согласно перечню профессий и должностей работников, обеспечивающих движение поездов, подлежащих обязательным предварительным, при поступлении на работу, и периодическим медицинским осмотрам, за



исключением работников группы машинистов, водителей и их помощников;
Работники, связанные с выходом на действующие железнодорожные пути, за исключением водителей транспортных средств;
Работники группы машинистов, водителей и их помощников, водители других транспортных средств, связанные с выходом на действующие железнодорожные пути.
Персонал, обслуживающий действующие электроустановки напряжением 127В и выше и производящий на них оперативные переключения, выполняющий на этих электроустановках наладочные, монтажные работы и высоковольтные испытания
Работы в государственной лесной охране, по валке, сплаву, транспортировке и первичной обработке леса
Работы, связанные с применением взрывчатых материалов, работы во взрыво- и пожароопасных производствах
Работники военизированной охраны, служб спецсвязи аппарата инкассации, работники системы Центрального банка РФ и других ведомств и служб, которым разрешено ношение и применение огнестрельного оружия
Газоспасательная служба, добровольные газоспасательные дружины, военизированные части и отряды по предупреждению возникновения и ликвидации открытых газовых и нефтяных фонтанов, военизированные горные, горноспасательные команды, пожарная охрана, службы экстренной медицинской помощи, специализированные медицинские бригады постоянной готовности
Работы на токарных, фрезерных и других станках, штамповочных прессах
Работы, непосредственно связанные с движением транспорта, в том числе внутризаводского
Водители авто-, мототранспортных средств и городского электротранспорта мотоциклов, мотороллеров, мотонарт всех типов и марок (категория А), мини-тракторов и мотоблоков (прошедших регистрацию в Госавтоинспекции), автомобилей с ручным управлением для инвалидов всех категорий (инвалиды ВОВ и других инвалидов из числа военнослужащих, инвалидов труда и инвалидов детства);
мопедов всех типов и марок (категория А) автомобилей, полная масса которых не превышает 3500 кг, а число сидячих мест, помимо сиденья водителя – 8 (категория В), без права работы по найму; Автомобилей, предназначенных для перевозки пассажиров и имеющих более 8 мест, помимо сиденья водителя (категория Д), составов транспортных средств с тягачами, относящимися к категориям средств В, С или Д (категория Е); трамвая, троллейбуса; мотоколясок для инвалидов
Работники предприятий пищевых отраслей промышленности, общественного питания и торговли, молочных ферм, молочных кухонь, раздаточных пунктов, баз и складов продовольственных товаров, имеющие контакт с пищевыми продуктами в процессе их производства, хранения и реализации, в том числе работники по санитарной обработке и ремонту инвентаря, оборудования, а также лица, имеющие непосредственный контакт с пищевыми продуктами при их транспортировке на всех видах транспорта
Учащиеся техникумов, училищ, общеобразовательных школ, студенты вузов перед началом и в период производственной практики на предприятиях, учреждениях и организациях, работники которых подлежал медицинским психиатрическим освидетельствованиям
Медицинские работники хирургических стационаров, родильных домов (отделений), детских больниц (отделений), отделений патологии новорожденных, недоношенных
Работники учебно-воспитательных учреждений
Работники детских и подростковых оздоровительных учреждений, в том числе сезонных
Работники детских дошкольных учреждений, домов ребенка, детских домов, школ-интернатов, интернатов при школах
Работники лечебно-профилактических учреждений, санаториев, домов отдыха, пансионатов,

домов-интернатов, непосредственно связанные с организацией питания пациентов
Работники предприятий санитарно-гигиенического обслуживания населения (банщики, работники душевых, парикмахеры, маникюрши, педикюрши, косметички, подсобный персонал прачечных, пунктов приема белья, химчисток)
Тренеры, инструкторы по плаванию, работники бассейнов и лечебных ванн, отпускающие процедуры
Обслуживающий персонал гостиниц, общежитий
Работники водопроводных сооружений, имеющие непосредственное отношение к подготовке воды, и лица, обслуживающие водопроводные сети
Работники животноводческих ферм и комплексов
Работники, непосредственно связанные с оборотом наркотических средств и психотропных веществ
Деятельность, связанная с культивированием наркосодержащих растений
Летные экипажи воздушных судов гражданской авиации и диспетчеры, организующие и управляющие воздушным движением
Работа на морских судах, судах смешанного (река-море) плавания и на судах внутреннего плавания
Эксплуатация и ремонт скважин и установок по добыче нефти, переработке и очистке нефти и природного газа, очистке средств для их транспортировки, включая лабораторные работы с этими веществами и их производными
Добыча (открытым и подземным способом) полезных ископаемых
Промышленная безопасность, проектирование, строительство, эксплуатация, расширение, реконструкция, капитальный ремонт, техническое перевооружение, консервация и ликвидация опасного производственного объекта, изготовление, монтаж, наладка, обслуживание и ремонт технических устройств, применяемых на опасном производственном объекте, экспертиза промышленной безопасности, подготовка и переподготовка работников опасного производственного объекта
Аварийно-спасательные работы
Подводные работы
Подземные работы
Управление подъемными механизмами (кранами)
Обслуживание сосудов под давлением
Применение изолирующих средств индивидуальной защиты и фильтрующих противогазов
Медицинская деятельность
Производство витаминов, сульфаниламидных, пиразолоновых, противоопухолевых и гормональных препаратов, нейролептиков, антикоагулянтов и анестетиков (фторотан)
Работы в организациях медицинской промышленности и аптечной сети
Педагогическая деятельность
Работы с использованием сведений, которые относятся к охраняемой в соответствии с законодательством РФ информации ограниченного доступа
Работы на рабочих местах с вредными и (или) опасными условиями труда, установленными по результатам аттестации рабочих мест по условиям труда

## 20. Вопрос: Куда обратиться, если требуется помощь?

Необходимые телефоны:

1. БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер №1» г. Вологда, ул. Набережная VI, 139, тел. **8(8172)54-51-38**
2. БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер №2» г. Череповец, ул. Ленина, 151а, тел. **8(8202)22-66-86**

3. Детско-подростковая служба БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер № 1» г. Вологда, ул. Северная, 6, тел. **8(8172)27-73-76**
4. Центр медико-психологической помощи БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер № 1» г. Вологда, ул. Псковская, 11-в, тел. **8(8172)51-35-03, 8(8172)51-37-83**
5. БУЗ ВО «Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями» г. Вологда, ул. Щетинина, 17А, тел. **8(8172)53-48-44**
6. Дежурная часть УМВД России по Вологодской области, тел. **8(8172)79-44-35**
7. «Телефон доверия» (горячая линия, действует круглосуточно) УМВД России по Вологодской области, **8(8172)79-45-83**, УМВД по г. Вологде, **8(8172)56-36-43**, УМВД по г. Череповцу, **8(8202)57-92-50**
8. «Телефон доверия» психологической службы УМВД России по Вологодской области (с 8:00 до 17:00), **8(8172)50-57-93**