**ПАМЯТКА**

**ВРЕД КУРИТЕЛЬНЫХ СМЕСЕЙ ДЛЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА**

Курительные смеси – это синтетическое вещество, в состав которого входит несколько компонентов: в основном, это растения-энтеогены, оказывающие влияние на психику человека, часто добавляется табак. Производители курительных смесей используют измельченные части этих растений – листья, корни, стебли, семена. Для усиления эффекта они обрабатываются специальными химическими веществами, однако изготовители предпочитают не заострять внимание на этой детали.

Курительные смеси позиционируются как благовония, оказывающие благотворное влияние на организм: в рекламе можно встретить утверждения, что та или иная смесь способна повысить тонус организма, очистить его от шлаков, оказывать релаксирующее действие.

Механизм возникновения зависимости от курительных смесей такой же, как и от других психоактивных веществ. После периода знакомства следует период привыкания: курильщик начинает постепенно увеличивать дозу, поскольку организм понемногу привыкает к действию смеси. Состояние расслабленности длится все меньше, а на смену ему приходит раздражительность и беспокойство. Для снятия стресса используются курительные смеси, замыкая круг зависимости.

**ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ КУРИТЕЛЬНЫХ СМЕСЕЙ**

У людей, регулярно употребляющих курительные смеси, наблюдаются следующие отклонения:

**1** ***Постоянный кашель, хриплый голос, усиленное слезоотделение*.** Частое воздействие дыма на слизистые оболочки приводит к их раздражению и появлению хронических заболеваний дыхательных путей – фарингитам, ларингитам, пневмонии. Также высока вероятность возникновения рака легких или гортани.

**2 *Ухудшение работы ЦНС*.** Токсические вещества, содержащиеся в смесях,

способствуют расстройству центральной нервной системы – человек не контролирует свое поведение, он подвержен частой смене настроения (от безудержного веселья до беспричинной истерики через несколько минут). Курильщик плохо ориентируется в пространстве, галлюцинирует, отмечаются нарушения в работе органов чувств.

**3 *Отмечается ухудшение работы головного мозга*:** появляются проблемы с

памятью, речью, человек теряет интерес к окружающему миру и постепенно деградирует.

**4 *Интоксикация организма*.** При чрезмерном употреблении курительных смесей возможно сильное отравление организма, которое сопровождается тошнотой и рвотой, повышенным артериальным давлением, учащенным сердцебиением, судорогами мышц. В особо тяжелых случаях возможен глубокий обморок и даже кома.

5 По клиническим наблюдениям, долгосрочное употребление курительных смесей оказывает ***негативное воздействие на печень, половую и сердечнососудистую системы, нарушает цикл менструации у женщин, может спровоцировать возникновение раковых заболеваний, сахарного диабета и психических расстройств.***