

**СКАЖИ
НАРКОТИКАМ**

НЕТ!



С 22 по 28 июня 2026 года в России проходит Неделя профилактики употребления наркотических средств. Дата выбрана не случайно: именно 26 июня мир объединяется в борьбе с глобальной эпидемией наркомании и незаконным оборотом психоактивных веществ.

! Наркозависимость — одна из критических угроз XXI века. Это не просто вредная привычка, а тяжелое хроническое заболевание, которое ломает судьбы и разрушает общества.

✂ Как действуют наркотики? Они встраиваются в биохимию мозга, грубо вмешиваясь в естественные процессы. Искусственная стимуляция центров удовольствия быстро перерастает в физическую и психическую потребность — человек теряет контроль над своей жизнью.

Последствия катастрофичны: гибель нейронов, снижение интеллекта, провалы в памяти, паранойя, депрессия и полная утрата связи с реальностью. Организм стремительно изнашивается: страдают сердце и печень, падает иммунитет, многократно возрастает риск заражения ВИЧ, гепатитами и другими смертельными инфекциями.

В группе особого риска — молодежь до 35 лет. Юный возраст, жажда нового, давление сверстников и иллюзия доступности «безопасных» вариантов — вот главные ловушки, которые расставляют распространители.

✓ Профилактика — наш главный щит. Она включает:

- честные и открытые разговоры о реальных рисках;
- популяризацию спорта, искусства и живого общения;
- внимательное отношение к изменениям в поведении близких;
- распространение проверенной информации о необратимых последствиях.

! Главное правило, которое стоит запомнить раз и навсегда: лучшая профилактика — это даже не пробовать.

☎ Если вы или ваши близкие столкнулись с бедой — не молчите, помощь рядом:

- Всероссийский телефон доверия: 8-800-2000-122 (анонимно, круглосуточно).
- Горячая линия Минздрава РФ: 8-800-700-50-50.

Пусть эта неделя станет для вас точкой отсчета новых, здоровых привычек.

#Уралздоров #ЗдоровыйУрал