

**«Они закидываются веществом прямо на уроках, но школа замалчивает проблему»**

### ***Психиатр-нарколог о моде на жевательный табак среди подростков***

Валерия Дикарева

4 ДЕКАБРЯ, 2019

В одной из московских школ семиклассница упала в обморок в туалете. Педагоги позвонили родителям, которые тут же примчались и забрали ее домой. Но взрослые так и не поняли, что это не подростковое переутомление. Только одноклассники знали: девочка употребляет жевательный табак, получая концентрацию никотина, во много раз большую, чем от курения сигарет.

Зампред комитета Госдумы по образованию и науке в нижней палате парламента Борис Чернышов обратился к министру внутренних дел Владимиру Колокольцеву и министру просвещения Ольге Васильевой с предложением ввести уголовную ответственность за продажу некурительных видов табака — снюса и насвая. Почему снюс, насвай и подобные вещества стали популярными, чем грозит употребление и как родителям понять, что с их ребенком, рассказал психиатр-нарколог Александр Ковтун.

### **Насвай — проблема многолетняя, а подростки всегда ищут приключений**

— Многие учителя отмечают, что в этом году в школах случился буквально бум на жевательный табак: снюс, насвай и так далее. Вы это замечаете в своей работе с подростками?

— Что касается бума, то он своеобразный. В одной школе — бум, а в другой ничего не слышали. И так на протяжении 25 лет моей профессиональной практики. Нельзя сказать, что все школы заражены.

Сам я с насваем столкнулся, когда еще учился в школе в Казахстане, этот продукт родом из Средней Азии. И в Караганде, где я жил, насвай активно использовался, потому что это город шахтеров. В шахте курение запрещено, поэтому зависимые от никотина шахтеры употребляли насвай, такие зеленые шарики.

А потом пакетики с шариками я уже заметил у старших школьников. У них возникало слюнотечение, одурманенное состояние. Когда таких учеников вызывали к доске, они выходили в потерянном неадекватном состоянии, не концентрировали внимание. Это никотин, но его концентрация в организме в данном случае в несколько раз выше, чем если бы человек курил сигареты.

— И когда в первый раз вы столкнулись с этим как нарколог?

— Когда увеличилась миграция. В таких поездах, как, например, Душанбе — Москва, стали везти бутылки из-под воды, набитые насваем. Однажды, в 2008 году, нас вызвали сделать смывы с предметов в вагоне, искали опиаты. И собаки начали лаять на сумки. Оттуда достали насвай, который, в общем-то, не входит у нас в список наркотических психотропных средств, но собаки реагировали на него.

И сейчас в огромном количестве насвай присутствует в Москве, удовлетворяя спрос и мигрантов, и наших детей.

Мы в школах часто проводим профилактическую работу и это видим. Но когда я в 1999 году работал подростковом наркологом в Костроме, дети уже употребляли насвай.

То есть это проблема многолетняя, не сегодняшнего дня. Правда, государство пока не в состоянии что-то предложить, чтобы уменьшить распространение этих веществ. Сейчас

их даже не нужно ввозить, шарики готовят прямо здесь.

— Какой вывод вы сделали для себя по поводу тех детей, которые употребляют никотин таким образом?

— Всегда какой-то процент подростков во все времена отличается девиантным поведением, и всегда они ищут приключения, психоактивных веществ, изменения собственного сознания. Всегда подростки находили то, что будет выделять их из группы других.

А теперь появился насвай, который ничем не лучше сигарет. Может быть, даже и хуже.

**Они просто следуют принципу «попробовать все»**

— А вам не кажется, что изменился характер употребления? Во «ВКонтакте» подростки хвастаются тем, что употребляют снюс даже во время экзамена.

— Я бы сказал, что характер употребления, наоборот, вызывает подозрения педагогов. Потому что видно же — человек в измененном состоянии, идет слюна, он сплевывает постоянно, это выдает подростка. Всегда снижается успеваемость. На самом деле на уроках употребляют редко, это только те дети, у кого демонстративная составляющая личности начинает преобладать. То есть им нравится, когда одноклассники на них обращают внимание. Но здоровая масса детей старается не поддерживать с такими отношения, понимая, что ни к чему хорошему это не приведет.

— Чем опасны насвай и снюс?

— Их можно объединить, в основе — никотин. В первые минуты он сильно расширяет сосуды, возникает расслабленность, а потом уже сужение идет. Никотин обладает наркогенным эффектом, вызывая зависимость.

Ни у кого, кто начинает пробовать, нет цели употреблять насвай, снюс или сигареты всю жизнь. Они просто следуют принципу «попробовать все», а потом организм требует повторить. И жизнь зависимого человека очень незавидна, он вынужден все время думать о веществе, которое возвращает его в комфортное состояние.

— Снюс и насвай чем-то отличаются?

— Принципиальной разницы нет, и то и другое — жевательный табак, который всасывается через слизистую.

— К чему может привести долгое употребление, особенно если это дети?

— Ну, даже не долгое, достаточно нескольких месяцев употреблять ребенку снюс или насвай, чтобы мы заметили, как у него снижается концентрация внимания, ухудшается память. А внимание и память — это предпосылки интеллекта. И если ребенок веществами ухудшает их, то он не может развиваться, продуктивность его как ученика будет очень низкая. Отдаленные вредные последствия — формирование никотиновой зависимости, в результате которой может быть и рак, и все, что написано на пачках сигарет.

— То есть вот про сжигание слизистой и последующие новообразования — это правду пишут про снюс?

— Если мы осматриваем полость рта, мы можем наблюдать эрозии, язвочки. Всегда есть воспалительные процессы в той зоне, куда прилегают снюс или насвай. Они могут быть хронические и преобразоваться в онкопроцесс. А еще язвы в полости рта — это и любые бактериальные инфекции.

### **Сначала всегда никотин, алкоголь, а потом уже наркотики**

— Где тогда граница между наркотиком и не наркотиком? Почему героин — это наркотик, а снюс и насвай — нет?

— Границу эту устанавливает наше правительство. Наркотиком становится вещество только тогда, когда оно является наркогенным, то есть может вызвать зависимость, вызывает значительные социальные последствия, и когда его юридически включают в список. Поэтому в России к наркотикам отнесены одни вещества, а в других государствах — другие.

— По-вашему, снюс или насвай — это наркотики? Дети вот считают, что нет, что это ерунда. И как им тогда объяснить, что это все же опасно?

— Никотин наркогенным свойством обладает. Но меня государство никогда не спросит, что я считаю.

А ребенку всегда очень сложно ответить и переубедить, если он получил информацию от сверстников, которым он доверяет больше.

Тем более, родители, чтобы уберечь ребенка, часто склонны преувеличивать опасность.

Тем не менее, взрослый человек может почитать источники и разъяснить, что вещества являются опасными вне зависимости от того, зачислили их в наркотики или нет.



— Какова вероятность, что человек после этих веществ перейдет на более тяжелые?

— Всегда выше, чем у того, кто не попробовал никотин, снюс и все остальное. Наркотики — это всегда в третьем эшелоне. Сначала никотин, алкоголь, а потом уже наркотики, и первой в поле зрения попадает марихуана. Личность уже подготовлена, и это последовательный путь для тех, у кого уже есть понимание, что такое измененное сознание, опьянение.

— Правда ли, что снижается возраст первой пробы?

— Дети и в начальной школе начинают. Чаще всего с сигарет. Это мы выявляем по анализам мочи, которую нам приносят родители. Видим, что в начальной школе такие случаи встречаются. А в старшей школе мы раздаем анонимные анкеты. И ребята не доверяют взрослым, поэтому на вопрос, пробовали ли сигареты, насвай и так далее, пишут, что нет. При этом на второй вопрос, были ли они свидетелями, как одноклассники курят, и предлагали ли вам, ответы более откровенные: да, видели, предлагали. Но мы отказались! И по нашим опросам выходит, что от класса к классу идет нарастание, чаще видят, чаще предлагают. Таким образом мы понимаем, что ребенок в неблагоприятной среде и риск вовлечения велик.

— Зачем все-таки подростки это делают?

— Мотивы у каждого свои. Любопытство, желание узнать новое, стать более взрослым, заслужить авторитет у своих сверстников. Кто-то уединяется, чтобы первый раз попробовать, а потом уже делает это при всех. У каждого свой характер. Интересно, что как только появляется возможность получать никотин легально и когда родительский и общественный контроль уже не так волнует, многие возвращаются к обычным сигаретам.

### **Чаще всего школа пытается проблему замолчать**

— В каком состоянии и с какими вопросами к вам приходят родители?

— Человек плохо учится, не слушается, агрессивен, демонстративно употребляет, просит деньги на сигареты, а если не дать, возникают конфликтные отношения, уходы из дома. Бывает, родители обнаружили в кармане что-то непонятное, приносят вещества, тот же насвай и спрашивают нас: «Что это?» Мы его исследуем и подтверждаем.

Кто-то очень тревожный и может сразу привести ребенка, только обнаружив, что он употребляет какие-то вещества. Мы тогда проводим обследование, диагностику, договариваемся с ним на регулярный анализ мочи и что он больше не будет. Это помогает на первых этапах, когда зависимость еще не сформировалась.

— А дети не протестуют?

— Ребенок соглашается всегда, потому что иначе он получает целую систему ограничений от родителей. Его лишают разных благ, причем отцы в этом плане лучше действуют, матери более добры к своим детям.

— Когда читаешь про признаки, там половину можно списать на подростковый возраст: усталость, нарушение концентрации и так далее. Как родителям понять, от чего ребенок упал в обморок в школьном туалете?

— Тут только анализы. Мы по концентрации никотина можем сказать, это скорее

сигареты или снюс. При употреблении последнего показатели всегда выше. И сейчас родители более образованные, они много читают и приходят те, кто заинтересован в жизни своих детей.

— А иногда родители отвечают обеспокоенным учителям, которые нашли у ребенка вещества: «А что, это не запрещено!» И что тут можно сделать?

— От педагога требуются педагогические способности не только по отношению к ребенку, но и по отношению к родителям. Он тоже может быть не информирован, не подозревать опасность, стоять на защите своего ребенка в то время, как нужно немного другую позицию занять. Тут нужно педагогу включить свой талант, чтобы родитель разделил обеспокоенность педагога и включился в решение проблемы.

— Можете привести пример, когда в школе не зарывают голову в песок, а работают над проблемой?

— Например, мы оказываем услуги профилактического характера Московской экономической школе. Два раза в год во всех классах проводим лекции по никотину,

алкоголю, наркотикам. Закончив школу, выпускники уже знают об этом все, что должен знать взрослый человек, они юридически и медицински грамотные.

С родителями мы тоже разбираем, какие вещества есть, какие признаки опьянения, на что нужно обратить внимание. И посещаемость таких занятий очень высокая. Когда в школе у кого-то что-то находится, кто-то поехал за границу и оттуда что-то привез, происходит разбор ситуации и со школьниками, и с родителями. Это очень позитивный пример взаимодействия.

— Такое взаимодействие редкость или типично для современной школы?

— Это просто понимание педагогов, что работа в этой сфере должна вестись планомерно, из года в год. А не только когда что-то случилось и нужны срочные меры. Мы каждый год все заново проговариваем и доносим. И прекрасно, что это понимание у администрации Московской экономической школы есть.

В большинстве случаев я вижу другую картину, когда школа пытается эту тему замолчать, любые факты неблагоприятные скрыть, потому что есть опасность лишиться

премии, получить обвинения в недостаточной профилактической работе. Ни о каких приглашениях специалистов, наркологов, кого угодно нет речи в большинстве школ.

### **В нашем обществе возможности попробовать у всех одинаковые**

— С какого возраста лучше говорить с детьми и как?

— Родители своим примером показывают, как жить, как себя вести, относиться к тем или иным веществам. Они формируют у детей знания в нужном объеме согласно возрасту. Если наркотики целесообразно обсуждать с 15-16 лет, о более простых понятиях, о вреде алкоголя, сигарет можно говорить с 10 лет. Я периодически вижу детишек такого возраста, которые, как раньше, подбирают бычки и в урне могут пошарить. Я и сам так делал, когда маленький был.

— Ну, вот в классе 30 человек, кто-то вообще не знает про наркотики, кто-то уже пробовал. Не будет ли рассказ про вещества провокацией для незнающих?

— Будет. В группе школьников обсуждение данной темы может быть поводом, чтобы более глубоко эту тему узнать и попробовать вещество. Для кого-то эта информация действительно будет предостерегающей. Так что, приходя с лекцией, мы в некотором отношении рискуем.

— Этот риск предотвратить как-то можно?

— Мы информируем, а как дети перерабатывают информацию, за это мы не можем отвечать. Мы же не преподносим употребление как заманчивую вещь с ореолом привлекательности. Мы говорим о негативных последствиях. Но переработка этой информации — дело индивидуальное, и от этого никуда не деться.

— Может ли хорошая девочка-отличница из хорошей семьи попробовать насвай, потому что ей одноклассники сказали: да ладно, это не наркотик?

— Конечно, такое бывает. И мальчика себе найдет еще такого же. Мы живем в обществе, когда возможности попробовать практически у всех одинаковые.

Есть генетические анализы, которые позволяют установить, существует ли предрасположенность у человека к зависимостям.

При рождении ребенку можно провести анализ и сделать научно обоснованное суждение о том, имеет ли он бóльшую предрасположенность по сравнению со среднестатистическим человеком.

— Как вы относитесь к таким тестам?

— Ну, это научные тесты. Если человек информирован, значит, он вооружен. И может применить эту информацию. Если родители сделают анализ, то они могут информировать ребенка, что у него есть генетический риск, и предостеречь от пробы любых психоактивных веществ.



— Ну да, он тогда тут же пойдет и попробует...

— Да, как он эту информацию переработает — это опять же мы не знаем.

— Психологи говорят: каким мы ребенка видим, тому образу он и старается соответствовать. И вот родители получили такой тест и мысленно приклеили ярлык — зависимый...

— Тем не менее, родители сделали все, что должны как родители. Предостерегли ребенка, проинформировали, больше они ни на что повлиять не могут. Ребенок самостоятельный, он же не на привязи. Как он применит знания — это его личная судьба. Я считаю, если есть возможность знать, то лучше знать.

**Всю жизнь контролировать не будешь**

— Бывает, что родители, узнав, что ребенок что-то попробовал, ставят перед ним бутылку или дают пачку сигарет: кури, пока не накуришься. Как вам такой подход?

— Это родительское индивидуальное понимание воспитательной работы. Родитель интуитивно чувствует, что именно такая форма может сработать. Но это очень эмоциональное решение и скорее от отчаяния. О таком мы можем прочитать у Шукшина в рассказах, увидеть в каких-то фильмах.

— Так это может помочь?

— Человек, который подвергся такой воспитательной работе, вряд ли воспримет ее всерьез и последует совету родителей. Считаю, это неразумный способ. Родители ни при каких обстоятельствах не могут настаивать, чтобы употребление продолжалось. Ни один взрослый человек в здравом уме не станет понуждать ребенка наносить себе вред. Просто иногда у родителя нет других способов повлиять.

— А как повлиять?

— Каждый ребенок — индивидуальность, которая требует изучения, прежде чем понять, как на него можно влиять. На подростка очень сложно влиять, они не готовы откровенно обсуждать все обстоятельства. Поэтому родителям лучше начать свой путь с консультации специалиста. И тогда будет понятно, в каком ракурсе говорить о веществах.

— Что может привести родителей к успеху?

— Зачастую сам факт уличения в употреблении насвая или сигарет является травмирующим для ребенка. И если он еще не втянулся в то же курение, а родители поставили вопрос о контроле трезвости, то он не употребляет, лишается благ, выводится из микросоциума, где сложилось употребление, информируются родители тех детей, кто вместе с тем ребенком, и тогда это эффективно.

— И это навсегда?

— Жизнь продолжается, рецидивы возможны, и всю жизнь контролировать не будешь. Родители пытаются влиять, и через какое-то время либо это приводит к положительному эффекту, либо взрослые оказываются бессильны и перестают принимать новые меры, потому что человек достигает совершеннолетия.

Но на том этапе, когда они должны проявиться как родители и выполнить свои обязательства, они пытаются делать все, что могут. Если зависимость еще не сформировалась, у тех детей, которые попали в наше поле зрения, нет употребления, пока есть контроль, пока родители приходят, разговаривают, заставляют сдавать анализы.

— Чем вы можете утешить родителей?

— Само собой все это не пройдет. Надо что-то предпринимать. Если кто-то и пускает ситуацию на самотек, то только от отчаяния. Родителям нужно почаще разговаривать со своими детьми, тогда они будут больше рассказывать о своем социуме, друзьях.

Тогда родители поймут, как они проводят время и куда ходят. И тогда можно

## Психиатр-нарколог о моде на жевательный табак среди подростков

Автор: Admin

06.12.2019 18:05 - Обновлено 06.12.2019 18:12

---

интуитивно почувствовать, о чем следует говорить с ребенком. И когда среди вопросов про отношения, учебу, школу тема психоактивных веществ так или иначе возникнет, доверительным разговором можно попробовать уберечь своих детей от ошибок.

*Валерия Дикарева*

<https://www.pravmir.ru>