

РОДИТЕЛИ ЗА ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ:
*Употребление и злоупотребление психоактивными
веществами: Девочки*

Употребление и злоупотребление психоактивными веществами среди молодежи является губительным для их физического и психического здоровья, а также поведения и отношений с другими. Когда употребление алкоголя или наркотиков начинается в подростковом возрасте, существует повышенный риск нарушения нормального развития мозга, отрицательных последствий для здоровья, развития расстройств, вызванных употреблением/злоупотреблением психоактивных веществ, а также алкогольной или наркотической зависимости. Говорить с подростками о возможных опасностях употребления алкоголя и наркотиков несовершеннолетними важно, однако обладать достоверной информацией – жизненно необходимо. Что касается рисков, выбора психоактивных веществ, причин их использования, а также их воздействия на организм, согласно результатам научных исследований, существует разница между мальчиками и девочками. Информация и ресурсы, указанные в данной информационной публикации, смогут помочь родителям, опекунам и воспитателям организовать содержательные и уместные беседы о конкретных особенностях и опасностях, вызванных употреблением/злоупотреблением психоактивными веществами девочками.



Почему беседовать о ПРЕДОТВРАЩЕНИИ с подростком важно СЕЙЧАС

Большинство информации о разнице между полами в отношении употребления психоактивных веществ получена в результате исследований с участием взрослых. Гендерные различия между мужчиной и женщиной объясняются их ролями, обусловленными культурными традициями; половые различия обусловлены биологическими факторами. Эта информация является особенно важной во время первичной профилактики, поскольку она освещает темы для разговора с девочками о долгосрочных рисках при гендерных и половых различиях, а также потенциально негативных последствиях на ее здоровье. По сравнению с мальчиками, девочки:

Алкоголь

- Коэффициент смертности от употребления алкоголя среди девочек выше, если у них было диагностировано расстройство, вызванное употреблением алкоголя
- Употребление алкоголя в течение продолжительного периода более пагубно сказывается на ее здоровье, даже если она употребляла его не так долго (как мужчина)

Никотин и табак

- Выкуривает меньшее количество сигарет
- Курит сигареты с меньшим содержанием никотина
- Не вдыхает дым так глубоко
- Может курить, чтобы снять стресс или поднять настроение

Марижуана

- Подвержены большему риску нарушения пространственной памяти
- Подвержены большему риску депрессии, тревожного синдрома и приступов паники при употреблении
- Более уязвимы опасности развития расстройства, связанного с употреблением каннабиса

Опиоиды

- Подвержены большему риску испытывать хронические боли, что может привести к более частым рецептурным назначениям опиоидных препаратов
- С большей вероятностью могут употреблять опиоидные препараты при самолечении

Как начать разговор

- ✓ Начинайте пораньше, -- чем раньше начнете говорить с детьми о здоровом образе жизни, тем легче будет обсудить более сложные темы, когда дети подрастут.
- ✓ Не упускайте возможность поговорить об использовании психоактивных веществ: в машине, пока готовите ужин, или когда подросток возвращается из школы.
- ✓ Коснитесь темы, рассказав ему или ей о новости, о которой Вы узнали из газет или по телевизору. Спросите, что Ваш подросток об этой думает, и выслушайте!
- ✓ Если Вам попадаются на глаза изображения / реклама психоактивных веществ по телевизору или в социальных сетях, попросите подростка высказать свое мнение об этом.
- ✓ Ясно высказывайте свою точку зрения, говорите о недопустимости употребления и последствия для здоровья. Выслушайте, что об этом думает подросток. Приветствуйте его вопросы.
- ✓ Поддерживайте диалог на эту тему, беседа об алкоголизме и употреблении алкоголя несовершеннолетними не должна носить одноразовый характер. Дети, которые регулярно слышат последовательное мнение о неупотреблении алкоголя, с меньшей вероятностью пробуют алкоголь.

Разница между мужчинами и женщинами

Результаты исследований, проведенных за последние десятилетия, свидетельствуют о том, что женщины и девушки употребляют больше алкоголя. Один из возможных факторов -- предрассудок о недопустимости алкоголя для женщины уже не настолько распространен. Женщины, возможно, более восприимчивы к влиянию социальной среды, например, празднование в компании, общение за распитием алкоголя, необходимость выпить, чтобы снять стресс.

Присмотримся к алкоголю внимательнее

Хотя алкоголь является психоактивным веществом, которым злоупотребляют в наибольшей степени как несовершеннолетние мальчики, так и девочки, следующие факторы риска касаются именно женщин. О них необходимо поговорить с девочками-подростками.



- Алкоголь из женского организма выводится дольше
- Женский организм абсорбирует большее количество алкоголя вследствие специфики обмена веществ
- Если женщина и мужчина выпьют одинаковое количество алкоголя, его уровень в крови женщины окажется выше, непосредственное воздействие алкоголя проявится быстрее, организму женщины понадобится дольше времени, чтобы справиться с этим воздействием, и с большей вероятностью, алкоголь послужит причиной продолжительных заболеваний
- Женщины более склонны пристраститься к алкоголю
- У женщин алкогольная зависимость вырабатывается скорее
- Женщины, которые употребляют алкоголь в дозах, превышающих умеренные (свыше 7-ми бокалов в неделю), подвергаются большей опасности автомобильных аварий, травм, онкологических заболеваний, гипертонии, инсульта, самоубийств и расстройств, вызванных употреблением алкоголя

Реклама алкоголя и девочки: слабоалкогольные коктейли (Алкопоп) и подверженность их воздействию

Производители алкогольной продукции используют обманчивые методы маркетинга и вводящую в заблуждение рекламу, чтобы привлечь больше внимания к своей продукции. И хотя продажа алкоголя несовершеннолетним до 21 года является незаконной, тем не менее, журналы, социальные сети, телевидение и киноиндустрия, как и реклама самой продукции преподносят ее в свете удовольствий, праздника, которая неизменно в моде, - все это очень обольщает молодежь. Исследование подобных рекламных технологий показывает, что девочки особенно подвержены рекламе компаний, занимающихся сбытом слабоалкогольных коктейлей (солодовых напитков), с приятными фруктовыми или сладкими вкусами (алкопоп).

- Результаты исследований свидетельствуют о том, что частое воздействие рекламы на семиклассниц предвещает употребление алкоголя и проблемы, связанные с его употреблением, уже к 9-му классу
- Девочки подросткового возраста замечают рекламу слабоалкогольных коктейлей чаще, чем совершеннолетние девушки и женщины
- Девочки подросткового возраста (12-20) подвергаются большему влиянию рекламы в журналах, чем женщины возраста, на который такая реклама рассчитана (21-34)
- Девочки могут быть более подвержены рекламе алкогольной продукции, особенно фирменных напитков. Согласно результатам одного исследования, девочки 10 – 14 лет, у которых дома были фирменная алкогольная продукция, с вероятностью в 3,3 раза больше были готовы начать употреблять алкоголь по прошествии 1 – 2 лет, по сравнению с девочками, у которых дома такой продукции не было. Никакой связи между мальчиками, у которых была такая продукция и ранним приобщением к алкоголю в этой возрастной группе не было.⁶
- Фирменная алкогольная продукция со вкусовыми добавками, как например Smirnoff Ice, Mike's, а также Bartle's и Jaumes популярна среди несовершеннолетних девочек в два раза больше, чем среди мальчиков.

Реакция алкогольной промышленности?

"Великолепие этой группы напитков (алкопоп) в том, они что привлекают новичков, которым совсем не нравится вкус пива".
"Это -- великолепная комбинация газированного фруктового сока и крепленного лимонада".

Alcohol Policy MD

http://www.alcoholpolicymd.com/alcohol_and_health/alcopops_and_girls.htm

Center on Alcohol Marketing & Youth

<http://www.camy.org/resources/fact-sheets/women-girls-and-alcohol/>

Центры контроля и профилактики заболеваний (Centers for Disease Control & Prevention)

<https://www.cdc.gov/alcohol/fact-sheets/womens-health.htm>

Everyday Health: Effects of Alcohol on Women

<http://www.everydayhealth.com/womens-health/effects-of-alcohol-on-women.aspx>

Substance Use in Women: National Institute on Drug Abuse

<https://www.drugabuse.gov/related-topics/women-drugs>

Women & Alcohol

<http://www.helpguide.org/harvard/women-and-alcohol.htm>

Washington State Liquor and Cannabis Board

<http://www.liq.wa.gov/education/teen-girls-and-alcohol>

Информация для этой публикации была частично заимствована из указанных выше источников.