

Руденок Василий Петрович

канд. полит. наук, профессор

Чебуняев Артём Олегович

бакалавр, студент

НОУ ВО «Московский технологический институт»

г. Москва

КУРИТЕЛЬНЫЕ СМЕСИ «СПАЙС»: ОПАСНОСТЬ И ПРОФИЛАКТИКА

Аннотация: статья посвящена проблеме употребления курительных смесей как одной из актуальных угроз здоровью населения, особенно среди молодёжи. Описаны основные психические и соматические последствия употребления: от когнитивных нарушений и тревожных расстройств до тяжёлых соматических поражений и риска летального исхода. Особое внимание уделяется внешним признакам употребления, значимым для раннего выявления проблемы в семье и образовательной среде. Сформулированы практические рекомендации для родителей и педагогов по профилактике, тактичному информированию и своевременному обращению за специализированной помощью.

Ключевые слова: профилактика наркомании, подростки, родительский контроль, педагогическая профилактика.

Употребление курительных смесей «спайс» наносит невосполнимый вред здоровью, их оборот в Российской Федерации запрещён (ст. 228 УК РФ). Данный материал носит исключительно информационный (или профилактический) характер и не является пропагандой.

1. Что такое курительные смеси и их влияние на организм.

Курительные смеси («Спайс», «Spice/Smoke» и др.) – это смеси трав, в состав которых добавляют психоактивные вещества, чаще всего синтетические каннабиноиды (аналоги ТГК). Их продажа маскировалась под «благовония» и распространялась через интернет.

Изначально при выявлении таких смесей существовала сложность с обнаружением активных веществ: добавлялись балластные компоненты, а состав

менялся. В итоге стало известно, что действуют в основном синтетические вещества, а не «растительные» компоненты смеси.

По эффектам курительные смеси могут напоминать действие ТГК, но вопрос о сравнении рисков с марихуаной остаётся крайне проблемным: реакции у разных людей могут существенно отличаться – от сильного возбуждения и психозов до тяжелых соматических реакций и аллергии. Медицинская практика описывает случаи развития психотических состояний, опасного поведения и неблагоприятных исходов.

2. Последствия употребления курительных смесей.

Среди возможных последствий отмечают:

- паранойю, галлюцинации (иногда длительные);
- тревогу, панические атаки;
- тахикардию, проблемы с сердцем;
- тошноту, рвоту, сильные головные боли;
- нарушения координации, речи, мышления;
- поражение почек и другие токсические эффекты;
- обострение/провоцирование психических расстройств.

Употребление может запускать деструктивные изменения в организме: ухудшение внимания и памяти, снижение контроля над эмоциями, рост депрессивных состояний, формирование зависимого поведения. Возможны нарушения иммунитета, гормонального фона, а также более высокий риск тяжелых заболеваний (в т. ч. кардиоваскулярных и онкологических – по совокупности факторов и тяжести токсического воздействия).

Отдельный риск – непредсказуемость состава: производители и «маркетинг» меняют смеси, из-за чего тяжесть эффектов может резко варьировать.

3. Влияние на организм (психические и соматические проявления).

Спайс – общее название разных смесей, которые продаются под разными брендами. Состав варьирует: используются различные травы и добавки, а также синтетические компоненты. На практике это означает, что человек не может достоверно знать, что именно он получил.

Часто описываются:

- ухудшение когнитивных функций (памяти, внимания);
- скачки давления и неприятные вегетативные реакции;
- психоактивные эффекты (эйфория, искажение восприятия);
- галлюцинации и выраженная тревога после окончания действия;
- депрессивные состояния, нервозность, мания преследования.

Сообщается и о воздействии дыма/токсических компонентов на дыхательные пути, сердце и нервную систему. Регулярное употребление повышает риск зависимости и усугубляет нарушения психики и поведения.

4. Как выявить человека, употребляющего курительные смеси.

Эффект может длиться от десятков минут до нескольких часов. Возможные признаки:

- кашель, жжение слизистой, сухость во рту;
- покраснение/«мутный» вид глаз;
- нарушение координации, заторможенность мышления;
- изменение речи (замедленность, «тяжелая» речь);
- застывание, резкие перепады поведения и эмоций;
- приступы смеха или неконтролируемые реакции;
- слуховые/зрительные искажения, возможные галлюцинации;
- учащенный пульс, бледность кожных покровов.

Важно: один признак сам по себе не доказывает употребление. Однако резкие и устойчивые изменения поведения – повод для аккуратной проверки и разговора.

5. Что важно знать родителям.

Наркотики – это риск разрушения здоровья, психологических проблем, зависимого поведения и криминальных последствий. Значительная роль принадлежит семье: детям нужна вовлеченность и внимание.

Родителям рекомендуется:

- чаще обсуждать с ребенком разные темы, уделяя внимание правилам личной безопасности;

- быть поддержкой, а не только контролем;
- при подозрениях наблюдать за изменениями поведения и круга общения;
- при подтвержденных признаках употребления не откладывать обращение к специалисту-наркологу.

Если возникают явные признаки, важно говорить прямо о беспокойстве, сохранять спокойный тон и добиваться профессиональной помощи.

6. Рекомендации педагогу по профилактической работе.

Профилактика среди подростков требует тактичности и системного подхода: учитывать психологические и правовые аспекты, избегать паники и необоснованных обвинений.

Принципы работы:

- продумывать формат беседы под возраст и аудиторию;
- говорить без «голых» утверждений и без запугивания ради запугивания;
- избегать резких, нетактичных формулировок, которые могут привести к конфликту с семьей и психотравме у учащегося;
- опираться на факты, логику и понятные примеры, обеспечивать возможность участникам включаться в обсуждение;
- помнить: информация о наркотиках без учета подростковой психологии может вызвать нездоровый интерес.

7. Важные выводы.

Основные риски:

- высокая доступность смесей;
- быстрое формирование зависимости;
- необратимые последствия для здоровья;
- риск летального исхода.

Необходимые меры:

- своевременное выявление проблемы;
- профессиональная помощь;
- комплексный подход к профилактике;
- информирование всех участников образовательного процесса.

Важно помнить, что профилактика наркомании требует системного подхода и постоянного внимания со стороны педагогов и родителей. Раннее выявление проблемы значительно повышает шансы на успешное решение.

Главная опасность спайсов – их доступность и быстрое формирование зависимости. При подозрении на употребление необходимо незамедлительно принимать меры и обращаться за профессиональной помощью.

Список литературы

1. Последствия курения спайса. – URL: <http://ialive.ru/privychki/kurenje/posledstviya-kureniya-spaisa.html> (дата обращения: 14.07.2026).
2. Осторожно – спайс! – URL: <http://www.31gp.by/informatsiya/77-ostorozhno-spajs> (дата обращения: 14.07.2026).
3. Наркотикам нет. – URL: <http://narcotikam.net> (дата обращения: 14.07.2026).
4. URL: <http://pgossh16.info/index.php/roditelyam/spajs.html> (дата обращения: 14.07.2026).