

**РАБОТА МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РАМКАХ ИСПОЛНЕНИЯ ПЛАНОВ ПРОВЕДЕНИЯ
РЕГИОНАЛЬНЫХ ТЕМАТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ПОДДЕРЖКЕ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ТЕРРИТОРИИ КУЗБАССА В 2024 ГОДУ**

Неделя профилактики употребления наркотических средств

(26.02 – 03.03.2024 г.)

Проблема современного общества

- Распространение употребления наркотиков и наркозависимости одна из самых серьезных проблем современного общества.
- Наркотики – это вещества, оказывающие воздействие на нервную систему и вызывающие изменение сознания человека.
- Среди наркоманов большинство – молодые люди, в основном не старше 35 лет. Приобщение к наркотикам у большинства происходит «за компанию», из-за желания казаться старше, для «борьбы с проблемами» или для получения острых ощущений.



Причины развития зависимости

- Наркомания – это непреодолимое влечение к психоактивному веществу. Основной признак развития наркозависимости: привыкание к наркотику, необходимость увеличивать дозу и частоту приема, появление физической зависимости от наркотика – появление абстинентного синдрома, или «ломки», в отсутствие очередной дозы.
- Алкоголь и табак тоже относятся к психоактивным веществам, хоть юридически наркотиками не считаются.



Изменения психики при наркомании

- Все психоактивные вещества – яды, из-за гибели клеток мозга у наркомана нарушается мышление, снижается интеллект и память.
- Употребление наркотиков вызывает изменения психики, аналогичные появляющимся при шизофрении: замкнутость, обеднение эмоциональных реакций, расстройства восприятия, двигательные нарушения.



Воздействие на организм

- Поскольку все яды в организме обезвреживаются печенью, прием наркотиков вызывает гибель ее клеток и развитие цирроза.
- Из-за постоянной стимуляции систем организма у наркоманов быстро истощается сердечная мышца, и значительно снижается иммунитет.
- Кроме того, из-за пользования общими шприцами и отсутствия половой гигиены наркоманы нередко заражают друг друга гепатитом В и С, сифилисом и ВИЧ-инфекцией.
- Часто встречаются у потребителей наркотиков туберкулез и сепсис.



Последствия



- Наркоман лишается большинства своих социальных контактов. Из-за нарушения эмоционально-личностной сферы он становится неинтересен бывшим друзьям, а основной предмет его собственных интересов - поиск и употребление очередной дозы.
- Поиск денег для покупки наркотиков перемещает людей в криминальные слои общества, а затем толкает на преступления, в том числе и тяжкие.
- Гибель от употребления наркотиков наступает очень быстро, что приводит к увеличению смертности среди молодежи.

Профилактика наркомании

В основе профилактических мер должен лежать принцип предоставления подросткам и детям альтернативы наркотикам. Важно сформировать внутри общества стойкое мнение о том, что спорт, творчество и увлечения наукой это круто, престижно и увлекательно. При этом государство обязано позаботиться о всеобщей доступности подобных видов досуга.



Признаки употребления наркотиков



- Бледная кожа, повреждения долго не заживают
- Скрывает новые интересы и новых знакомых от близких людей
- Стараются уединиться
- Становится раздражительным и неконтактным
- Непривычный блеск глаз, зрачки расширены постоянно независимо от освещения, или размером с маленькую точку
- Из дома пропадают вещи и деньги
- Следы уколов на руках, ногах, подмышками, вены плотные и синие

Предметы, часто встречающиеся у людей, употребляющих наркотики



- Шприц
- Игла
- Сложенная фольга
- Закопченная ложка
- Целлофановый или газетный сверток
- Пластиковая бутылка 0,3-0,5 л
- Резиновый жгут или катетер
- Предметы, напоминающие курительные трубки
- Пустые упаковки из под противоаллергических препаратов
- Вата

Профилактика наркомании

Первичная профилактика наркологических заболеваний включает также мероприятия, направленные на своевременное предупреждение факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний, в первую очередь, потребления алкоголя, табака и немедицинского потребления психоактивных веществ.

АЛГОРИТМ РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ ЛИЦ С НАРКОЛОГИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ ИЛИ РИСКОМ ИХ РАЗВИТИЯ ПРИ ОКАЗАНИИ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

При обращении пациента за оказанием первичной медико-санитарной помощи

в рамках диспансеризации и профилактических медицинских осмотров

в рамках амбулаторного приема по заболеванию и прочих обращений

проведение анкетирования граждан в возрасте до 65 лет на выявление ХНИЗ

скрининг-анкетирование с применением опросника AUDIT-C

при положительном ответе на пункт 24 анкеты ИЛИ более 2 (двух) баллов при ответах на вопросы пунктов 25-27 анкеты или опросника AUDIT-C:

- скрининг-анкетирование с применением опросников AUDIT и DAST-10;
- оценка (при наличии) результатов биохимических исследований крови (GGT (гамма глутамилтрансферазы), AST и ALT (аспартат- и аланинаминотрансферазы), MCV (среднего корпускулярного объема эритроцитов))

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Приложение 6.

Анкета для граждан в возрасте до 65 лет на выявление хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача


 Министерство здравоохранения Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное учреждение
 «Национальный исследовательский центр
 психиатрии и наркологии имени С.С. Корсакова»

Под редакцией Драпкиной О.М.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО МЕДИЦИНСКОГО
ОСМОТРА И ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ
ОПРЕДЕЛЕННЫХ ГРУПП
ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

Методические рекомендации



Москва 2020

25.	Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?				
	Никогда (0 баллов)	Раз в месяц и реже (1 балл)	2–4 раза в месяц (2 балла)	2–3 раза в неделю (3 балла)	> 4 раз в неделю (4 балла)
26.	Какое количество алкогольных напитков (сколько порций) Вы выпиваете обычно за один раз? 1 порция равна 12 мл чистого этанола ИЛИ 30 мл крепкого алкоголя (водки), ИЛИ 100 мл сухого вина, ИЛИ 300 мл пива				
	1–2 порции (0 баллов)	3–4 порции (1 балл)	5–6 порций (2 балла)	7–9 порций (3 балла)	>10 порций (4 балла)
27.	Как часто Вы употребляете за один раз 6 или более порций? 6 порций равны ИЛИ 180 мл крепкого алкоголя (водки), ИЛИ 600 мл сухого вина, ИЛИ 1,8 л пива				
	Никогда (0 баллов)	Раз в месяц и реже (1 балл)	2–4 раза в месяц (2 балла)	2–3 раза в неделю (3 балла)	> 4 раз в неделю (4 балла)
Всего баллов за ответы на вопросы № 25–27					

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Приложение 30. Опросник AUDIT

Приложение 30.

Опросник AUDIT²³

Отметьте, пожалуйста, тот вариант ответа, который наиболее соответствует вашей ситуации в отношении приема алкоголя.

1. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки? Постарайтесь припомнить также и те случаи, когда Вы принимали спиртное в небольшом количестве, например, бутылку пива средней крепости или немного вина.

0	Никогда
1	Примерно раз в месяц или реже
2	2–4 раза в месяц
3	2–3 раза в неделю
4	4 раза в неделю или чаще

2. Сколько порций алкогольных напитков Вы употребляете в обычный день, когда Вы пьете?

0	1–3 порции
1	4–5 порций
2	6–8 порций
3	9–12 порций
4	13 и более порций

3. Как часто Вы выпиваете шесть или более стандартных порций алкогольных напитков за один раз?

0	Ни разу
1	Реже, чем раз в месяц
2	Раз в месяц
3	Раз в неделю
4	Ежедневно или почти ежедневно

4. Как часто за последний год Вы не могли остановиться после того, как начали употреблять алкоголь?

0	Ни разу
1	Реже, чем раз в месяц
2	Раз в месяц
3	Раз в неделю
4	Ежедневно или почти ежедневно

5. Как часто за последний год Вы не смогли сделать того, что было запланировано, по причине употребления алкоголя?

0	Ни разу
1	Реже, чем раз в месяц
2	Раз в месяц
3	Раз в неделю
4	Ежедневно или почти ежедневно

6. Как часто за последний год Вам было нужно выпить с утра, чтобы прийти в себя после того, как Вы накануне употребляли алкоголь?

0	Ни разу
1	Реже, чем раз в месяц
2	Раз в месяц
3	Раз в неделю
4	Ежедневно или почти ежедневно

7. Как часто за последний год Вы чувствовали вину или раскаяние после употребления алкоголя?

0	Ни разу
1	Реже, чем раз в месяц
2	Раз в месяц
3	Раз в неделю
4	Ежедневно или почти ежедневно

8. Как часто за последний год Вы не могли вспомнить то, что было накануне, по причине употребления алкоголя?

0	Ни разу
1	Реже, чем раз в месяц
2	Раз в месяц
3	Раз в неделю
4	Ежедневно или почти ежедневно

9. Получали ли Вы или кто-то другой травмы в результате того, что Вы употребляли алкоголь?

0	Нет
2	Да, но не в течение последнего года
4	Да, в течение последнего года

10. Особочены ли Ваши близкие, друзья, врач или кто-то другой тем, что Вы выпиваете? Предлагали ли они Вам сократить прием алкогольных напитков?

0	Нет
2	Да, но не в течение последнего года
4	Да, в течение последнего года

Сосчитав сумму номеров выбранных вами ответов, Вы получите результат в баллах. Всего: _____ Дата: _____

Кол-во баллов	Степень риска
0–7	Небольшая степень риска от употребления алкоголя
8–10	Средняя повышенная степень риска от употребления алкоголя
11–14	Значительно повышенная степень риска от употребления алкоголя
15–19	Высокая степень риска от употребления алкоголя
20–40	Очень высокая степень риска от употребления алкоголя

Пояснения к опроснику для пациентов

Если, согласно тесту, степень риска потребления алкоголя повышена или Вы принимаете в течение недели как минимум шесть доз алкогольных напитков, стоит задуматься над сложившейся ситуацией и уменьшить потребление алкоголя.

Подумайте, какие изменения в приеме алкоголя Вам стоит сделать и какая польза могла бы быть от этого. Что подходит Вам больше: только сократить прием алкоголя или полностью прекратить его употребление?

Даже если Вы озбочены результатом теста, стоит помнить, что вред от воздействия алкоголя и проблемы, вызванные приемом алкоголя, обычно можно уменьшить или исправить полностью, если вовремя остановиться.

Если решите сократить количество выпиваемого Вами алкоголя или полностью прекратить его прием, Вы можете сделать это и самостоятельно. Повторите тест через несколько месяцев и сосчитайте количество полученных баллов.

Обратитесь за помощью к специалисту, у Вас есть на это право. Особенно, если сумма набранных Вами баллов превышает 10, стоит посоветоваться с врачом. Вы сможете получить разъяснения по поводу того, как алкоголь влияет именно на Вас и Ваше здоровье. Вам помогут уменьшить или прекратить прием алкогольных напитков.



²³ Тест разработан ВОЗ. URL: apps.who.int/ebwha/pdf_files/EB126/B126_R11-m.pdf?ua=1

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОПРОСНИКА AUDIT

Баллы	Интерпретация Уровень риска	Вид рекомендаций
0-7	Низкий риск для здоровья вследствие потребления алкоголя/ низкая вероятность алкогольной зависимости.	Информирование по проблемам, связанным с употреблением алкоголя
8-15	Зона чрезмерного или рискованного/ опасного потребления алкоголя (увеличение риска вредных последствий для здоровья в будущем)	Простая рекомендация
16-19	Употребление алкоголя с вредными / пагубными / опасными последствиями (высокий долгосрочный риск заболеваний, например, для заболеваний печени, сердца и т.д.) для здоровья.	Краткая консультация с мониторингом
> 20	Возможно наличие алкогольной зависимости.	Направление к психиатру-наркологу

СКРИНИНГ-ТЕСТ НА УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ (DAST10)

№ п/п	Вопросы	Ответы	
		Нет	Да
1.	Принимали ли Вы наркотические или психотропные вещества без рекомендации врача?	Нет	Да
2.	Употребляли ли Вы одновременно более чем одно психотропное вещество /наркотик?	Нет	Да
3.	Считаете ли Вы, что можете прекратить употребление психотропных веществ/наркотиков без назначения врача, всегда, когда захотите?	Нет	Да
4.	Бывали ли у Вас состояния полного «отключения» или «вспышки пережитого» в результате приема психотропных веществ/наркотиков без назначения врача?	Нет	Да
5.	Вы когда-нибудь чувствовали себя плохо или вину из-за употребления психотропных веществ/наркотиков без назначения врача?	Нет	Да
6.	Проявляли ли беспокойство или недовольство по поводу Вашего употребления психотропных веществ/наркотиков без назначения врача близкие вам люди -родители, братья, сестры и т.д.?	Нет	Да
7.	Приходилось ли Вам игнорировать семью или обязанности, связанные с работой или учебой из-за приема психотропных веществ/наркотиков без назначения врача?	Нет	Да
8.	Вовлекались ли Вы в противоправную деятельность, чтобы достать психотропные вещества/наркотики?	Нет	Да
9.	Испытывали ли вы симптомы отмены (плохое самочувствие) после прекращения приема психотропных веществ/наркотиков без назначения врача?	Нет	Да
10.	Есть ли у Вас медицинские проблемы, связанные с приемом психотропных веществ/наркотиков без назначения врача (например, нарушения памяти, гепатит, ВИЧ- инфекция, судороги, кровотечение и т.д.)?	Нет	Да

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОПРОСНИКА DAST10

Количество баллов	Уровень риска	Предлагаемые действия
0	Нет риска	Никаких
1-2	Низкий уровень	Наблюдение, назначение следующей встречи с повторной оценкой
3-5	Средний уровень	Углубленная оценка и консультация
6-8	Существенный уровень	Углубленная оценка и консультация, направление к специалисту (психиатру-наркологу)
9-10	Тяжелый уровень	Углубленная оценка и консультация, направление к специалисту

ОЦЕНКА ФИЗИКАЛЬНОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ ПАЦИЕНТА

1. Карта физических признаков хронической алкогольной интоксикации (ХАИ)-модифицированный тест «сетка LeGO»

Признаки	Наличие
Ожирение	
Дефицит массы тела	
Транзиторная артериальная гипертензия	
Тремор	
Полинейропатия	
Мышечная атрофия	
Гипергидроз	
Гинекомастия	
Увеличение околоушных желез	
Обложенный язык	
Наличие татуировки	
Контрактура Дюпюитрена	
Венозное полнокровие конъюнктивы	
Гиперемия лица с расширением сети кожных капилляров	
Гепатомегалия	
Телеангиоэктазии	
Пальмарная эритема	
Следы травм, ожогов, костных переломов, обморожений	

Тест на состояние ХАИ считается положительным при наличии 7 и более признаков, что может свидетельствовать о регулярном употреблении алкоголя

ОЦЕНКА ЖАЛОБ, ФИЗИКАЛЬНОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ ПАЦИЕНТА, ИМЕЮЩИХСЯ СОПУТСТВУЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Признаки для «наркологической» настороженности врача:
бледность кожных покровов или кожа землистого оттенка, следы травм, ожогов
низкая масса тела или ее снижение за последнее время
лимфостаз (пастозность) на кистях, стопах
расслаивание ногтей, разрушение зубной эмали
многочисленные следы от в/в инъекций по ходу поверхностных вен шеи, подключичной области, плеч, предплечий, голеней, стоп, межпальцевых промежутков кистей рук и стоп, в паховой области
вены склерозированные, наличие «дорожек» по ходу вен
следы от перенесенных постинъекционных абсцессов, пиодермии, флегмоны
психомоторное возбуждение, неусидчивость, вычурные, неестественные движения тела, конечностей, «заламывание» и выкручивание рук
жалобы на нарушение сна, бредовые идеи (идеи преследования, воздействия)
дистрофические изменения миокарда
вирусные и/или токсические гепатиты, ВИЧ-инфекция
пневмонии
токсическая энцефалопатия с грубой неврологической симптоматикой
полинейропатии

ОЦЕНКА (ПРИ НАЛИЧИИ) РЕЗУЛЬТАТОВ БИОХИМИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ КРОВИ

(GGT (гамма глутамилтрансферазы), AST и ALT (аспартат- и аланинаминотрансферазы), MCV (среднего корпускулярного объема эритроцитов))

Референтные значения (ориентировочные) активности ГГТ, АСТ и АЛТ, MCV

№ п/п	Показатель	Референтные значения		Единицы измерения
		муж.	Жен.	
1	ГГТ	менее 50	Менее 30	Ед/л
2	АСТ	5-40	5-40	Ед/л
3	АЛТ	5-40	5-40	Ед/л
4	MCV	80-94	81-99	фл (фемтолитр)
5	коэффициента де Ритиса (АСТ/ АЛТ)	0,91-1,75		