



# Зиянды әдеттер

БИОЛОГИЯ • САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫ • ЗИЯНДЫ ӘДЕТТЕР

## 1-бөлім: Темекі және ішімдік

### • Рұқсат етілген есірткі дегеніміз не?

Есірткі (препарат) – ағзамыздың жұмысын және сана-сезімімізді өзгертетін кез-келген зат. Есірткілерді екіге жіктеуге болады: рұқсат етілген, рұқсат етілмеген. Рұқсат етілген есірткілерге медициналық мақсаттарда қолданылатын ацетилсалицил қышқылы (аспириннің құрамында бар) немесе кофеин (кофенің құрамында бар) секілді көңіл көтеретін жеңіл препараттар жатады.

Есірткінің рұқсат етілген немесе рұқсат етілмеген болуы елдерге байланысты өзгереді. Мысалы, егер сіз 18 жастан асқан болсаңыз, онда сізге Ұлыбританияда алкогольді алуға рұқсат етіледі, бірақ кейбір Таяу Шығыс елдерінде рұқсат етілмеген. Есірткі рұқсат етілсе де, бұл оның зиянсыз екендігін білдірмейді. Көптеген рецепттерде жазылатын препараттардың қосымша әсерлері болады, олар препараттарды қолданған кезде байқалады, ал кейбіреулеріне адам үйреніп қалады. Соған қарамастан, рұқсат етілген медициналық препараттар емделушінің денсаулығын жақсарту мақсатында рұқсат етілген, сол себепті олардың артықшылығы қауіпке қарағанда басымырақ.

Алкоголь сияқты рұқсат етілген көңіл көтеретін препараттар да қауіп төндіреді және мөлшермен қолданылмаса ағзаға үлкен зиян келтіруі мүмкін. Кейбір адамдар рұқсат етілген препараттарға тәуелді болады.



Нұсқау бойынша жіберілген көптеген препараттар, қабылдануына байланысты әртүрлі жанама әсерлер тудырады

### • Ұсынылатын фильм

- Қауіпті есірткілер

### • Алкоголь біздің денсаулығымызға қалай әсер етеді?

Алкоголь жемістердің немесе көкөністердің дәндерін ашыту арқылы жасалады және Ұлыбританияда кең таралған рұқсат етілген препарат ретінде саналады. Алкоголь қоғамда кеңінен пайдаланылады, себебі аз мөлшерде ішкенде ол көңіл-күйді көтеріп, демалуға көмектеседі.

Алкоголь ағзаға ішуді бастаған кезден бастап әсер етеді. Ол асқазан мен ішектің қабырғалары арқылы оңай өтіп, қанға сіңеді. Содан кейін бүкіл ағзаға тасымалданып, барлық ұлпаларға еніп, жүйке жүйесі мен миға да барады.

Алкоголь стимулятор емес депрессант болып табылады, соның салдарынан мидың жұмысын тежейді. Іс-қимылда болатын ақаулар түсініксіз сөйлеуге, тез адасуға және жүрістің қиындауына әкелуі мүмкін. Сонымен қатар алкоголь өзіңізді тұйық сезіндірмейді, ол қоғамда ұялатын адамдарға жақсы болып көрінуі мүмкін, шамадан тыс алкоголь пайдалану тәуекелшіл болуға және дөрекі әрекеттерге әкелуі мүмкін.

Алкогольдің зиянына ұшырайтын тек сіздің жүйке жүйеңіз ғана емес. Ол, аз мөлшерде қолданылғанда, ағзаға зиян келтірмес бұрын бауыр арқылы ыдырайтын у. Егер аз уақыт ішінде көп мөлшерде қолданылса, бауырға салмақ

түсіп, улануы мүмкін. Алкогольдің жүйке жүйесіне депрессант ретінде әсер етуінен адам дем ала алмай қалуы, жүрегі соқпай қалуы немесе өзінің құсығына шашалып қалуы мүмкін. Сондай-ақ, асқазанға, ауызға, ұйқы безіне және теріге зиян келуі мүмкін.

Алкоголиктер көптеген физикалық қатерлермен ауырады. Бірнеше жыл бойы ішетін адамдар, алкогольге тәуелді болғандықтан ішуі мүмкін. Алкоголизм ми мен бауырдың ұзақ мерзімдік ауруына әкеліп, ең соңында өлімге душар етеді.

Егер алкоголь қазіргі уақытта ашылса, рұқсат етілмеген есірткілердің қатарына жататынына еш күмән жоқ.



Алкоголь – әлемдегі ең көп қолданылатын препараттардың бірі

**Қосымша сұрақ**

**С1. Мастық дегеніміз не?**

Қысқа уақыт аралығында көп мөлшерде алкоголь пайдалану мастық болып есептеледі. Ерлер мен әйелдер қолданатын алкоголь мөлшері олардың физиологиясына байланысты әртүрлі болады. Ерлердің қысқа уақыт аралығында үш шыныаяқ сыра ішуі мастыққа әкелуі мүмкін, ал әйелдер үшін сол уақыт аралығында 2 шыныаяқ сыра немесе екі бокал шарап ішу мастыққа әкеледі.

**• Ұсынылатын фильмдер**

- Ішімдік және ми
- Ішімдік: У

**ДИАГРАММА 01:**



**Алкоголь бірліктері**

БИОЛОГИЯ • САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫ • ЗИЯНДЫ ӨДЕТТЕР



**• Темекі шегу ағзаға қалай әсер етеді?**



Темекі жанған кезде 4000-нан астам әртүрлі химиялық заттар бөледі

Никотин – темекінің құрамында болатын препарат, жәндіктерден қорғану үшін өсімдіктер өндіретін табиғи. Никотин – бұл стимулятор, мидың белсенділігі мен концентрациясын арттырады, ол темекі шегетін адамға тыныштық пен демалыс сезімдерін береді, бірақ жүрек жиырылуының үдеуін арттырады және қан қысымын жоғарылатып, темекі шегушінің тыныс алуын тездетіп, терең демалдырады.

Темекі түтінінің құрамында 4000-нан астам химиялық заттар бар. Солардың ішіндегі химиялық заттардың бірі шайыр тәрізді жабысқақ қара зат, ол өкпеде жиналып, алқызыл түсті сұр түске айналдырады. Шайыр альвеолярлық қапшықтарды зақымдап, тыныс алу жүретін өкпе мен қантамырлардың арасында кедергі жасайды. Альвеолярлық қапшықтардың зақымдануы олардың жұмысына кедергі болып, эмфизема атты тыныс алу жағдайына әкеледі. Тыныс алу шулы болып, ағза жеткілікті мөлшерде оттегіні алмайды, ол іс-әрекетті азайтып, адамның өмірін қысқартады.

Шайыр, сонымен қатар, канцероген (рак ауруын тудырады) болып табылады. Темекі шегу 80%-дан асқан жағдайда өкпе рагына әкеледі. Өкінішке орай, рақтың бастапқы кездерін айыру қиын, көптеген жағдайда оның белгілері байқалмайды.

Темекі шегу қанайналым жүйесін бұзуы мүмкін, ол темекі түтініндегі химиялық заттардың әсерінен болады, қантамырлардың қабырғаларын бұзып және тығыздалу ықтималдылығын арттырады. Бұл жүрек ауруларына, қан ұюы мен инсультке жеткізеді.

Егер темекі қазіргі уақытта ашылса, рұқсат етілмеген препарат қатарына жатар еді.

## ДИАГРАММА 02:



### Қосымша сұрақ

**C2. Темекі шегу жүкті әйелдерге қалай әсер етеді?**

Темекі түтінінде улы газ бар, ол тұншықтырғыш газ деп аталады. Бұл газ қанға сіңетін оттегі мөлшерін азайтады. Темекі шегетін жүкті әйел дамушы ұрыққа қажет оттегіні тежейді. Ол салмағы аз баланың алдын ала дүниеге келу мүмкіндігіне әкеледі, сонымен қатар өлі бала мен түсіктің қаупін арттырады.

### • Ұсынылатын фильм

- Темекінің құрамында не бар?

## 2-бөлім: Рұқсат етілмеген есірткілер

### • Рұқсат етілмеген есірткі дегеніміз не?

Есірткі – ағзаның жұмыс істеуі мен сана-сезімді өзгертетін кез-келген зат. Есірткіні екі түрге жіктеуге болады: рұқсат етілген және рұқсат етілмеген. Есірткілер көңіл көтеру үшін қолданылады, мысалы, героин немесе кокаин, ал кейбір адамдар оларды медициналық мақсаттарда қолданады, мысалы, қарасора.

### • Ұсынылатын фильм

- Қауіпті есірткілер

### Қосымша сұрақ

**C3. Есірткіні заңдастыру керек пе?**

Ұлыбританияда есірткінің заңдылығын қолдайтын адамдардың айтуынша, есірткіні пайдалану әрбір адамның жеке өз таңдауына негізделген және мемлекет оған араласпау керек. Олар, сонымен қатар, есірткі қолданушыларды тәуелділіктен емдеу керек кезінде жазаға тартатыны жайлы айтқан. Есірткінің заңды болуына қарсы адамдардың айтуынша, әрбір мемлекеттің халықты қорғауға алу міндеті бар, кейбір есірткілерге рұқсат бермеу арқылы үкімет зиянды әдеттердің алдын алады. Сонымен қатар есірткіні рұқсат ету оны пайдалануды арттырып, оларды қолданғанда пайда болған тәуелділікпен күресу жолындағы адамдардың да санын арттырады.

### • Адамдар есірткіні не үшін пайдаланады?

Кейбір адамдар есірткіні уайымдағанда, шын өмірді ұмыту үшін немесе тәжірибе ретінде пайдаланады. Есірткі өзінді жақсы сезінуге немесе қиындықтарды ұмытуға көмектеседі. Қоғамның түсіретін қысымы да әсер етуі мүмкін.

Әртүрлі есірткілер әртүрлі әсер береді. Кейбіреулері стимулятор ретінде, ағзадағы құбылыстарды тездетеді, оларға экстази мен кокаин жатады. Басқалары депрессанттар ретінде кері әсер етеді, олар ағзадағы процестерді тежейді, мысалы, қарасора (марихуана). Адамдар әлеммен басқаша қарым-қатынасқа түскісі келеді, соған жету үшін галлюциногендерді пайдаланады, олар басқаша нәрселерді көруге, естуге немесе сезуге көмектеседі. Опиаттар, героинге ұқсас, ауырсынуды сездірмейді, соның әсерінен шын өмірден немесе сезімдерден айрылуға болады. Кейбір опиаттар тынышталу үшін немесе галлюциноген ретінде қолданады. Өкінішке орай, көңіл көтеретін есірткілерге адам үйреніп қалады, ақыр соңында адамдар жоқтықтың белгісін сезінбеу үшін үнемі пайдаланады.



Қарасора жабайы табиғатта өсетін өсімдіктен жасалады

#### Қосымша сұрақ

##### С4. Есірткі спорттық нәтижелерді қалай жақсартады?

Кейбір есірткілер спорттық нәтижелерді жақсартуға көмектеседі, бұлшықет етінің өсуі арқылы, эритроциттердің көптеп бөлінуі және реакцияны үдету арқылы жақсартады. Есірткіні тексеретін арнайы тест спорттық жарыстардың ажырамас бөлігі, егерде тест оң нәтиже берсе, онда қатысушыны ойыннан шығарады.

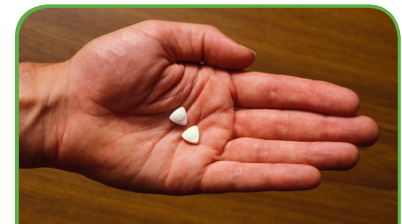
#### • Ұсынылатын фильмдер

- Қауіпті есірткілер: Кокаин
- Қауіпті есірткілер: Героин
- Қауіпті есірткілер: ЛСД
- Қауіпті есірткілер: Экстази
- Қауіпті есірткілер: Қарасора

### • Есірткі пайдаланудың қандай қауіптері бар?

Әртүрлі есірткілер әртүрлі әсер береді, сол үшін де оны пайдаланудың әртүрлі қауіптері бар. Стимуляторлар салмақсыздық пен белгісіздік белгілерін тудырады, көп мөлшерде пайдаланған жағдайда депрессанттар координацияға әсер етіп, жол апатының санын арттырады. Галлюциногендер мазасыздық күйін тудырып, қауіпті және ойламаған жағдайға әкеледі.

Препараттың адамға әсер етуі әртүрлі себептерден болады, олар мөлшер, жиілік және есірткіні пайдалану жолдары. Басқа себептер есебіне, препаратқа араластыру мақсатында қандай заттар қосылған, ол қалай араласқандығы жатады.



Экстази жүрек соғысын жиілетіп, дене температурасын көтереді

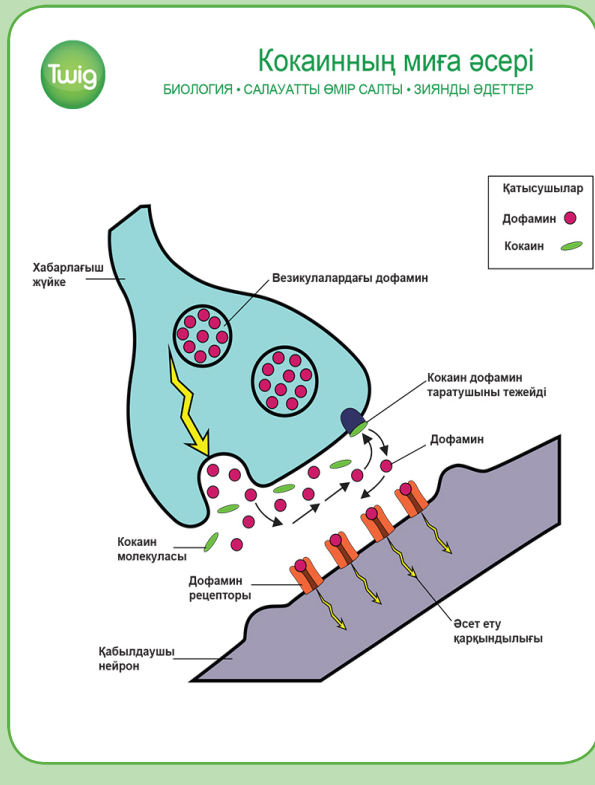
#### • Ұсынылатын фильмдер

- Қауіпті есірткілер: Кокаин
- Қауіпті есірткілер: Героин
- Қауіпті есірткілер: ЛСД
- Қауіпті есірткілер: Экстази
- Қауіпті есірткілер: Қарасора

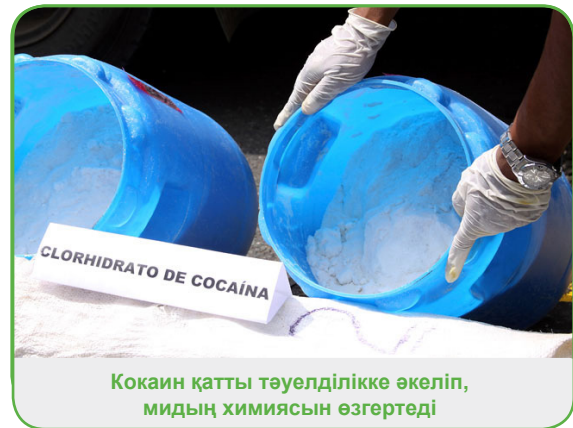
### 3-бөлім: Тәуелділік

#### • Тәуелділік дегеніміз не?

## ДИАГРАММА 03:



Егер де адам есірткіні пайдаланбай толықтай өмір сүре алмаса, оны есірткі құмар немесе есірткілік тәуелділікке ұшыраған дейді. Тәуелділік физиологиялық әсер (заттың миға әсері) және психологиялық (қолдану себептері) тәуелділік, негізінде уақыт өте келе пайда болады.



Мидың нейрондары дофамин деген гормон өндіріп, ол көбінесе жағымды кездерде, мысалы тамақ иісін сезгенде болады. Дофамин рецепторлармен табылып, тасымалдаушылар қалдықтарын тежейді. Есірткілер, мысалы кокаин кейбір тасымалдаушыларды тежеп, дофаминнің өндірілуін арттырып және рахаттану сезімін арттырады. Уақыт өте келе ми физикалық

жағынан өзгеріп, аз мөлшерде дофамин шығарады, сол себепті адамға рахаттану сезімін сезіну қиын, есірткіні пайдаланғысы келіп тұрады.

Басқа препараттар мысалы марихуана (қарасора) немесе героин, мидағы рецепторларды іске қосып, қате белгілер жіберуге мүмкіндік береді. Уақыт өте келе ми да физикалық жағынан өзгереді.

#### • Ұсынылатын фильмдер

- Қауіпті есірткілер: Кокаин
- Тәуелділік туралы ғылым
- Есірткі мен ми

#### • Неліктен кейбір адамдар тәуелді болады?

Ғалымдар бүгінге дейін кейбір адамдардың есірткіні пайдаланып, бірақ тәуелді болмайтынына себептер іздеуде, ал басқаларына есірткіні тастау қиынға соғады. Кедейшілік немесе қатты күйзеліс сияқты әлеуметтік-экономикалық факторлар психикалық аурулардың кең тарауына мүмкіндік береді. Физиологиялық жағынан кейбір адамдарда дофамин рецепторының мөлшері аз болады. Одан әрі есірткіні пайдалану дофамин мөлшеріне әсер етеді, оларды рецепторлар анықтайды. Көбінесе ол физикалық, эмоционалды және психологиялық себептердің кесірінен болады.

#### • Ұсынылатын фильм

- Тәуелділік туралы ғылым

### Қосымша сұрақ

#### C5. Тәуелді адамдарды қалай емдейді?

Есірткіге құмар адамдардың емделуі өмірінің барлық жақтарын қамтиды, тек қана тәуелділікті ғана емес, сондықтан ол өте маңызды. Тәуелді адам есірткіден айығу үшін көп уақытын жоюға дайын болу керек. Оған мына нұсқаулар кіреді:

- Ақыл-кеңес көрсету – жеке алғанда Когнитивті өзін-өзі ұстау терапиясы (КҰТ)
- Дәрілік терапия – бас тарту белгісімен көмектеседі
- Дәрілік терапия – мидың дұрыс жұмысын реттейді
- Стационарлық қалыпқа келу – оны кейде қалыпқа келу дейді.

#### • Тәуелділік қандай қиындықтар тудырады?

Есірткіге тәуелділік тек қана есірткіге құмар адамдарға емес, сонымен қатар сол адамның достарына да, отбасына да және қоғамға да әсер етеді. Есірткіге құмар адам өзінің күнделікті әдетіне қайтып келуі мүмкін, ол жұмыстан айрылуға да әкеледі. Сонымен қатар өзінің жолдасы және балаларымен қарым-қатынасы бұзылуы мүмкін. Олар өздеріне көңіл бөлмегендіктен, денсаулығына қатер төнуі мүмкін. Мысалы, есірткі шегетін адам есірткіні бір ине арқылы салған кезде жұғатын гепатит немесе ВИЧ секілді өте қауіпті аурулармен ауруы мүмкін.



Есірткі құмар адам табиғи жолмен рақаттану сезімінен айрылып, есірткіге физикалық түрде тәуелді болады

## • Тест

## Ішімдік және ми

## Негізгі

• Алкогольдің химиялық атауы?

- A – меланин
- B – этанол
- C – героин
- D – дофамин

• Төмендегілердің қайсысы ішімдіктің әсерінен болмайды?

- A – түсініксіз сөйлеу
- B – дұрыс болжай алмау
- C – көздің бұлыңғырлануы
- D – тез әрекет ету

• Адамды өлтіру үшін инъекция кезінде қанша алкоголь жеткілікті?

- A – 0,19 миллилитр
- B – 2,9 миллилитр
- C – 19 миллилитр
- D – 29 миллилитр

• Қай адамдар тобына, мидың дамуына байланысты, алкоголь қатты әсер етеді?

- A – жасөспірімдер
- B – орта жастағы адамдар
- C – әйелдер
- D – ерлер

## Тереңдетілген

• Алкогольді пайдаланғаннан кейін қанша уақыт өткен соң миға әсер етеді?

- A – 1 минут
- B – 5 минут
- C – 30 минут
- D – 1 сағат

• Алкоголь көңіл-күйге жауап беретін қандай химиялық заттармен байланысты?

- A – серотонин мен адреналин
- B – серотонин мен дофамин
- C – серотонин мен инсулин
- D – адреналин мен дофамин

• Неліктен алкогольді көп мөлшерде пайдалану тыныс алуды тоқтатуы мүмкін?

- A – сенімділікті арттырады
- B – ауруды сездірмейтін дәрі ретінде әсер етеді
- C – көңіл-күйді өзгертеді
- D – тәуелділікке әкеледі

• Неліктен алкоголь еске сақтау қабілетіне әсер етеді?

- A – себебі аз ғана мөлшерінің өзі ми жасушаларын жояды
- B – себебі реакциялардың жылдамдығын төмендетеді
- C – себебі серотониннің шығуын тездетеді
- D – себебі тәуелділік тудырады

### Қауіпті есірткілер

#### Негізгі

• Есірткінің анықтамасы?

- A – рұқсат етілмеген зат
- B – өмір сүру үшін ағамызға қажет зат
- C – ауруды емдейтін зат
- D – ағамыздағы химиялық процестерге әсер ететін зат

• Төмендегілердің қайсысы көңіл көтеретін есірткінің қаупін анықтайтын факторға жатпайды?

- A – ағаға тікелей әсер ету
- B – есірткінің бағасы
- C – тәуелділік тудыру
- D – мөлшерді артық алу қаупі

• Есірткіден бас тартқаннан кейін, оған тәуелді адамдарда пайда болатын физикалық әсерлер?

- A – біту белгілері
- B – тәуелділік белгілері
- C – жойылу белгілері
- D – бас тарту белгілері

• Кокаин, героин, темекі және алкогольдің қандай ортақ белгілері бар?

- A – барлығы рұқсат етілмеген
- B – оларды тек 18 жастан асқан адамдар ғана сатып ала алады
- C – барлығы тәуелділік тудырады
- D – барлығы мидағы химияға бірдей әсер етеді

#### Тереңдетілген

• Төмендегілердің қайсысы медициналық препараттардың көңіл көтеретін есірткілерге қарағанда қауіпсіз екенін көрсететін себеп ЕМЕС?

- A – олар артықшылықтары кемшіліктеріне қарағанда көбірек екендігін дәлелдеу үшін тесттен өткен
- B – оларды белгілі бір тәртіппен пайдалану керек
- C – олар рұқсат етілген
- D – олар белгілі бір ауруларды емдеуге арналған

• Төмендегілердің қайсысы көңіл көтеретін есірткілерге тән емес?

- A – кейбіріне жас бойынша шектеу бар
- B – барлық көңіл көтеретін есірткілерге рұқсат етілмеген
- C – олар жеке адамның өз қауіпіне негізделген
- D – кейбіріне рұқсат етілген, кейбіріне рұқсат етілмеген

• Тәуелділік тудыратын заттар неліктен қауіпті?

- A – олар өте қымбат
- B – оларға көптеген елдерде рұқсат етілмеген
- C – оларда аздаған бас тарту синдромдары бар
- D – олар біз басқара алмайтын тәсілмен миға әсер етеді

• Төмендегілердің қайсысы героиннен бас тарту синдромына жатпайды?

- A – жүрек айну
- B – диарея
- C – шектен тыс мазасыздық
- D – естен айрылу



Есірткі және ми

Негізгі

• Адамның көңіл-күйін, мінез-құлқын, ойлау жүйесін өзгертетін препараттар?

- A – плацебо препараттары
- B – психотроптық препараттар
- C – физиологиялық препараттар
- D – психосоматикалық препараттар

• Кофеин қандай есірткі түріне жатады?

- A – транквилизатор
- B – депрессант
- C – галлюциноген
- D – стимулятор

• Төмендегілердің қайсысы галлюциногендерге тән?

- A – жүйке жүйесіне қысым көрсетеді
- B – мидың химиялық құрамына әсер етпейді
- C – жоқ нәрселерді сезінуге, көруге немесе естуге мәжбүрлейді
- D – онда байланысқан бас тарту синдромдары жоқ

• Мидың сый беру жүйесі қалай аталады?

- A – эндорфиндік жүйе
- B – лимбикалық жүйе
- C – эндокриндік жүйе
- D – орталық жүйке жүйесі

Тереңдетілген

• Дофамин, серотонин және норадреналин ...

- A – транквилизаторлар
- B – нейротрансмиттерлер
- C – психотроптық препараттар
- D – галлюциногендер

• Нейротрансмиттерлер ...

- A – жүйке жасушаларының арасындағы саңылаулар арқылы сигнал тасымалдайды
- B – мидағы табиғи химикаттардың орнын басатын не оларды бұзатын психотроптық препараттар
- C – жүйке жасушаларының арасынан сигналдардың өтуін тездететін заттар
- D – ағзаның эндофрин өндіруін баяулататын химиялық тасымалдаушы

• Ұйықтататын дәрі, еріткіш және ішімдік ...

- A – стимуляторлар
- B – галлюциногендер
- C – депрессанттар
- D – эндофриндер

• Депрессанттар нейротрансмиттерлерге қалай әсер етеді?

- A – нейротрансмиттерлерді тежейді немесе санын азайтады
- B – нейротрансмиттерлердің санын арттырады
- C – жүйке жасушаларының арасынан сигналдардың өтуін тездетеді
- D – мидың белсенділігін арттырады

## • Жауаптар

## Ішімдік және ми

## Негізгі

• Алкогольдің химиялық атауы?

А – меланин

С – героин

D – дофамин

• Төмендегілердің қайсысы ішімдіктің әсерінен болмайды?

А – түсініксіз сөйлеу

B – дұрыс болжай алмау

C – көздің бұлыңғырлануы

• Адамды өлтіру үшін инъекция кезінде қанша алкоголь жеткілікті?

А – 0,19 миллилитр

B – 2,9 миллилитр

C – 19 миллилитр

• Қай адамдар тобына, мидың дамуына байланысты, алкоголь қатты әсер етеді?

B – орта жастағы адамдар

C – әйелдер

D – ерлер

## Тереңдетілген

• Алкогольді пайдаланғаннан кейін қанша уақыт өткен соң миға әсер етеді?

А – 1 минут

C – 30 минут

D – 1 сағат

• Алкоголь көңіл-күйге жауап беретін қандай химиялық заттармен байланысты?

А – серотонин мен адреналин

C – серотонин мен инсулин

D – адреналин мен дофамин

• Неліктен алкогольді көп мөлшерде пайдалану тыныс алуды тоқтатуы мүмкін?

А – сенімділікті арттырады

C – көңіл-күйді өзгертеді

D – тәуелділікке әкеледі

• Неліктен алкоголь еске сақтау қабілетіне әсер етеді?

B – себебі реакциялардың жылдамдығын төмендетеді

C – себебі серотониннің шығуын тездетеді

D – себебі тәуелділік тудырады

Қауіпті есірткілер

Негізгі

• Есірткінің анықтамасы?

- A – рұқсат етілмеген зат
- B – өмір сүру үшін ағамызға қажет зат
- C – ауруды емдейтін зат

D – ағамыздағы химиялық процестерге әсер ететін зат

• Төмендегілердің қайсысы көңіл көтеретін есірткінің қауіпін анықтайтын факторға жатпайды?

A – ағаға тікелей әсер ету

B – есірткінің бағасы

C – тәуелділік тудыру

D – мөлшерді артық алу қаупі

• Есірткіден бас тартқаннан кейін, оған тәуелді адамдарда пайда болатын физикалық әсерлер?

A – біту белгілері

B – тәуелділік белгілері

C – жойылу белгілері

D – бас тарту белгілері

• Кокаин, героин, темекі және алкогольдің қандай ортақ белгілері бар?

A – барлығы рұқсат етілмеген

B – оларды тек 18 жастан асқан адамдар ғана сатып ала алады

C – барлығы тәуелділік тудырады

D – барлығы мидағы химияға бірдей әсер етеді

Тереңдетілген

• Төмендегілердің қайсысы медициналық препараттардың көңіл көтеретін есірткілерге қарағанда қауіпсіз екенін көрсететін себеп ЕМЕС?

A – олар артықшылықтары кемшіліктеріне қарағанда көбірек екендігін дәлелдеу үшін тесттен өткен

B – оларды белгілі бір тәртіппен пайдалану керек

C – олар рұқсат етілген

D – олар белгілі бір ауруларды емдеуге арналған

• Төмендегілердің қайсысы көңіл көтеретін есірткілерге тән емес?

A – кейбіріне жас бойынша шектеу бар

B – барлық көңіл көтеретін есірткілерге рұқсат етілмеген

C – олар жеке адамның өз қауіпіне негізделген

D – кейбіріне рұқсат етілген, кейбіріне рұқсат етілмеген

• Тәуелділік тудыратын заттар неліктен қауіпті?

A – олар өте қымбат

B – оларға көптеген елдерде рұқсат етілмеген

C – оларда аздаған бас тарту синдромдары бар

D – олар біз басқара алмайтын тәсілмен миға әсер етеді

• Төмендегілердің қайсысы героиннен бас тарту синдромына жатпайды?

A – жүрек айну

B – диарея

C – шектен тыс мазасыздық

D – естен айрылу

Есірткі және ми

Негізгі

• Адамның көңіл-күйін, мінез-құлқын, ойлау жүйесін өзгертетін препараттар?

A – плацебо препараттары

**B – психотроптық препараттар**

C – физиологиялық препараттар

D – психосоматикалық препараттар

• Кофеин қандай есірткі түріне жатады?

A – транквилизатор

B – депрессант

C – галлюциноген

**D – стимулятор**

• Төмендегілердің қайсысы галлюциногендерге тән?

A – жүйке жүйесіне қысым көрсетеді

B – мидың химиялық құрамына әсер етпейді

**C – жоқ нәрселерді сезінуге, көруге немесе естуге мәжбүрлейді**

D – онда байланысқан бас тарту синдромдары жоқ

• Мидың сый беру жүйесі қалай аталады?

A – эндорфиндік жүйе

**B – лимбикалық жүйе**

C – эндокриндік жүйе

D – орталық жүйке жүйесі

Тереңдетілген

• Дофамин, серотонин және норадреналин ...

A – транквилизаторлар

**B – нейротрансмиттерлер**

C – психотроптық препараттар

D – галлюциногендер

• Нейротрансмиттерлер ...

**A – жүйке жасушаларының арасындағы саңылаулар арқылы сигнал тасымалдайды**

B – мидағы табиғи химикаттардың орнын басатын не оларды бұзатын психотроптық препараттар

C – жүйке жасушаларының арасынан сигналдардың өтуін тездететін заттар

D – ағзаның эндофрин өндіруін баяулататын химиялық тасымалдаушы

• Ұйықтататын дәрі, еріткіш және ішімдік ...

A – стимуляторлар

B – галлюциногендер

**C – депрессанттар**

D – эндофриндер

• Депрессанттар нейротрансмиттерлерге қалай әсер етеді?

**A – нейротрансмиттерлерді тежейді немесе санын азайтады**

B – нейротрансмиттерлердің санын арттырады

C – жүйке жасушаларының арасынан сигналдардың өтуін тездетеді

D – мидың белсенділігін арттырады