

Substance Abuse or Dependence

Substance abuse is a pattern of using alcohol or drugs that leads to problems in a person's life. These problems can:

- Put others at risk, such as when driving, working with tools, or watching children
- Cause problems with family or friends
- Cause trouble with the law or at work or school

Substance dependence is the need for alcohol or drugs. A person continues to drink or use drugs in spite of problems in his or her life. The person often needs more alcohol or drugs to get the same effect. As dependence grows, the person slips further away from family and friends. Performance at work or school drops and health problems occur. This person may not be able to see how alcohol or drug use is affecting his or her life. There may be signs of physical or emotional distress when the person cuts back or stops use. This is called withdrawal.

Substances Most Often Abused

Alcohol is the most often abused drug. Substance abuse can be the use of legal or illegal substances. Substances most often abused include:

- Alcohol such as beer, wine and liquor
- Nicotine in cigarettes and chewing tobacco

Злоупотребление наркотическими средствами или наркозависимость

Злоупотребление наркотическими средствами – это образ жизни с приемом алкоголя или наркотиков, который приводит к возникновению проблем в жизни человека. К этим проблемам относятся:

- Создание риска для других при вождении автомобиля, работе с инструментами или наблюдении за детьми
- Создание проблем для семьи или друзей
- Неприятности с законом, на работе или в школе

Наркозависимость – это потребность в алкоголе или наркотиках. Человек продолжает пить или употреблять наркотики, несмотря на проблемы в его жизни. Зачастую для достижения того же эффекта человеку требуется больше алкоголя или наркотиков. По мере возрастания зависимости человек все дальше отдаляется от семьи и друзей. Эффективность работы или учебы падает, возникают проблемы со здоровьем. Этот человек может не понимать, какое влияние алкоголь или наркотики оказывают на его жизнь. Если человек ограничивает или прекращает употребление, могут возникнуть симптомы физического или эмоционального недомогания. Это называется абстиненция.

Наиболее употребляемые вещества

Алкоголь является наиболее употребляемым наркотиком. К злоупотреблению наркотическими средствами относится потребление легальных и нелегальных веществ. К наиболее употребляемым веществам относятся:

- Алкоголь: пиво, вино и крепкие спиртные напитки
- Никотин в виде сигарет и жевательного табака

Substance Abuse or Dependence. Russian

- Marijuana or hashish and cocaine or crack
- Hallucinogens such as LSD, mescaline and PCP
- Sedatives such as Seconal, Fiorinal and Tuinal
- Opiates such as codeine, OxyContin, Vicodin or heroin
- Amphetamines such as dexadrine and Benzedrine
- Tranquilizers such as Valium, Xanax and Ativan
- Club drugs such as GHB and MDMA (ecstasy)
- Inhalants such as glue, gas, paint and nitroglycerine
- Anabolic steroids
- Sleeping medicines such as Ambien, Dalmane and Nembutal
- Others such as muscle relaxants, sleep aids, Ritalin, Coricidin HBP, cough syrups and many over the counter medicines

Signs of Substance Abuse or Dependency

Talk to your doctor, nurse or counselor about getting help if you have any of these signs.

- You get high or intoxicated on a regular basis.
- You drink or use drugs in spite of the problems it causes.
- You are not able to keep promises to stop or cut down use.
- You lie about use, especially about how much or often you drink or use drugs.
- You become defensive or angry when confronted about use.

- Марихуана, или гашиш, и кокаин, или крэк
- Галлюциногены, такие как ЛСД, мескалин и пи-си-пи
- Успокаивающие средства, такие как Секонал, Фиоринал и Туинал
- Опиаты, такие как кодеин, Оксиконтин, Викодин или героин
- Амфетамины, такие как дексадрин или Бензедрин
- Транквилизаторы, такие как Валиум, Ксанакс и Ативан
- Клубные наркотики, такие как ГГБ (гамма-гидроксибутират) и МДМА (Экстази)
- Вдыхаемые вещества, такие как клей, газ, краска и нитроглицерин
- Анаболические стероиды
- Снотворные, такие как Амбен, Далман и Нембутал
- Другие, такие как миорелаксанты, снотворные, риталин, корицидин НВР, сладкая микстура от кашля и много других лекарств, отпускаемых без рецепта.

Симптомы злоупотребления наркотическими средствами или наркозависимости

Если у Вас есть любой из этих симптомов, обратитесь за помощью к Вашему врачу, медсестре или психологу.

- Вы регулярно пьете или употребляете наркотики.
- Вы пьете или употребляете наркотики, несмотря на связанные с этим проблемы.
- Вы не в состоянии сдерживать обещания о том, что Вы бросите или сократите потребление.
- Вы врете о своем потреблении, особенно о том, какое количество или насколько часто Вы пьете или употребляете.
- Если Вам не дают выпить или принять наркотик, Вы начинаете обороняться или раздражаетесь.

- You withdraw from family and friends.
- You prefer the company of other drinkers or users.
- You become less involved in activities you used to enjoy.
- You talk a lot about alcohol or drugs.
- You believe you need to drink or use in order to have fun.
- You pressure others to drink or use.
- You hide or sneak alcohol, drugs or supplies.
- You get in trouble with the law.
- You take risks, such as driving when high or when drunk, or take sexual risks.
- You perform poorly at work or school due to using before, during or after work or class.
- You miss work or school due to substance use.
- You have blackouts – periods of time when using that you cannot remember.
- You have mood swings.
- You have depressed, hopeless or suicidal feelings.

- Вы отдаляетесь от семьи и друзей.
- Вы предпочитаете компанию других пьяниц или наркоманов.
- Вы меньше участвуете в деятельности, которая Вам раньше нравилась.
- Вы много разговариваете об алкоголе и наркотиках.
- Вы верите в то, что для веселья Вам необходимо выпить или употребить наркотик.
- Вы принуждаете других выпить или принять наркотик.
- Вы прячете или крадете алкоголь или наркотики.
- У Вас проблемы с законом.
- Вы подвергаете себя риску, связанному с вождением в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, или сексуальному риску.
- Ваша работа или учеба неэффективна из-за того, что Вы употребляете наркотики до, во время или после работы или учебы.
- Вы пропускаете работу или учебу вследствие употребления наркотических средств.
- У Вас случаются затмения – периоды времени, когда Вы не можете вспомнить, что происходило.
- У Вас частые перемены настроения.
- У Вас депрессия, чувство безнадежности или склонность к самоубийству.

Hotlines

There is help available 24 hours a day for the person using the alcohol or drugs, as well as for family members and friends.

Alcoholics Anonymous	(614) 253-8501
Al-Anon / Al-Teen	(614) 253-2701 1-888-425-2666
Hope Hotline	(614) 228-4673
Ohio Tobacco Quitline	1-800-784-8669
Cocaine Hotline	(614) 443-2653
Narcotics Anonymous	1-800-451-3000

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.

Горячие линии

Это службы круглосуточной помощи для людей, употребляющих алкоголь или наркотики, а также для членов их семей и друзей.

Анонимные алкоголики	(614) 253-8501
Ал-Анон/Ал-тин (Al-Anon / Al-Teen)	(614) 253-2701 1-888-425-2666
Горячая линия надежды (Hope Hotline)	(614) 228-4673
Линия для бросающих курить штата Огайо (Ohio Tobacco Quitline)	1-800-784-8669
Горячая линия для кокаиновых зависимых (Cocaine Hotline)	(614) 443-2653
Анонимные наркоманы	1-800-451-3000

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.

Substance Abuse or Dependence. Russian