



## Химия вредных привычек: студенты механического факультета на академическом часе пообщались с преподавателем химии

В октябре 2018 года студенты механического факультета в рамках проведения академического часа встретились с ассистентом кафедры прикладной химии Юрием Андреевичем Ташкиновым. Для обсуждения была предложена оригинальная тема – «Химия вредных привычек».

Прежде всего в диалоге со студентами были выделены несколько вредных привычек, которые рассмотрели более подробно. Среди самых распространенных вредных привычек студенты назвали курение, алкоголизм, токсикоманию и некоторые аспекты растамании.

Студентам напомнили, что чувства и эмоции, которые испытывает человек, тесным образом связаны с определенными веществами, вырабатываемыми в теле человека. Например, при выработке **энкефалинов** нам становится грустно, а **эндорфины** вызывает в нас ощущения, которые мы характеризуем как положительные эмоции. Без этих двух групп гормонов человек не способен к чувствам.



Студенты узнали о механизмах психологической и физической зависимости от героина, синтетического аналога природных эндорфинов.

Юрий Андреевич рассказал студентам о семи критериях, которые определяют возникновение у человека зависимости:

- толерантность;
- синдром отмены;
- неконтролируемое употребление;
- безуспешные попытки прекратить употребление;
- социальная дезадаптация;
- продолжение употребления вещества.

Студенты узнали о механизме привыкания к сигаретам. Как оказалось, по тяжести

наркотической зависимости сигареты заняли почетное третье место, сразу после героина и кокаина. Согласно статистике треть российских курильщиков недавно пытались избавиться от зависимости, но только 11,2 % из них сообщали о том, что им это удалось. Подробно проанализировали принцип зависимости для бросающих курить, и по аналогии – зависимость от азартных игр.



Были рассмотрены механизмы привыкания к этанолу, его негативное воздействие на организм человека, которое не только наносит ущерб физическому состоянию, но и приводит к серьезным психологическим расстройствам.

Преподаватель химии подчеркнул, что научные знания, которыми вооружает нас химия, позволяют на уровне сознания трезво оценить сложившуюся ситуацию, осознать свои проблемы. Психологи говорят: «Осознание проблемы – первый шаг на пути ее решения».

Знания о принципах возникновения вредных привычек и механизмах борьбы с ними, которые в интересной форме изложил Юрий Андреевич, помогут студентам принять правильное осознанное решение об отказе от вредных привычек.

Материал подготовили  
Замдекана механического факультета  
по воспитательной работе  
А.Г. Водолажченко

Ассистент кафедры прикладной химии  
Ю.А. Ташкинов