



# Вегетарианство и окружающая среда

Как известно, вегетарианцы не употребляют в пищу мясо, птицу, рыбу и морские продукты животного происхождения. Молочные продукты и яйца игнорируются лишь частью вегетарианцев. Строгие вегетарианцы не употребляют мёд.

Мотивы у вегетарианцев различного характера:

- этические (моральные) – не вызывать страданий и смерть животных;
- медицинские – вегетарианская диета снижает риск атеросклероза, рака, ряда сердечно-сосудистых заболеваний и некоторых болезней желудочно-кишечного тракта;
- экономические – вегетарианская диета дешевле, чем потребление продуктов животного происхождения;
- религиозные соображения или убеждённость в том, что растительная пища естественна для человека.

Около 35% людей, которые переходят на вегетарианское питание, называют причинами такого решения экологические соображения, так как производство мяса в современных условиях и масштабах влияет негативно на окружающую среду.

Согласно исследованиям ООН, животноводство является одним из крупнейших вкладчиков в ухудшение состояния окружающей среды во всем мире, и современные методы выращивания животных в пищу способствует массовой вырубке лесов, загрязнению воздуха и воды, деградации земель, потере верхнего слоя почвы, изменению климата, чрезмерному использованию ресурсов, включая нефть и воду, и утрате биоразнообразия.

Вот основные данные исследований, на основании которых можно делать выводы о вреде мясной промышленности для окружающей среды:



## Загрязнение воды:

большая часть отходов с ферм и боен стекает в ручьи и реки, загрязняя источники воды.



## Эрозия почв:

из-за своего относительно большого веса скот сбивает почву копытами, постепенно разрушая её структуру, что приводит к эрозии почв.



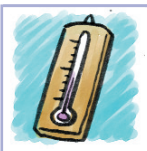
## Вырубка лесов:

леса уничтожаются для создания пастбищ, а также для выращивания зерна для кормления мясного скота. К примеру, для получения всего одного стограммового гамбургера, может потребоваться вырубить 2,5 кв.м. леса.



### **Нерациональное расходование воды:**

Для получения килограмма мяса требуется более 2 000 литров воды, тогда как для получения килограмма пшеницы – только 55 литров. Одна средняя ферма каждый день потребляет такое же количество воды, как и целый город с населением в 10 000 человек!



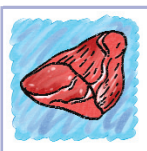
### **Глобальное потепление и загрязнение окружающей среды:**

мясная промышленность является причиной 51% всех выбросов парниковых газов. Для сравнения: весь мировой транспорт, вместе взятый (автомобили, самолёты и корабли), производит 13,5% всех парниковых газов.



### **Проблема голода:**

Миллионы людей в мире умирают от голода в то время, как 60-70% овощных культур, которые могли спасти жизнь миллионам людей, идут на корм скоту 90% всех сельскохозяйственных угодий требуется для пастбищ или для выращивания корма животным.



### **Использование антибиотиков**

на животноводческих фермах в целях профилактики заболеваний, не только бывает источником загрязнения, но и причиной возникновения микроорганизмов, устойчивых к воздействию антибиотиков, а это может быть опасно в будущем для многих других существ, включая человека.

Преимущество вегетарианства в том, что отрицательное влияние на окружающую среду намного снижается. В то время как мясоедение накладывает на окружающую среду такую нагрузку, за которую придётся расплачиваться будущим поколениям.



# Угроза от наркотиков

Наркомания в Украине – это угроза национальной безопасности. Статистика показывает, что она увеличивается на 8% в год – тенденция одна из самых высоких в мире. 70% наркоманов – молодые люди до 25 лет. Женская наркомания в Украине в процентном соотношении – самая высокая в Европе. Наркомания в стране оказывает влияние (и в будущем это влияние многократно возрастет) на негативную демографическую ситуацию.

Ситуация с наркотиками в Украине вызывает серьезные опасения у специалистов, как правоохранителей, так и медиков. Все больше зелья изготавливается в стране, появляются и новые психотропные вещества. Эксперты утверждают, что отсутствие эффективной законодательной базы привело к тому, что в Украине наркотики в большей мере разрешены, чем запрещены. Амфетамин просто заполонил улицы. Китайские аналоги психотропных веществ, которые в страну заходят в большом количестве, вообще не внесены в список запрещенных к распространению препаратов – они расходятся через интернет. Все чаще наркотики готовят в Украине. Ибо вещества, из которых изготавливаются тяжелейшие и опаснейшие наркотики, такие как амфетамин, метамфетамин, метадон, имеются в свободной продаже. Полиция закрывает сотни таких лабораторий. Но они возникают вновь в силу простоты процесса. Следует ужесточить наказание в отношении тех, кто изготавливает и распространяет наркотики. Властям нужно пересмотреть список запрещенных веществ и способы их распространения.



## Общие признаки употребления наркотических веществ

Общие признаки употребления наркотических веществ:

- внешний вид и поведение в той или иной мере напоминает состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта или при слабом запахе, не соответствующем состоянию;
- изменение настроения: беспричинное веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность, явно не соответствующие ситуации;
- изменение двигательной активности: повышенная жестикуляция, избыточность движений, неусидчивость или обездвиженность, вялость, расслабленность, стремление к покою (независимо от ситуации);
- изменение координации движений: их плавность, скорость, соразмерность (размашистость, резкость, неточность), неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя (особенно явное при закрытых глазах), нарушенный почерк;
- изменение цвета кожных покровов: бледность лица и всей кожи или, наоборот, покраснение лица и верхней части туловища;
- блеск глаз;
- сильно суженные или сильно расширенные зрачки, не реагирующие на свет;
- изменение слюноотделения: повышенное слюноотделение или, наоборот, сухость во рту, сухость губ, осиплость голоса;
- изменение речи: ее ускорение, подчеркнутая выразительность, или же замедленность, невнятность, нечеткость речи.



## Наиболее распространенные виды наркотиков



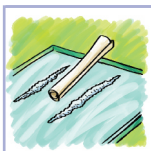
**Амфетамины** являются синтезированными химическими веществами, которые оказывают стимулирующее воздействие на нервную систему. Они имеют форму капсул, таблеток или пилюлек. При продолжительном приеме или приеме в больших дозах снотворные, вредны и опасны для здоровья. Особенно же опасны снотворные, даже в небольших количествах, при использовании вместе с алкоголем. Амфетамины выпускаются легально, но часто распространяются нелегально через криминальные каналы. Доступность амфетаминов является причиной высокого уровня злоупотребления ими.



**Опиаты (героин, морфий, кодеин)** оказывают угнетающее действие на центральную нервную систему. Их получают из сока опийного мака. Физическое воздействие опиатов зависит от вводимого препарата, его дозы и способа введения. Результаты воздействия могут быть следующими: непродолжительное состояние эйфории, вслед за которой наступает сонливость; замедление сердцебиения, дыхания, снижение активности головного мозга; понижение аппетита, жажды, рефлексов и сексуального влечения; повышение болевого порога. Опасности, связанные с употреблением опиатов: СПИД, заражение крови, гепатит и др., как результаты ввoda наркотиков и использования нестерильных или общих игл; смерть в результате приема неочищенного героина; смерть в результате приема наркотика высокой концентрации; зависимость — опиаты, особенно героин, быстро вырабатывают зависимость.



**Метадон** синтетический суррогат опиумных препаратов. Официально назначается для лечения героиновой зависимости, но он также вызывает толерантность и зависимость. Воздействие от метадона продолжается гораздо дольше, чем от наркотиков, в основе которых лежит морфин. Могут развиваться толерантность и зависимость, а также симптомы ломки, хотя они развиваются гораздо медленнее и менее серьезные, чем от морфина и героина, но более продолжительные. Иронично, но метадон, который употребляется для контроля над злоупотреблением наркотиками, достаточно часто появляется на нелегальном рынке, кроме того, были зарегистрированы случаи смертей от передозировок метадоном.



**Кокаин и производные (крэк, фрибэйз)** — эти наркотики вызывают короткое, но интенсивное ощущение эйфории и повышение работоспособности; стимулируют центральную нервную систему; учащают пульс, дыхание, повышают кровяное давление, температуру тела; расширяют зрачки глаз; вызывают повышенную возбужденность и чувство тревоги; вызывают бессонницу и хроническую усталость. Опасности их употребления связаны с кровотечением и другими повреждениями носовой полости, параноидальными психозами, галлюцинациями и другими психическими расстройствами, понижением двигательных рефлексов, смертью в результате нарушения сердечной деятельности или остановки дыхания. Наркоманы, употребляющие кокаин, часто становятся физически и психологически зависимыми после короткого периода его употребления. Во многих случаях использование крэка приводит к немедленной выработке зависимости.



**Марихуана, гашиш** – эффекты от использования этих наркотиков: эйфория, чувство беззаботности; недостаток мотивации действий; несдержанность, повышенная разговорчивость; сухость во рту и горле; увеличение аппетита; нарушение координации, снижение сосредоточенности, ухудшение памяти; учащенное сердцебиение. Непосредственные опасности связаны со снижением результатов в школе, на работе; неразберихой в мыслях, разочарованностью, депрессией и ощущением изолированности; замедленным половым развитием и созреванием, включая нарушения спермообразования и менструального цикла; поражением легких и дыхательной системы (один «косяк» марихуаны приравнивается к 25 сигаретам); при приеме большой дозы наркотика могут возникнуть галлюцинации и паранойя; повышенный риск для здоровья и безопасности в силу замедленного реагирования и снижения работы нервной системы; зависимость. Марихуана обычно является «стартовым» наркотиком. Непостоянный курильщик марихуаны часто становится хроническим потребителем этого зелья или поклонником «тяжелых» наркотиков, таких, как кокаин, ЛСД, других галлюциногенов.



**Галлюциногены и ПСП (пи-си-пи).** Галлюциногены являются наркотиками, которые искажают человеческие ощущения, мысли, эмоции и восприятие. ПСП (пи-си-пи) – это синтетический наркотик, также известный как «ангельская пыль», «ракетное топливо», «дикий транквилизатор», «зомби», «кристаллический косяк» и «любовь». Употребление ПСП вызывает следующие эффекты: нарушение сознания; дезориентация, смятение, потеря памяти; крайне непредсказуемое, иногда эксцентричное или насильственное поведение; сильнейшее возбуждение; нарушение способности к вождению транспортного средства; повышение болевого порога. Экстази обычно выпускается в форме таблеток или капсул. Этот наркотик повышает визуальное и слуховое восприятие, прекрасно стимулирует ощущение удовлетворенности и хорошего настроения. Употребление наркотика часто ассоциируется с «рэйв-пати» – подпольные танцевальные вечеринки. Было зафиксировано множество случаев передозировки экстази с последующим нарушением работы сердца, конвульсиями и смертью.



**Летучие растворители.** Это наиболее распространенные ингалянты: клей, жидкости для снятия лака для ногтей, жидкости для заправки зажигалок, оксид азота, эфир, лак для волос, средства от насекомых и чистящие. Летучие растворители употребляются путем вдыхания и вызывают психоактивные эффекты (вливают на психику). При дальнейшем вдыхании летучих ингалянтов могут появляться чихание, кашель, насморк, носовые кровотечения, тошнота, нарушение сердечного ритма и боли в области грудной клетки, потеря координации, равновесия и способности принимать решения, повреждения печени, нервной системы и головного мозга. Могут возникнуть сердечная недостаточность, остановка дыхания, удушье, потеря сознания и смерть. При высокой концентрации летучие растворители вытесняют кислород из легких и подавляют нервную систему так сильно, что может произойти остановка дыхания. Летучие растворители поражают головной мозг в результате длительного приема.