



---

## «БЕТЕЛЬНЫЙ ОРЕХ — ОПАСНОСТЬ, О КОТОРОЙ НУЖНО ЗНАТЬ»

- **Что такое бетельный орех?**
- Бетельный орех — это плод арековой пальмы (*Areca catechu*). В некоторых странах его традиционно используют, смешивая с листьями бетелевой пальмы и гашёной известью. Иногда в смесь добавляют табак и другие вещества.
- Главный активный компонент ореха — **ареколин**. Это психоактивное вещество, которое влияет на нервную систему — примерно как никотин. Сначала оно может вызывать приятные ощущения, но потом приводит к привыканию.



# ОПАСНО!

- **Почему это опасно?**
- Бетельный орех наносит вред всему организму. Рассмотрим основные последствия:
- **Проблемы с зубами и дёснами:**
  - кариес;
  - стирание эмали;
  - воспаление и фиброз дёсен (лейкоплакия);
  - потеря зубов;
  - стойкий неприятный запах изо рта.
- **Зависимость.** Ареколин вызывает:
  - психологическое привыкание (желание повторить опыт);
- физическую зависимость (организм «требует» новую дозу).
- **Влияние на мозг и психику:**
  - снижение концентрации внимания;
  - ухудшение памяти;
  - падение общих интеллектуальных способностей.
- **Внешние изменения:**
  - слюна окрашивается в кирпично-красный цвет;
  - эмаль зубов темнеет;
  - появляется «кровавая улыбка».

---

# ЧТО ГОВОРИТ ЗАКОН?

- В России бетельный орех и смеси с ним **запрещены**. За их:
  - распространение, пересылку и сбыт — уголовная ответственность (ст. 228.1 УК РФ);
  - приобретение, хранение и перевозку — административная (ст. 6.8 КоАП РФ) или уголовная ответственность (ст. 228 УК РФ).
  - Кроме того, употребление бетеля может привести к постановке на учёт в наркологическом диспансере. Это ограничит возможности в будущем: например, будет сложно получить водительские права или устроиться на работу.
-

---

## Как сказать «нет»?

Если вам предлагают попробовать бетельный орех, помните:

Ваше здоровье — ваше главное богатство. Никто не вправе заставить вас рисковать им.

Настоящий друг не будет настаивать на том, что вредно.

Отказ — это проявление силы и зрелости.

**Вот несколько фраз, которые помогут отстоять свою позицию:**

«Нет, я забочусь о своём здоровье».

«Мне это неинтересно, давай поговорим о чём-то другом».

«Я знаю, что это запрещено и опасно».

«У меня другие планы — я занимаюсь спортом / учусь / развиваюсь»

