



---

## «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 «требуется» 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 ГОВОРIT 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»

---

