

Как определить, употребляет ли Ваш ребёнок наркотики?

Обратите внимание на изменения в поведении:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- трудности в сосредоточении на чём-то конкретном;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;
- изворотливость, лживость;
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- неопрятность внешнего вида.

Внешние признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

Сам по себе каждый из перечисленных выше признаков может означать, например, болезнь или проявления переходного возраста, но 3 симптома и более - опасный знак.

Очевидные признаки:

- следы от уколов (ребёнок будет пытаться их скрыть: длинные рукава и брюки в жару - плохой признак), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет;
- пластиковые бутылки с прорезью;
- тара из-под клея, лакокрасочных изделий;
- непривычные запахи, пятна на одежде.

Основные причины, приводящие подростка к употреблению наркотиков (кроме генетической предрасположенности и родовой травмы) — причины, возникшие в результате неблагоприятных семейных отношений: неадекватная заниженная или завышенная самооценка; отсутствие четкой цели в жизни, отсутствие заботы о себе и о своем здоровье; недостаток любви и поддержки в семье; эмоциональная боль, разочарование в семье от психической (а иногда и физической) травмы, полученной в детстве от родителей; гиперопека со стороны родителей, отсутствие навыков самостоятельного приема решений, повышенная внушаемость; низкая устойчивость к стрессам, неумение справляться с трудностями; неумение получать удовольствие, удовлетворение от повседневной жизни; отсутствие нравственных ценностей, внутреннего стержня.

Что делать родителям, чтобы их ребенок не стал наркоманом?

Выберите позицию личной ответственности за своего ребенка, свою семью. Не ждите, когда беда постучится к Вам в дом. Найдите время, чтобы говорить с Вашим ребенком на темы наркомании. Создайте в своей семье атмосферу любви, доверия и безопасности, вырабатывайте ясные и справедливые правила совместной жизни, выполняйте взятые обещания, интересуйтесь заботами и проблемами ребенка, его внутренним миром. Развивайте в ребенке навыки самостоятельного приема решений, инициативу, собственный взгляд на происходящее. Лучше, чтобы Ваш ребенок был ведущим, а не ведомым. Учите подростка справляться с трудностями и неудачами, говорите, что отрицательный опыт, это тоже опыт. Учите ребенка видеть и понимать красоту окружающего мира, учите получать удовольствие в повседневной жизни (от природы, хорошей книги, общения с интересными людьми и т.д.). Ваша роль должна быть не запрещающей, не наставляющей, а поддерживающей, принимающей, информирующей. Донесите до Ваших детей, что: вслед за удовольствием от принятия наркотиков, наступают сильные физические муки; сильно портится физическое здоровье; резко снижаются умственные способности; высокий риск заражения СПИДом, другими инфекционными заболеваниями; уменьшается и сходит на нет половая потенция; подросток лишается будущего; те, кто употребляет наркотики — не самые крутые. Они самые глупые. Продажа наркотиков — большой бизнес и наркоман играет в нем роль глупой пешки, расплачивающейся за свою глупость не только

деньгами, но и своей жизнью. Наркоманию можно победить только тогда, когда с каждым подростком в каждой школе, в каждом семье будет проводиться регулярная работа по формированию правильного отношения к наркотикам!

***Телефоны специалистов и
служб:***

**ГБУЗ СО «Верхнепышминская центральная
городская больница им.П.Д. Бородина»,
наркологический кабинет: 9-01-42, 9-02-15**

Областной наркологический диспансер
г.Екатеринбург, ул.Халтурина, 44 А,
тел.(343)310-21-20, (343)245-70-66
(круглосуточно)
г.Екатеринбург, пер.Медицинский, 5,
тел.(343)338-19-23, (343)327-70-27
(круглосуточно)
г.Екатеринбург, пр.Космонавтов, 90А,
тел.(343)335-35-07(06) (круглосуточно)

**Свердловская областная клиническая
психиатрическая больница, филиал
«Детство»**
г.Екатеринбург, ул.Индустрии, 100А,
тел.(343)330-48-36

**Бесплатные консультации психолога,
социального работника (равного
консультанта), врача психиатра-нарколога
по вопросам наркомании, алкоголизма,
табакокурения и созависимости можно
получить в Наркологическом
реабилитационном центре «Урал без
наркотиков» по адресу:
г.Екатеринбург, ул.Ленина, 7,
тел.(343)358-11-91, круглосуточная горячая
линия: 8-800-3333-118, официальный сайт:
uralbeznarkotikov.ru**



***памятка
для родителей***

***Как защитить ребенка от
наркомании***

Верхняя Пышма, 2015 год