|  |
| --- |
| **Сегодня Вашему сыну или дочери могут предложить наркотики везде:**  на улице, дискотеке, спортивной секции,…  Наиболее часто в употребление наркотиков вовлекаются подростки 12-18 лет.  Часто родители узнают о том, что их ребенок принимает наркотики далеко не сразу. Чтоб не запустить этот процесс, постарайтесь внимательно относиться ко всем изменениям в поведении Вашего ребенка и в его распорядке дня.  Изменения могут быть следующими:  - подросток поздно ложится спать, поздно встает  утром с постели;  - проводит больше времени вне дома;  - проявляет чрезмерную говорливость, повышенную активность;  - проявляет вялость, заторможенность, апатию;  - говорит несвязно, заговаривается;  - движения неуклюжие, порывистые;  - стал более скрытен;  - стал агрессивен;  - потерял интерес к учебе;  - увеличил денежные расходы или стал вытаскивать деньги или ценные вещи из дома;  - проявляет частые перепады настроения;  - несоответствие настроения ситуации: равнодушие в спорте или агрессия по пустякам;  - совершает правонарушения;  - начал говорить шепотом или на непонятном Вам сленге со своими знакомыми по телефону или часто уединяется с ними в безлюдных местах;  - завел новых подозрительных друзей или старые друзья стали немного странными;  - наблюдаются изменения размеров зрачков: их увеличение или сужение независимо от освещения;  - появление дома пузырьков, бутылочек, закопченных ложечек, капсул;  - наличие на теле синяков, следов инъекций, порезов. Следы инъекций могут быть на ладонях, голове, других частях тела;  - наличие шприцов, сушеной травы, непонятных таблеток, порошков, маленьких картинок, напоминающих марки;  - нельзя допускать, чтобы кто-либо из ближайшего окружения наркомана был заинтересован в его излечении более, нежели он сам. Особенно это относится к родителям;  - разговоры о наркотиках - единственное и любимое развлечение наркомана.  Долгие разговоры с ним на эту тему могут даже доставить удовольствие другим собеседникам (например, если кто-то интересуется своеобразным жаргоном и фольклором наркотической субкультуры), но такие беседы не имеют лечебного значения и с этой точки зрения будут пустой тратой времени.  - наркоман часто пытается убедить нас, причем нередко весьма впечатляюще, что хочет заняться чем-то серьезным. И чем более мы радуемся его энтузиазму, тем более он чувствует себя так, словно уже осуществил свое намерение, и обычно этим ограничивается.  - наркоманы испытывают большое удовольствие, если им удается вернуть в свою среду того, кто пытался вырваться из их круга, поэтому полная смена окружения (переезд в другой город или местность) увеличивает шансы подростка на разрыв с группами наркоманов, а тем самым с наркотиками.  **Симптомы употребления курительных смесей**  В зависимости от дозы, стадии опьянения, стажа употребления выделяются следующие симптомы употребления курительных смесей:  расширенный или (реже) суженный зрачок;  мутный либо покрасневший белок глаз (поэтому носят с собой «Визин» и другие глазные капли);  повышенная двигательно-эмоциональная активность;  повышенный аппетит;  сухость во рту;  бледность;  галлюцинации, кошмарные видения;  агрессия;  учащенное сердцебиение;  неспособность сосредоточиться;  нарушение восприятия;  бесконтрольный смех;  полная потеря контакта с окружающим миром;  отсутствие способности ориентироваться в пространстве;  потеря самоконтроля;  нарушение координации;  дефект речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки);  заторможенность мышления (тупит);  неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании (если сильно обкурился, минут на 20-30)  **ЧТО ДЕЛАТЬ?**  Не паниковать! Не считайте себя виноватым! Не задабривайте. Не кричите, не запугивайте, не плачьте. Прячьте ценные вещи, не давайте много денег. Не помогайте наркозависимому решать его проблемы с долгами. Будьте как можно более спокойны и тверды.  Больше общайтесь с Вашим ребенком в спокойной, доброжелательной форме, не оскорбляя и не отталкивая его. Старайтесь его понять. Общение даст Вам больше реальности о нем и сложившейся ситуации, а Вашему сыну или дочери даст больше реальности о Ваших чувствах и целях относительно его (ее) и сложившейся ситуации.  В общении старайтесь выяснить:  1) какие наркотики, в каком количестве и как давно он употребляет;  2) где и у кого он берет наркотики;  3) с кем принимает наркотики.  Если подросток пытается скрыть употребление наркотиков, спокойно и твердо скажите, что Вы его любите и доверяете ему, но ,чтобы Вы были спокойны, он должен пройти экспертизу на наркотики или экспресс-тест. Наркологическую экспертизу можно сделать в любом наркологическом диспансере. Но сначала можно провести тест на наркотики в домашних условиях, купить тест можно в аптеке.  Если вы не знаете, какой наркотик употребляет Ваш ребенок, то сначала можно сделать мульти-тест, который поможет выявить один из пяти наиболее используемых наркотиков: марихуану, морфин (героин), амфетомин, кокаин, метамфетемин.  Как проводить экспресс-тест подробно написано в инструкциях к ним.  Обратитесь к специалистам!  **«Телефон доверия» Архангельского психоневрологического диспансера**: 8 (8182) 202-101(круглосуточно, анонимно, бесплатно).  **«Телефон доверия» для несовершеннолетних, потребляющих психоактивные вещества, и их родителей:**  8 (8182) 68-51-04 (9.00 – 17.00 анонимно, бесплатно).  **«Горячая линия» областного СПИД-центра:**  8 (8182) 215-308 (круглосуточно, анонимно, бесплатно).  **Анонимный, бесплатный «Телефон доверия» Архангельского социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних:**  8-800-2000-122 |