|  |
| --- |
| **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 |