

# Памятка родителям по профилактике и предупреждению употребления подростками наркотических и других психотропных веществ

Последние годы для России употребление несовершеннолетними наркотических и других психотропных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу для здоровья подрастающего поколения. Основными причинами потребления несовершеннолетними наркотиков могут являться: употребление их ради любопытства; желание казаться более взрослыми; одним из способов обратить на себя внимание родителей; неорганизованность досуга ребенка (кружки, секции и т.д.).

## Рекомендации

- Между родителями и ребенком должны выстроиться доверительные отношения, несмотря на занятость и усталость после работы, необходимо ежедневно общаться с ребенком. Отсутствие общения с Вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?
- Постарайтесь выслушивать друг друга, а именно точку зрения ребенка, не подвергать ее жесткой критике. Старайтесь в том или ином случае поставить себя на его место с целью понять его позицию.
- Помогайте своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. В случае возникновения конфликтной ситуации не кричите, постарайтесь разговаривать с ним в спокойном тоне, объяснить неправоту его действий (поступков) их последствия (можно привести примеры из жизненного опыта). Избегайте насмешливого или снисходительного тона.

## Симптомы употребления наркотических веществ

Определить, употребляет ли Ваш ребенок наркотики или нет, достаточно сложно, особенно, если ребенок потребил наркотическое средство в первый раз или употребляет периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине.

И все же стоит насторожиться, если проявляются:

### Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления.

### Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти, внимания;
- уходы из дома, прогулы в учебном заведении по непонятным причинам;
- болезненная реакция на критику, частая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- 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;

Очевидные признаки:

- следы от уколов (вдоль магистральных сосудов на изгибах рук, между пальцев), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пластиковые бутылки с прожженными отверстиями;
- пачки лекарств снотворного либо успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

**Если Ваш ребенок стал употреблять наркотические средства, психотропные вещества, не старайтесь собственными силами решить данную проблему, не кричите на него и не скандавьте с ним.**

**Незамедлительно обратитесь к квалифицированным специалистам: наркологам, психологам и другим специалистам, которыми будет оказана необходимая консультативная и лечебно-реабилитационная помощь**