

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ !

Ваш ребенок взрослеет, перед ним много соблазнов, ему могут предложить сигарету, алкоголь, наркотик во дворе, на дискотеке, в гостях и т.п. Вы не в силах исключить возможность этого и всегда должны быть готовы к такому развитию событий. Это не означает, что надо постоянно ждать и бояться. Быть готовым – значит, в случае возникновения таких проблем, спокойно ее проанализировать и грамотно спланировать свои действия.

Помните! Если отношение к алкоголю, табуку и наркотикам не сформируете вы, то это обязательно сделают сверстники. Но вы уверены в том, что подросток получит правильную информацию?



Объясните, что, приближаясь к наркотикам, человек утрачивает всякую самостоятельность. С этого момента то, что он будет делать, когда и как, - уже в большей степени зависит не от него самого. Он становится заложником и превращается в товар!



Подросток не услышит вас, если вы будете основывать свою аргументацию на «вреде» физическому и психическому здоровью». Здоровье для большинства из них просто данность и «если ты будешь курить, то можешь заболеть раком легких»-им просто непонятно.



Бесперспективным будет и ваш тезис: «Ну что в этом хорошего, подумаешь удовольствие, тоже мне!» Он очень доступно сможет объяснить, что это такое, но скорее промолчит, чтобы не повергнуть вас в полубоморочное состояние.

ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

- Внешний вид и поведение ребенка напоминают состояние алкогольного опьянения, но отсутствует запах алкоголя изо рта.
- Изменение настроения: беспричинное веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность.
- Изменение двигательной активности: повышенная жестикуляция, избыточность движений, неусидчивость или обездвиженность, вялость, расслабленность.
- Изменение координации движений: плавность, скорость, соразмерность (размашистость, резкость, неточность), неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища, даже в положении сидя (особенно явное при закрытых глазах), нарушенный почерк.
- Изменение цвета кожных покровов: бледность или, наоборот покраснение.
- Сильно суженные или сильно расширенные зрачки, не реагирующие на свет.
- Изменение слюноотделения: повышенное или сухость во рту, сухость губ, осиплость голоса.
- Изменение речи: ускорение, подчеркнутая выразительность, или замедленность, невнятность, нечеткость.
- Резкая смена друзей, прежние увлечения больше не интересуют, подросток становится более замкнут, скрытен.
- Проявление беспокойства без видимых причин. Желание вырваться на улицу. Прогулы в школе, снижение успеваемости.
- Карманные расходы возрастают, а из дома начинают пропадать вещи и деньги.

➤ ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ВСЕ ЖЕ ПОПРОБОВАЛ НАРКОТИКИ?

В первую очередь успокойтесь! Дальнейшие действия должны быть обдуманны и взвешенны.

- ✓ *Не ругайте, не наказывайте ребенка.* Нотации и ссоры не помогут. Ваша задача – наладить контакт с ребенком, а не оттолкнуть его от себя.
- ✓ *Постарайтесь понять проблемы,* которые тревожат ребенка, и помогите в их решении.
- ✓ *Оградите его от общения с людьми,* в кругу которых он пробовал наркотики.
- ✓ *Поговорите с теми, кто может дать вам практический совет.* Обратитесь к специалистам-наркологам и к тем, кто сталкивался с такими проблемами, не пытайтесь справиться с бедой сами.
- ✓ *Постарайтесь определить, как долго и какие наркотики употреблял ребенок.* Если первый раз, нужно, чтобы ребенок осознал возможности последствия. А если присутствует уже наркотическая зависимость, то вы общаетесь уже с больным человеком с деформированной психикой, которому нужна помощь высококвалифицированного специалиста.
- ✓ *Помогите ребенку найти интересное занятие, увлечение.* Нужно создать круг близких и авторитетных ребенку людей.

КОГДА РЕБЕНОК ВЫХОДИТ ИЗ ДОМА, РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ:

- Знать, куда он пошел.
- Сообщить ему, где в это время будете находиться вы, или к кому из близких он может обратиться за помощью.
- Назначить время его возвращения домой и требовать отчёта, если он опоздал.

- Не спать! Встретить ребенка, если он вовремя не вернулся домой.
- Не повышать голос и не ругать, если ребенок задержался, а спокойно выяснить причину его задержки.
- Убедить ребенка, что он при необходимости может попросить родителей встретиться с ним, где бы он не находился, без лишних вопросов с их стороны.
- Контакттировать с родителями его друзей.
- Знать друзей и круг общения ребенка.
- Знать на какие сайты чаще заходит ваш ребенок, чем интересуется.

МИФЫ О НАРКОТИКАХ

Миф 1: *Попробуй - пробуют все.*

80% подростков никогда не пробовали наркотиков!

Миф 2: *Существуют «безвредные наркотики».*

Все наркотики вредны для организма и вызывают привыкание.

Миф 3: *От очередного употребления наркотиков всегда можно отказаться.*

Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

Миф 4: *Ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия.*

Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.

Миф 5: *Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет.*

Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

Миф 6: *Лучше бросать постепенно.*

Проще отказаться от наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

Миф 7: *Спайс и травка не наркотик.*

СПАЙС = НАРКОТИК!!!

ФАКТЫ О НАРКОТИКАХ

- ❖ Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.
- ❖ Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в старости.
- ❖ Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманы слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.
- ❖ Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.)
- ❖ Наркомания приводит к повышению риска заболеваний онкологическими заболеваниями, повреждению головного мозга.
- ❖ Иммунитет ослабляется, повышается риск заражения гепатитом и СПИДом.
- ❖ Средняя продолжительность жизни наркомана-21 год. 13% доживают до 30 лет, и лишь 1% до 40 лет.
- ❖ От 30 до 80% всех самоубийств совершается в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- ❖ Если попробовав наркотик, ты не прочь повторить, не забывай – ЗА ВСЁ НАДО ПЛАТИТЬ!
- ❖ Каким бы заманчивым не показалось предложение попробовать наркотик – ОТКАЖИСЬ!!!

Кировский областной наркологический диспансер: ул. Преображенская 82,

(8332) 70-80-68 с 8.00 до 18.00 (пн.-пт.)

Горячая телефонная линия наркодиспансера:

(8332) 45-53-70 (бесплатно, круглосуточно).

Телефон доверия УВД по Кировской области:

(8332) 589-777

КОМИССИЯ ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ И ЗАЩИТЕ ИХ ПРАВ КИРОВО-ЧЕПЕЦКОГО РАЙОНА КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ



*Пока планета ещё жива,
Пока о солнце мечтают весны,
На жизнь предъявим свои права,
Пока не поздно, пока не поздно!
Спасём от наркотиков наших детей
Пусть мирно спит под небом
звездным.*

*Здоровье будет у молодых.
Пока не поздно, пока не поздно!*

2019г.