

# Как распознать симптомы употребления наркотиков у Вашего ребенка?



Большинство подростков знает, что употребление наркотиков причиняет вред организму и может привести даже к гибели.

## Почему же они их употребляют?

Может быть, они становятся жертвами негодяев, которые их подталкивают к этому и делают их зависимыми от наркотиков?

Не обязательно. Чаще всего приобщение к наркотикам происходит в кругу друзей, когда в атмосфере приятельского общения подростки делятся своими желаниями или впечатлениями. Марихуану и некоторые другие наркотики нередко предлагают попробовать на вечеринках, когда новичку в этом деле трудно отказаться, чтобы не произвести впечатление человека неисклюшенного и слишком боязливого. Многие подростки готовы в буквальном смысле подвергнуть риску собственную жизнь, если группа сверстников требует от них что-то сделать. Такая потребность в общественном одобрении играет в большинстве случаев ведущую роль в ситуации приобщения подростка к наркотикам.

Определить, употребляет ваш ребенок психоактивные вещества ПАВ (алкоголь, токсические вещества, наркотики) или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет изредка. И все же стоит насторожиться, если проявляются несколько из следующих перечисленных признаков (пять и более из разных групп):

### 1. Физиологические 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);
- расстройство желудочно-кишечного тракта;
- резкие скачки артериального давления;



## 2. Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- трудности в сосредоточении на чем-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;
- частое вранье, изворотливость, лживость;
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- неопрятность внешнего вида;

## 3. Очевидные признаки:

- следы от укусов (особенно на венах), 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.

Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине (например - переходный возраст).



## ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

1. Прежде всего, не поддавайтесь панике, внимательно понаблюдайте за ребенком.

2. Соберите максимум информации для себя:

- все о приеме ПАВ вашим ребенком;
- все о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в употребление ПАВ;
- все о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

3. Если подозрения подтверждаются, не оттягивайте «момент истины». Горькая, правда, лучше сладкой лжи.

4. Ни в коем случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.

5. Сообщите Вашему ребенку о своих подозрениях, при этом старайтесь его не обвинять, а уточнять.

6. Меньше говорите - больше делайте. Наберитесь терпения и спокойно объясните ему, что не одобряете его выбор, дайте ему полную информацию о том, что его ждет в будущем, если он откажется от лечения.

7. Ваша задача найти с Вашим ребенком общий язык, подход, быть ему опорой и поддержкой в трудной и, как правило, непонятной для него жизненной ситуации.

8. Не допускайте самолечения

9. Не пытайтесь бороться в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам (врачу психиатру-наркологу, психологу).

Как помочь ребенку противостоять давлению со стороны подростков, которое требует от него подчинения групповым законам в вопросах употребления наркотиков и в сексуальных отношениях?

Очень важно, чтобы подросток осознал давление со стороны группы еще до того, как оно достигнет максимума. Надо, чтобы он заранее знал, как себя вести в этой ситуации. Следует научить его манере поведения в подобном случае. Такая подготовка, конечно, не может служить гарантией его мужества, способности устоять в критической ситуации. Однако его осведомленность о силе влияния сверстников друг на друга может помочь ему обрести независимость в своих действиях.

• Поэтому советуем родителям обсудить со своим ребенком, когда ему будет 10-12 лет, вопросы поведения в среде сверстников, делая акцент на необязательное выполнение требований остальных членов группы.



### СОВЕТЫ ПОДРОСТКУ

Если Вас уговаривают попробовать наркотики:

**1.** Выслушайте оппонентов, покажите, что Вы слышите их аргументы, задайте как можно больше вопросов и все равно говорите четкое НЕТ.

**2.** Не пытайтесь придумать «уважительные» причины и оправдываться. Это только раззадорит группу и вызовет шквал оскорблений.

**3.** Откажитесь продолжать разговор на эту тему и попробуйте предложить альтернативный вариант.

**Если Ваше твердое НЕТ вызвало реальную атаку критики:**

**1.** Не концентрируйтесь на сказанном в Ваш адрес в запале гнева. Основная ошибка - это желание защититься от любых несправедливых нападок. Помните, что каждая попытка защититься себя в подобной ситуации будет только разогревать пыл противника.

**2.** Убедите себя в том, что никто не может оценивать личное достоинство других, можно судить только о делах окружающих. Критика Ваших личных качеств является непропорциональной.

**3.** Помните, что неодобрение не может быть постоянным. Споры - это часть жизни. Если один человек критикует другого, он вовсе не подразумевает его бесполезности.

**Умелое применение этих правил, Ваше четкое и уверенное НЕТ приему наркотиков и ЕСТЬ ИСТИННОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ НЕЗАВИСИМОСТИ И ПОЗИЦИИ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА.**

**Люди, не боящиеся сказать НЕТ,  
УВЕРЕННЫЕ В СЕБЕ,  
ценятся обществом  
значительно больше!**



### Здоровье детей – в ваших руках!

Все виды наркологической (лечебно-консультативной) помощи для детей и подростков осуществляются на безвозмездной основе (бесплатно), в том числе и стационарный этап терапии.

### В случае беды обращайтесь!

ГБУ РО «Областной клинический  
наркологический диспансер»

8 (4912) 25-95-27

Прокуратура Рязанской области

8 (4912) 25-20-85

Телефон доверия УМВД России по  
Рязанской области  
бесплатно  
круглосуточно

**8(4912) 21-63-07**