

# Памятка родителям о вреде наркотических средств

Уважаемые родители! Мы уверены в том, что Вы так или иначе, знаете семьи, в которых дети в подростковом возрасте стали употреблять наркотики. Мы надеемся, что вы сочувствуете этим людям и передадите им эту информацию. А если у вас есть беспокойство, сомнения и вы подозреваете, что ваш сын или дочь «что-то» употребляют, то эта информация для вас.

Мифы и правда о подростковой наркозависимости

Миф: «Я хорошо знаю своего ребенка и сразу пойму, если он «что-то» употребляет»

Правда: В большинстве случаев родители обнаруживают, что их сын или дочь употребляют наркотики через 3-4 года после первой пробы. Подросткам удается долгое время скрывать употребление и убеждать родителей, что «все хорошо».

Миф: «В том что мой ребенок начал употреблять наркотики, виновата плохая компания»

Правда: Наши исследования показывают, что дело не в компании, а в проблемах взаимоотношения в семье. Если эти проблемы не решаются, то подросток попадает в компанию, употребляющую наркотики.

Миф: «Нужно изолировать подростка от «дурной компании» и все будет хорошо»

Правда: Опыт показывает, что трудно оградить подростка от наркотиков, если не улучшить отношения в семье, а в этом может помочь обращение к специалистам. Не откладываете ваши сомнения и беспокойство. Анонимно и конфиденциально обсудите вашу ситуацию с психологом или социальным педагогом. **ПОЧЕМУ ОНИ ЭТО ДЕЛАЮТ?** Подростковый возраст – возраст становления. Подросток еще плохо знает окружающий мир, плохо знает самого себя. Он торопится жить, он торопится войти в мир взрослых людей. Все хочется попробовать, обо всем хочется составить собственное мнение. Добавьте к этому массу новых проблем – от экономических до сексуальных, первые личные драмы и разочарования... Вот наиболее распространенные мотивы употребления наркотиков подростками:

- желание не отстать от компании, быть «как все» в своей группе сверстников;
- желание пережить эмоциональное приятное состояние («кайф»);
- поиск фантастических видений, галлюцинаций («поймать глюки»);
- стремление «забыться», отключиться от неприятностей;
- любопытство, желание испытать неизведанное.

## ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ ВОЗМОЖНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

### 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, спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

### Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- повышенная или пониженная работоспособность;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти, 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;
- повышенная утомляемость;
- 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 небывлицы;
- неопрятность внешнего вида;
- склонность к прослушиванию специфической музыки;
- проведение большей части времени в компании асоциального типа.

Очевидные признаки: · следы от уколов (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.

## ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ

1. Разберитесь в ситуации. Не паникуйте. Зависимость от наркотика хотя и формируется достаточно быстро, все же на это требуется время. Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите для себя, сможете ли вы сами справиться с ситуацией или вам нужно обратиться за помощью.

2. Сохраните доверие. Не поднимайте голос, не угрожайте – это скорее всего оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Будет лучше, если вы сможете на равных поговорить со своим ребенком, обратиться ко взрослой его части личности. Особенно ценным для сохранения доверия мог бы быть разговор с подростком о вашем собственном опыте (о первом опыте употребления алкоголя).

3. Оказывайте поддержку. «Мне не нравится то, что ты делаешь, но я все же люблю тебя и хочу тебе помочь» - вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка.

4. Подумайте о своем собственном отношении к некоторым сомнительным вещам (табак, алкоголь). Ведь вы являетесь примером в поведении ребенка.

5. Обратитесь к специалисту. Специалист сможет более точно и объективно оценить ситуацию и вместе с вами и вашим ребенком попробовать найти выход из трудного положения.

---

Чтобы вы успели сделать все возможное для того, чтобы не страдали и не гибли ваши дети. Чтобы вы не испытали того горя, что достается матери наркомана и другим матерям, уже потерявших своих детей...

В начале своего "наркотического пути" каждый думает, что он-то никогда не станет рабом наркотиков, он не допустит этого.

Так думали все: те, кого сейчас уже нет в живых, те, кто сейчас мучается в ломках и готов пойти на все ради очередной дозы. Так думали и те, кто сегодня только первый раз попробовал наркотик...

Всем нам грозит опасность. Она, как белая туча, невидима на горизонте, но многие уже попали под ее страшный дождь. Эта опасность - наркомания.

Человечеству различные наркотические вещества известны тысячелетиями, и только последние семьдесят лет незаметно, появившись как болезнь в США и некоторых других странах, наркомания стала растекаться все шире, поражая все новые и новые регионы. И вот достигла Беларуси.

Никто уже не отрицает, что наркомания поразила Беларусь, причем поразила безжалостно, нанеся коварный удар по нашим детям. Взрослые

чаще всего не видят наркотики. Но дети сталкиваются с ними везде: в школах, на дискотеках, на улицах. Наркотики навязывают детям, чуть ли не силой заставляя принимать их.

Что такое наркомания? По гречески "narke" означает "оцепенение, онемение", "mania" - "страсть". В широком смысле наркомания - это болезненное влечение или пристрастие к наркотическим веществам, употребляемым различными способами (глотание, вдыхание, курение, внутривенные инъекции) с целью добиться одурманивающего состояния. Вследствие этого, как результат происходят физические и психические изменения в организме.

### **Дети начинают принимать наркотики по разным причинам:**

Чтобы уйти от решения какой-то проблемы или, что то же самое, уйти от реальности жизни;

Из любопытства (как правило, это маленькие дети - а к наркотикам сейчас привлекают и семилетних);

Чтобы не отставать от других, быть "как все";

Потому что не смог отказать;

Желая казаться взрослее, из-за бравады (особенно когда наркотик предлагает кто-то из тех, с кем подросток находится в близких отношениях);

Желая получить новые, необычные ощущения (галлюцинации);

Чтобы просто поднять настроение;

Желая вести себя раскованнее (например, с девушкой или просто танцуя на дискотеке);

Путем насильственного вовлечения (шантаж и др.)

### **Что происходит при употреблении наркотиков?**

Наркотическая эйфория (иллюзия удовольствия) длится не более 5 минут, остальные 3-4 часа человек находится в фазе расслабления, переходящей в состояние бреда и сна. Причем сновидения не всегда доставляют удовольствие. Кошмар картины своей смерти, расчленение собственного трупа и похорон - острые ощущения не для широкого круга любителей.

Обычно у человека уже после нескольких приемов наркотических веществ развивается сильное, неодолимое влечение к одурманивающему состоянию, называемое психической зависимостью от наркотика.

Есть и иная, значительно более глубокая зависимость, называемая физической. Заключается она в том, что наркотики по мере их употребления как бы входят в химический состав тканей организма, вследствие этого возникает привыкание, и наркотик становится необходимым условием для сохранения биологического и химического равновесия всего организма. Из-за постоянного введения в кровь наркотических веществ, в организме перестают вырабатываться собственные болеутоляющие вещества и человек начинает ощущать боль не только от прикосновения одежды к коже, но и от пульсации сосудов, и даже от трения суставов при движении.

Его тело превращается в одну сплошную рану, причиняющую нескончаемую боль.

Нет больших страданий, чем те, которые испытывает наркоман при отсутствии наркотика. Сами наркоманы назвали это состояние "ломкой", в медицине это называется абстинентный синдром (синдром отмены).

Она проявляется, если наркотик отсутствует в организме в течение 10-12 часов. Наркоман вынужден систематически принимать наркотики и увеличивать их дозу, чтобы не чувствовать боль и продолжать свое "существование". А, как известно, для приобретения наркотика необходимы деньги, которые на дороге не валяются, значит, сначала все выносят из дома, потом идут на воровство. И так по кругу, пока не будет остановки от "передоза" (смерть), от милиционера (тюрьма), от болезни (в лучшем случае больница).

Если Вы обнаружили у Вашего ребенка хотя бы 5 из нижеперечисленных признаков, то Вы можете всерьез опасаться самого страшного: Резкие и частые изменения настроения вне зависимости от ситуации. Заторможенность (до сонливого состояния) или излишняя бодрость, двигательная активность, говорливость. Нарушение ритма сна и бодрствования (позднее засыпание - позднее пробуждение).

Всевозрастающая скрытность (перестает интересоваться внутрисемейными проблемами).

Заметное падение интереса к учебе и прежним увлечениям.

Стремление к уединению.

Нарастающая потребность в деньгах, обоснованная явно надуманными

причинами, - возможно исчезновение денег или вещей из дома. Появление новых, подозрительных друзей, общение с которыми происходит в основном наедине или непонятными, "закодированными" фразами.

Изменение размера зрачков (от суженных в точку до расширенных с исчезновением радужки), которое не зависит от освещенности. Нарушение координации, когда движения становятся неуклюжими и порывистыми.

Повышенная агрессивность.

### **Взрослым надо осознать действие и принять как аксиому:**

Лечение и реабилитация наркомании осуществляется без сообщения в милицию (информация о пациенте предоставляется только по запросам суда и органов следствия), по желанию пациента лечение проводится на условиях полной анонимности (на платной основе).

---

---