

10 советов родителям

по предупреждению

употребления наркотиков детьми

Уважаемые родители!

Чтобы ваш ребёнок был физически и психически здоровым, счастливым, успешным и не столкнулся с проблемой употребления наркотиков, обратите внимание на следующие рекомендации.

1. Будьте в контакте со своим ребёнком. Как можно чаще разговаривайте с ним, каждый день уделяйте ему внимание, интересуйтесь как прошёл у него день.
2. Будьте в курсе того, с кем общается ваш ребёнок, поддерживайте контакты с родителями его друзей.
3. Помогите своему ребёнку найти его хобби, займите его, отведите его в спортивную секцию/школу искусств.
4. Учите ребёнка говорить «нет». Он должен знать, что это нормально отказывать и не чувствовать при этом стыд или вину.
5. Проговаривайте с ребёнком возможные экстремальные ситуации в его жизни и алгоритм действий при них.
6. Договоритесь с супругом/супругой занимать одинаковую позицию в отношении воспитания вашего ребёнка. У него не должно складываться двойных стандартов в отношении своих поступков.
7. Не забывайте, что являетесь самым первым и главным примером для своего ребёнка. Ведите здоровый образ жизни.
8. Не скупитесь на похвалу своего ребёнка, там, где это нужно. Он должен чувствовать вашу поддержку.
9. Гармоничные отношения между всеми членами семьи-залог доверительной семейной атмосферы.
10. Помните, что ваш ребёнок уникален, говорите ему о своих чувствах, напоминайте почаще как вы его любите.

Куда обратиться за помощью

Областная клиническая
наркологическая больница,
305001, г. Курск, ул.
Дружининская, д. 2,
подростковый кабинет

Телефоны: 54-72-91;
54-72-87



Просто будь рядом (памятка для родителей)



Виды наркотических веществ/симптомы их употребления
<p><u>Препараты конопли (марихуана).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -эйфория, чувство беззаботности; - немотивированное повышение настроения, смешливость; - несдержанность, повышенная разговорчивость; - покраснение глаз; -при небольшой дозе – расслабленность при большой дозе - заторможенность, вялость, сбивчивая речь у одних, агрессивность, с немотивированными действиями у других; - при большой дозе - галлюцинации, беспочвенные страхи и паника; - повышение аппетита, сухость во рту; жажда; - повышенная тяга к сладкому.
<p><u>Синтетические катиноны («соли»).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - беспокойный взгляд, - тревожное состояние (ощущение, что за тобой следят, что кругом - враги); - дефекты речи. - отсутствие аппетита; - галлюцинации (как правило, слуховые); - непроизвольные движения руками, ногами, головой; - отсутствие сна, вне приема наркотиков-чрезмерная сонливость (спят по несколько суток), - сильный упадок настроения, депрессия, суицидальные настроения.
<p><u>Синтетические каннабиноиды («спайсы»).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -кашель (наркотик обжигает слизистую), - сухость во рту -мутный либо покрасневший белок глаз (важный признак! наркоманы носят с собой глазные капли), -нарушение координации, -заторможенность речи (слова произносятся медленно, с растяжкой), -бледность кожи, учащенный пульс, -приступы смеха.

Последствия употребления	
<ul style="list-style-type: none"> -разочарование, депрессия и ощущение изолированности; -нарушение координации движений, памяти и умственных способностей; -замедленное половое развитие и созревание; -формирование психической зависимости, когда курение не приносит удовлетворения, но становится необходимым; - хронический бронхит, рак лёгких; -провокация перехода к более тяжёлым наркотикам. 	<ul style="list-style-type: none"> -заболевание гепатитом, сифилисом, ВИЧ; -повреждение печени, лёгких, сердца, развитие энцефалопатии (которая заключается в гибели значительного количества клеток головного мозга); -резкое снижение иммунитета, высокий риск развития гнойно-инфекционных осложнений. -заболевания костной и зубной тканей, непосредственное нарушение обмена кальция в организме; -деградация личности.
<ul style="list-style-type: none"> - дезориентация в пространстве; -тяжелейшие психозы и параноидальные реакции (когда кажется, что повсюду полиция, камеры слежения, снайперы, агенты, сотрудники «мирового правительства» и т.п), аутоагрессия; -физическое истощение, снижение иммунитета. 	<ul style="list-style-type: none"> -осложнения со стороны сердца (аритмии и внезапные остановки сердца); -тяжелейшие депрессии, психозы; -галлюцинации, бредовые состояния, тревога; -снижение интеллектуальных способностей.
<ul style="list-style-type: none"> -сильно страдает центральная нервная система, появляются приступы панических страхов, сильные галлюцинации, паранойя, возможны суицидальные настроения. 	<ul style="list-style-type: none"> -бессонница; -развитие психозов, сопровождаемых галлюцинациями, бредом преследования и ревности; -истощение сердечной мышцы; -развитие энцефалопатии.

Виды наркотических веществ/симптомы их употребления
<p><u>Опиаты (опиум, героин, кодеин).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -непродолжительное состояние эйфории; -необычная сонливость в самое разное время; -медленная, "растянутая" речь; -часто "отстаёт" от темы и направления разговора; -добродушное, покладистое поведение, вплоть до полного подчинения; -стремление к уединению в тишине, в темноте, несмотря на время суток; -бледность кожных покровов; -очень узкий зрачок, не реагирующий на изменения освещения; -замедление сердцебиения; -снижение болевой чувствительности, понижение аппетита, жажды, угнетение рефлексов.
<p><u>Психостимуляторы (амфетамин, метамфетамин, кокаин).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -чрезмерно возбуждённое состояние; -отсутствие усталости, повышенная активность, выносливость; -ощущение силы и превосходства; -отсутствие аппетита; -бессонница; -иногда дрожание конечностей; -галлюцинации; -расширенные зрачки; -все движения и действия выполняются в ускоренном темпе, потребность постоянно двигаться и что-то делать; -ощущение эмоционального подъёма, эйфория; -переоценка своих возможностей.
<p><u>Седативно-снотворные средства (барбитураты, бензодиазепин).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -сонливость, вялость; -спутанность сознания; -замедленная реакция; -нарушение способности сосредотачиваться; -вялая сбивчивая речь; -ощущения головокружения; -мышечная слабость, нарушение равновесия; -неуверенная походка; -галлюцинации; -подавленность настроения, суицидальные наклонности; -сухость во рту.