

# Уважаемые родители!

За последнее время наркомания стала бедой многих семей.

**Иногда даже первая проба может привести к зависимости от наркотика.**

**Правила, позволяющие защитить ребенка от приобщения к наркотикам и психоактивным веществам:**

- **Общайтесь с ребенком.** Общение – основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с Вами заставит ребенка искать его с другими людьми. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?
- **Слушайте своего ребенка, уважайте его точку зрения.** Демонстрируйте заинтересованность, выстраивайте диалог.
- **Принимайте своего ребенка.** Он должен быть уверен в родительской любви независимо от его сегодняшних успехов и достижений.
- **Проводите вместе свободное время,** занимайтесь спортом, музыкой и т.д. Это очень важно для ребенка.

Даже учитывая все это, Вы не в силах исключить возможность пробы наркотиков, и всегда должны быть готовы помочь ребенку.

Все, что здесь перечислено, может быть признаком употребления наркотиков.

## **Внешние признаки**

- бледность кожи;
- расширенные или суженные зрачки;
- покрасневшие или мутные глаза;
- замедленная или очень быстрая речь;
- сухие потрескавшиеся губы;
- беспричинное слезотечение, насморк;
- хронический кашель;
- потеря аппетита, похудение;
- нарушение координации движений (пошатывание или спотыкание).

## **Очевидные признаки**

- следы от уколов на руках в области локтевых сгибов, на кистях;
- шприцы, иглы;

- таблетки, порошки, капсулы;
- бумажки, свернутые в трубочку, фольга, пузырьки из-под лекарств;
- маленькие ложечки;
- различные высыпания на коже, расчески;
- непонятные запахи от одежды и от ребенка.

### **Изменения в поведении**

- уходы из дома, прогулы занятий в школе;
- снижение успеваемости в школе;
- нарастающее безразличие ко всему;
- избегает общения с домашними;
- повышенный и необычный интерес к фармакологии и домашней аптечке;
- интерес к особым состояниям человеческой психики, способам их вызывания;
- утверждение подростком своего права на употребление алкоголя и др.;
- подозрительные разговоры по телефону, односложные ответы, использование жаргонных слов;
- большая часть времени проводится с людьми, не вызывающими у Вас доверия;
- тратит большие деньги непонятно на что;
- часто попадает на лжи;
- теряет личные вещи, пропажа вещей из дома;
- частая и резкая смена настроения;
- невозможность сосредоточиться;
- сонливость или наоборот чрезмерная активность;
- ухудшение памяти.

### **Если Вы заметили подобные симптомы у ребенка**

1. не впадайте в панику;

2. понаблюдайте внимательно за ним и не демонстрируйте чрезмерного волнения;
3. постарайтесь тактично поговорить с ребенком;
4. не читайте мораль, ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте его;
5. постарайтесь установить факты и обсудить их с подростком;
6. **главное – уделяйте больше времени и внимания ребенку, старайтесь больше слушать его, проявив поддержку и заботу, предложите ему помощь.**

**При подозрении на употребление наркотиков принимайте срочные меры.**

Для установления фактов употребления наркотика Вы можете воспользоваться экспресс-тестами. Они позволяют в домашних условиях выявить содержание наркотических веществ в организме человека.

В случае, если есть подозрения, но вид наркотика неизвестен, существуют тесты для одновременного выявления трех и более групп наркотиков. Такие тест-полоски можно приобрести в обычных аптеках.

**При подозрениях и выявленных фактах, не медлите, обращайтесь за помощью к специалистам.**

В Ярославской областной клинической наркологической больнице Вам и Вашему ребенку окажут квалифицированную помощь врачи-наркологи, психотерапевты, психологи и специалисты по социальной работе.

**Также Вы можете получить консультацию специалистов по телефону доверия - 72-14-22.**

анонимная наркологическая помощь – (4852) 33-61-61

Прием вызовов - круглосуточно по телефону (4852) 73-67-46

Если у вас есть любая информация, связанная с незаконным оборотом наркотиков, обращайтесь по телефону доверия Управления ФСКН России по Ярославской области (4852) 21-22-43, анонимная служба «Набат» - (4852) 72-20-20, Рыбинский межрайонный отдел – (4855) 21-35-08; Угличский межрайонный отдел – (48532) 2-30-20; Переславский межрайонный отдел – (48535) 3-18-80.