

Памятка для родителей

Уважаемые родители! Обращаем ваше внимание на то, что в России прогрессирует эпидемия наркомании и токсикомании. С каждым днем регистрируется все больше людей, употребляющих наркотики. Все шире становится список веществ, употребляемых для наркотического опьянения и токсикомании, все моложе жертвы пристрастия к наркотикам.

От наркотической беды не застрахован никто, и если ваш ребенок находится в какое-то время вне вашего внимания, то вам просто необходимо присматриваться к нему, чтобы вовремя заметить, "не подружились ли" ваш сын или дочь с наркотиками или одурманивающими веществами. Ознакомьтесь с наиболее **характерными симптомами возникающей проблемы.**

В поведении:

- нарастающая скрытность ребенка, даже без ухудшения отношений с родителями;
- учащение "гуляний" и увеличение их продолжительности, особенно если они происходят в то время, которое раньше проводилось в семье или за уроками;
- появляются новые подозрительные друзья;
- частые телефонные звонки, особенно тем людям, которых Вы до сих пор не знали;
- склонность сочинять небылицы с целью объяснить или оправдать Ваш интерес к его (ее) поведению.

В настроении:

- резкие перепады, которые нельзя объяснить переменами в реальной действительности;
- волнообразность смены настроения: чаще всего оно плохое с утра и заметно улучшается после вечерней прогулки;
- неадекватные эмоциональные реакции: добродушие и вялость в скандале или, наоборот, раздражительность в спокойной ситуации.

В учебе, отношениях к занятиям:

- снижается успеваемость;
- падает интерес к учебе, увлечениям;
- появляются прогулы школьных занятий;
- бросает занятия в спортивных секциях, кружках.

В режимах сна и бодрствования:

- в течение дня отмечается сонливость, вялость, медлительность, а после вечерней прогулки выглядит бодрым, энергичным, готовым делать что угодно, но только не ложиться спать;
- залеживание в постели с утра – "просыпает" занятия в школе, постоянно опаздывает на уроки;
- спит на задней парте на первых уроках (если занимается в первую смену).

Во внешнем виде и проявлениях:

- неопрятность, неухоженность;
- предпочтение специфического стиля одежды: кожаные куртки с заклепками, массивные ремни с бляхами, разрисованные джинсы и т. д.;
- рубашки или блузки с длинными рукавами, даже в жаркую погоду;
- темные солнцезащитные очки, даже в отсутствие солнца;
- бледность кожи с землистым оттенком;

- покрасневшие мутные глаза, немного навывкате;
- узкие или, наоборот, широкие зрачки с отсутствием реакции на свет;
- замедленная речь с растягиванием слов, иногда бессвязное бормотание;
- пошатывание, спотыкание, нарушение координации;
- следы от внутривенных уколов в характерных местах: внутренняя поверхность локтевых суставов, тыльные части кисти и стопы, паховая область, голени;
- ссадины, синяки, порезы, расчески с целью скрыть следы уколов;
- сальные неухоженные волосы;
- гнойничковые высыпания по всему телу;
- воспаления по ходу вен;
- покраснения в области носогубного треугольника;
- специфический **запах** (укусного ангидрида или растворителя) от одежды и волос, в квартире и даже в подъезде; запах распаренного веника (после курения анаши, гашиша, марихуаны).

В отношении к деньгам:

- постоянные просьбы денег;
- продажа из дома ценностей, в т. ч. книг, одежды, аудиовидеоаппаратуры;
- разговоры с приятелями о том, где достать деньги;
- появление денежных долгов;
- поиски возможностей "легко" заработать, пренебрежение для этого физическим трудом.

В аппетите:

- сниженный аппетит и, как следствие, похудение;
- неожиданные приступы аппетита, особенно после вечерних прогулок;
- предпочтение в еде сладкого и мучного.

Специфические находки:

- порошок (белый или желто-белый), упакованный в маленькие бумажные пакетики;
- темно-коричневая масса, упакованная в целлофан;
- зеленоватый порошок растительного происхождения, чаще в спичечном коробке;
- бумажки или денежные купюры, свернутые в трубочку;
- чайные, столовые ложки со следами подогревания на открытом огне;
- лекарственные препараты (димедрол, снотворные, успокаивающие) в таблетках или ампулах;
- папиросы "Беломорканал" и упаковки от них;
- шприцы и упаковки от них;
- химическая посуда;
- разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности картинками и символами;
- марки, не очень похожие на почтовые.

Что же делать, если ваши подозрения начинают оправдываться?

Во-первых, **никакой паники!**

Продолжайте внимательно наблюдать, не демонстрируя чрезмерного подозрения.

Не рекомендуем читать мораль, угрожать или наказывать.

В то же время не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это для "уроков химии (или биологии) в школе", что это "принадлежит другу".

Проявите заботу и понимание, постарайтесь уговорить обратиться к специалисту-наркологу.

Если ваш сын или дочь не хотят идти к специалисту, то необходимо настоять на этом. А если вы бессильны – обращайтесь за консультацией сами: к наркологу или в отдел предупреждения правонарушений несовершеннолетних районного суда УВД. В любом случае **пускать ситуацию "на самотек"** – значит заведомо смириться с потерей ребенка.

Не спешите сдаваться, выход есть!

Оставайтесь спокойным: тревога и паника – плохие советчики.

Доверительно поговорите с сыном или дочерью. Угрозы и шантаж сжигают "последний мост" между вами и вашим ребенком.

Прежде чем что-то предпринять, проконсультируйтесь со специалистом:

- что делать?
- как уточнить, колется ребенок или курит?
- как убедить его пойти с вами на консультацию и начать лечение?
- как его контролировать?
- как с ним можно договориться?