**Памятка для родителей**

 ***«Что нужно знать о наркотиках»***

Наркомания, вызванная употреблением производных опия

Пробовали или потребляют примерно 20% от общего числа пробовавших или потребляющих наркотические вещества.

К опиатам относятся:

1) природные алкалоиды снотворного мака – морфин, кодеин, омнопон, пантопон;
2) полусинтетические производные данных алкалоидов – героин;
3) синтетические обезболивающие вещества со сходным механизмом действия – промедол, фентанил, триметилфентанил, метадон, трамадол.

Опиаты употребляются в виде внутривенных и подкожных инъекций, ингаляций или курения. Наркотический эффект всех препаратов этой группы сходен и различается лишь интенсивностью проявления абстинентного синдрома («ломки») и скоростью формирования зависимости.

После приема опиатов появляется благодушное настроение и грезоподобное состояние, снижается критика своего поведения. Большинство опиатов обладает выраженным снотворным эффектом, поэтому состояние опьянения сопровождается дремотой (часто с открытыми глазами) и двигательной заторможенностью. Но лица, употребляющие наркотик регулярно, наоборот, испытывают «прилив сил».

Наиболее очевидные признаки приема опиатов: сужение зрачков, бледность и сухость кожных покровов, понижение артериального давления, урежение сердечного ритма и пульса, угнетение дыхательного центра (наиболее частая причина смерти больных при передозировке), снижение моторной функции кишечника (запор или диарея). Весьма характерен быстрый рост толерантности (устойчивости) к наркотику. Дозы, используемые наркоманами, могут в десятки раз превышать дозы, смертельные для обычного человека (до 5000 мг морфина, 4200 мг трамадола единовременно).

При регулярном употреблении опиатов возникает выраженная психическая и физическая зависимость с тяжелыми формами абстинентного синдрома. Сроки формирования физической зависимости – от 2–3 недель до 2 месяцев регулярного употребления опиатов. При морфинизме признаки «ломки» проявляются через несколько часов после приема дозы, достигая пика к 24–48 ч. Комплекс психических расстройств включает тревогу, беспокойство, ощущение «горячих приливов», бессонницу. Наблюдаются следующие физиологические и неврологические признаки: слезотечение, активное выделение носовой слизи, повышение температуры тела, учащение дыхания, сердечных сокращений, подъем систолического давления крови, тошнота, рвота, понос (как следствие – обезвоживание), желудочные спазмы, мышечные спазмы, отсутствие аппетита и уменьшение массы тела. На пике абстиненции усиливается болевой синдром: любые движения, сгибания в суставах, прикосновения к телу становятся мучительно-болезненными. Наиболее острые проявления абстиненции исчезают обычно в течение 10 дней.

При хроническом употреблении опиатов существенно изменяются внешний вид и физиологическое состояние больных; они выглядят неопрятно, старше своих лет: кожа бледная, сухая, шелушащаяся, с желтушным оттенком и многочисленными морщинами на лице, выражено разрушение костной ткани (в том числе и зубов). За период употребления наркотиков больные худеют на 7–10 кг.

Наркомания, вызванная употреблением производных конопли

Пробовали или потребляют примерно 82% от общего числа пробовавших или потребляющих наркотические вещества.

Производные конопли:

1) марихуана – высушенные листья («шала») и высушенные соцветия («шишки»);
2) гашиш – концентрат смол конопли с высоким содержанием тетрагидроканнабиола;
3) молоко («манага», «молочище», «молочко») – отвар обычно сырых растений конопли в молоке;
4) каша, или кашка, – кулинарно приготовленные сухие или сырые части конопли (обычно соцветия). Возможны другие вариации кулинарного приготовления конопли.

При употреблении небольшого количества конопли резкой перемены в поведении обычно не происходит. При средних дозах наблюдается расстройство внимания, нелепость поведения с неадекватным, безудержным смехом, болтливость, стремление к движению (пританцовывают, подпрыгивают, активно жестикулируют – все движения, как правило, совершаются в одном ритме). Нарушение восприятия окружающего (времени, пространства), шум и звон в ушах, звуки и зрительные образы приобретают неестественную живость, вызывают интерес и восторг. Растормаживаются влечения (повышенный аппетит, гиперсексуальность), возможны как некоторая агрессивность, так и сонливость и апатия. Из физиологических реакций отмечается отчетливая сосудистая реакция на лице: покраснение, мраморность, бледность носо-губного треугольника, покраснение склеры глаз. Учащается пульс (100 уд/мин и более), сухость во рту, жажда. Зрачки первое время расширены, реакция на свет ослаблена.

У лиц, впервые употребляющих наркотик, может быть тошнота и рвота, тремор пальцев и рук, иногда всего тела, активное потоотделение, бледность кожных покровов, слабость, чувство холода в конечностях (результат спазма периферических сосудов).

При употреблении высоких доз препаратов конопли иногда возникает острая интоксикация (отравление) с бредовыми идеями, галлюцинациями, потерей собственного «Я», возбуждением. Такое состояние напоминает острый приступ шизофрении. Иногда токсические психозы могут проявляться белой горячкой с нарушением и дезориентировкой сознания. Возможно развитие панической реакции с ярко выраженным чувством страха. Психические расстройства могут проявляться и при хроническом употреблении производных конопли в небольших дозах.

Опьянение при курении марихуаны продолжается 2–4 ч. При приеме гашиша внутрь – 5–12 ч. Острые психические эпизоды могут проявляться 2–3 дня. Абстинентный синдром выражен слабо: легкая раздражительность, нарушение сна, потливость, реже тошнота. Но психологическая зависимость крайне стойка.

При хроническом употреблении препаратов конопли наблюдается резкое снижение памяти и интеллектуальных способностей.

При длительном употреблении одного и того же наркотика из группы производных конопли наблюдается привыкание к нему.

Наркомания, вызванная употреблением кокаина

Пробовали или потребляют примерно 7% от общего числа пробовавших или потребляющих наркотические вещества.

Кокаин – алкалоид листьев южноамериканского кустарника – коки (*Erethroxylon coca*).

Кокаин действует возбуждающе на нервную систему. После его употребления возникает непродолжительное состояние эйфории, стремление к деятельности, бессонница, при передозировке – раздражительность, импульсивное сексуальное поведение, возможны галлюцинации. Отмечается бледность лица, расширение зрачков, учащение ритма сердца, повышение артериального давления, насморк, кашель (при ингаляционном пути введения). Через 40–60 мин после приема кокаина развиваются депрессивные состояния, иногда приводящие к суициду.

Абстиненция не выражена и заключается в чувстве утомления и нарушении сна. Однако психическая зависимость развивается уже после однократного приема кокаина. Кокаин быстро разрушается в организме, поэтому при частых приемах даже в небольших дозах общая суточная доза может оказаться очень большой.

Хронические интоксикации кокаином часто приводят к формированию бредовых психозов, тактильного галлюциноза (чувства ползания насекомых под кожей – симптом Маньяна), возникновению судорожных припадков. Часто наблюдается потеря аппетита и физическое истощение. Возможен летальный исход в связи с угнетением дыхательного центра.

Наркомания, вызванная употреблением стимуляторов нервной системы

Пробовали или потребляют примерно 5% от общего числа пробовавших или потребляющих наркотические вещества.

К стимуляторам относятся: фенамин (амфетамин), эфедрон, перидрол, первитин (винт), кофеин и другие препараты со сходным действием на нервную систему человека.

В состоянии интоксикации наблюдается многоречивость и стремление к однообразной непродуктивной деятельности (например, перестановка вещей или генеральная уборка, начавшиеся ночью или поздно вечером, и т.д.). Зрачки расширены, повышена чувствительность к внешним раздражителям. При передозировке возникает возбуждение с ярко выраженной тревогой, бессонницей, галлюцинациями и бредовыми психозами, сходными с шизофренией. Такое состояние может продолжаться 3–4 ч, сменяясь вялостью, апатией, чувством «разбитости», тоскливым настроением. Наркотическая зависимость от эфедрона формируется за 1–2 месяца. Потребность в стимуляторах носит циклический характер: прием наркотика в течение 2–5 дней сопровождается почти полным отсутствием сна, аппетита, задержкой мочеиспускания, общим физическим и психическим истощением. Затем потребность в наркотике на несколько дней пропадает, при этом развивается повышенная сонливость, апатия, депрессия. Затем наркоман опять прибегает к употреблению наркотика.

Зависимость от эфедрона возникает крайне быстро, частота приема препарата иногда достигает 10–15 раз в сутки. Внешний вид такого наркомана достаточно характерен: глаза запавшие, с нездоровым блеском, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком, значительное снижение массы тела.

Наркомания, обусловленная приемом галлюциногенов

Пробовали или потребляют примерно 6% от общего числа пробовавших или потребляющих наркотические вещества.

К галлюциногенам относятся:

1) грибы рода *Psilocibium*;
2) синтетические препараты: диэтиламид лизергиновой кислоты (LSD); экстази; фенциклидин (PSP).

Интоксикации галлюциногенами, как правило, сопровождаются эйфорией, расстройством чувства времени, кажущимися нарушениями диспропорции тела (например, руки «достают до пят» и т.п.), галлюцинациями. Отмечается неустойчивость настроения, благодушие и доброжелательность могут переходить в злобность и агрессивность. С увеличением дозировки ярче проявляется психопатологическая симптоматика: маниакальные состояния, бредовые идеи, потеря собственного «Я». Длительный прием PSP ведет к снижению контроля над побуждениями, трудностям концентрации внимания, сохраняющимся длительное время после прекращения приема наркотика.

Наблюдаются физиологические и неврологические расстройства: тремор, учащение ритма сердца, потливость, повышение артериального давления. При употреблении крупных доз возможны нарушения со стороны сердечно-сосудистой и нервной систем, вплоть до комы. Абстинентный синдром для этих средств не характерен, но обнаруживается сильнейшая психологическая зависимость. Привыкание характерно лишь для LSD.

Как распознать симптомы употребления наркотиков

*Большинство подростков знают, что употребление наркотиков причиняет вред их организму и может даже привести к гибели. Почему же они их употребляют? Может быть, они становятся жертвами негодяев, насильно втягивающих их в этот порочный круг?*

Не обязательно. Чаще всего приобщение к наркотикам происходит в кругу друзей, когда в приятельской атмосфере подростки делятся своими впечатлениями. Марихуану и некоторые другие наркотики нередко предлагают попробовать на вечеринках, когда новичку трудно отказаться, чтобы не выставить себя неискушенным или слишком правильным. Многие подростки готовы в буквальном смысле подвергнуть риску собственную жизнь, лишь бы заслужить одобрение сверстников. Такая потребность в общественном одобрении играет в большинстве случаев ведущую роль в приобщении подростка к наркотикам.

*Какие симптомы могут указать родителям на то, что их ребенок употребляет наркотики?*

Советую обратить внимание на восемь видов симптомов физического и эмоционального состояния, которые свидетельствуют об употреблении человеком наркотиков.

1. Типичный признак – воспаление век и носа. Зрачки или сильно расширены, или сильно сужены в зависимости от вида принятого наркотика.
2. Отклонения в поведении: человек становится заторможенным, угрюмым, отсутствующим или, наоборот, ведет себя истерически, шумно, проявляет чрезмерную подвижность.
3. Аппетит чрезмерно повышен или совершенно отсутствует. Может наблюдаться потеря веса.
4. Неожиданные изменения личностных особенностей: человек становится раздражительным, невнимательным, пугливым или, наоборот, агрессивным, подозрительным, готовым взорваться по любому поводу.
5. Неприятный запах от тела и изо рта. Небрежное отношение к личной гигиене и одежде.
6. Возможны проблемы в системе пищеварения (поносы, тошнота, приступы рвоты). Часто болит голова и двоится в глазах. Изменяются состояние кожного покрова (дряблая кожа) и общий тонуса организма.
7. На теле можно обнаружить следы уколов, чаще всего на руках – очень важный симптом! В эти места иногда попадает инфекция, и там появляются нарывы, язвы.
8. Разрушаются представления о моральных ценностях, и они замещаются извращенными идеями.

*Можно ли, улучшив систему просвещения, подробно объясняющую вред наркотиков, предотвратить их употребление в среде подростков?*

К сожалению, сократить потребление наркотиков с помощью разъяснительных мер невозможно. Большинство подростков знают о последствиях употребления наркотиков, пожалуй, даже лучше, чем их родители, но употреблять их начинают вопреки этому знанию. Однако необходимо все же усилить разъяснение этих вопросов в среде молодежи. Это является пока нашей единственной надеждой в создавшейся ситуации. Как только употребление наркотиков станет чем-то позорным, не вызывающим зависти и восхищения, эта эпидемия пройдет.

*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. Однажды он может оказаться в машине с четырьмя приятелями, которые решат принять какие-то красные таблетки. Надо, чтобы он заранее знал, как вести себя в этой ситуации. Родителям необходимо заранее выяснить, что их сын предпримет в такой момент, и научить его манере поведения в подобном случае. Такая подготовка, конечно, может и не послужить гарантией его мужества, способности устоять в критической ситуации. Однако осведомленность о силе влияния сверстников друг на друга может помочь ему обрести независимость в своих действиях. Поэтому советую родителям обсудить со своим 10–12 летним ребенком вопросы поведения в среде сверстников, делая акцент на необязательном выполнении требований остальных членов группы.

*Что вы думаете об опасности, связанной с употреблением марихуаны? Я слышал, что она не дает эффекта привыкания, поэтому ее употребление не наносит вреда. Однако есть и другое мнение – что она очень опасна. Какова ситуация на самом деле?*

На этот вопрос вам ответит психиатр и психоаналитик, доктор Х.Вот. Обратимся к его исследованиям. «Опыт моей собственной семьи подтолкнул меня заняться проблемой злоупотребления наркотиками. Я видел, как взрослели трое моих сыновей и как их образ жизни резко контрастировал с образом жизни тех молодых людей, чьему здоровью марихуана нанесла тяжелый ущерб, а иногда и полностью его разрушила. Оказаться свидетелем поступков молодого человека, который сам себе наносит вред, – это трагическое положение, оно разбивает сердце. Я думал о том, какую опасность представляют наркотики для молодежи, как они разрушают надежды родителей, какую печаль приносят их семьям.

Чтобы помешать человеку скатиться на путь обмана, который ожидает любого потенциального наркомана, я приведу следующие факты.

– Все заинтересованные лица, даже те, кто придерживается мнения о необходимости узаконить торговлю марихуаной и открыто ее распространять, согласны с тем, что детям, подросткам, молодым людям, чей ум и тело еще не вполне окрепли, а также беременным женщинам не следует курить марихуану ни при каких обстоятельствах.

– Почти 90% тех, кто употребляет такие сильные наркотики, как героин, начинали с марихуаны.

– Пять сигарет с марихуаной обладают такой же способностью вызвать заболевание раком, как 112 обычных сигарет.

– Марихуана остается в организме, откладываясь в жировых клетках на 3–5 недель. Все это время она отрицательное действует на умственные способности и физическое состояние организма.

– Человек, который курит марихуану регулярно, страдает от интенсивного образования и накопления токсичных веществ в жировых клетках организма, особенно в клетках мозга. Для полного очищения организма требуется 3–5 месяцев после прекращения курения.

– В подростковом возрасте еще продолжается формирование той части мозга, которая обеспечивает способность человека концентрировать свое внимание, заниматься творчеством, обучаться, формировать понятия на достаточно высоком уровне. Постоянное употребление марихуаны в этом возрасте приводит к замедлению нормального роста клеток мозга.

– У женщин, курящих марихуану, резко увеличивается количество клеток с поврежденными молекулами ДНК – носителями генетической информации. Женские яйцеклетки особенно подвержены разрушающему действию марихуаны.

– В крови у мужчин, которые каждый день в течение года выкуривали по одной сигарете с марихуаной, наблюдалось снижение в крови белых кровяных телец на 39% по сравнению с нормой. Это означало повреждение иммунной системы, что делало этих людей более подверженными инфекциям и различным заболеваниям.

– Выкуривание одной сигареты с марихуаной снижает двигательные функции на 41%, а двух – на 63%».

##  «ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ»

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот — третьему, и это необратимый закон благодарности.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.
4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.
5. Не унижай!
6. Не забывай, что самые важные встречи человека — это его встречи с детьми. Обращай больше внимания на них — мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребенке.
7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь — но не делаешь. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
8. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.
10. Люби своего ребенка любым — неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним — радуйся, потому что ребенок — это праздник, который пока с тобой.

**Беседа для родителей**

***«Влияние наркомании на организм человека»***

Кто-нибудь из вас видел, каково влияние наркомании на душевный облик человека? По началу у наркомана лавинообразно развивается охлаждение к действительности. Все вокруг кажется ему неинтересным, плоским и серым и лишь после приема наркотиков он ощущает новые краски мира, и именно поэтому ему все чаще хочется окунуться в этот мир грез приняв очередную дозу. Эмоции в моменты, когда наркоман без дозы вообще не видны, они спрятаны, потому что ему нет необходимости их афишировать, да и желания такого тоже нет. Наркоман раздражителен, апатичен, безволен, а иногда похож на слабоумного. Так проявляется внешнее влияние наркомании на облик больного. Кроме того, что он вял и раздражителен, он еще и черств, груб, эгоистичен, лжив, жесток.

Влияние наркомании проявляется и на круге его общения, который сужается до «друзей» с такими же задачами и интересами – найти и уколоться. Разговоры его тоже подвержены изменению под влиянием наркомании – их тематика – только наркотики, очередная доза, очередной притон. Человек под влиянием наркомании превращается в жертву, потерявшую свою собственную свободу.

Влияние наркомании на половую сферу жизни поначалу неоднозначно и поэтому вводит в заблуждение начинающего наркомана. Ему кажется, что наркотики увеличивают его способность к продолжительному половому акту, после наркотиков он получает более бурный оргазм, но это продолжается всего пару-тройку раз. После того, как влияние наркомании переходит из разряда баловства в область зависимости, его стремление к воспроизводству, да и вообще к банальному сексу, спадает на нет.

Если у наркомана появляются все же дети, они рождаются недоношенными, умственно отсталыми, с различными врожденными синдромами.

Наркомания резко отрицательно влияет на здоровье человека. Дыхание наркомана, как одно из наиважнейших условий жизнеобеспечения, перестает нормально функционировать. В нормальном организме дыхание, это процесс автоматический – рецепторы ответственные за дыхательную функцию реагируют на концентрацию углекислого газа в легких, возбуждая мозговые центры, ответственные за дыхание. Наркотик как бы выключает частично эти рецепторы, чем подвергает себя на естественное пожизненное кислородное голодание — гипоксию. Гипоксия — обычная непосредственная причина смерти при большинстве заболеваний. То есть даже дышать досыта наркоман не может, вот оно какое — пагубное влияние наркомании на жизнь больного.

Наркомания влияет не только на дыхание. Такой защитный механизм организма как кашель тоже отключается у наркомана. Кашель – это естественный способ очистить дыхательные пути человека от мокроты, слизи, гноя, грязи. Отключая рецепторы, ответственные за кашель, наркотики превращают легкие наркомана в «плевательницу», в которой в последствие размножаются бактерии и вирусы, разлагается мусор попавший извне. Естественно никто не скажет о таком влиянии наркомании, когда первый раз дает молодому человеку или девушке попробовать наркотик.

Влияние наркомании на сердечно-сосудистую систему наркомана проявляется все в том же отключении рецепторов, ответственных за давление крови в сосудах, снижая давление крови и замедляя пульс. Таким образом, снижается количество полезных веществ, которыми должны насыщаться клетки организма. Кожа, кости, внутренние органы стареют сами собой, сокращая и без того безрадостную жизнь наркомана.

Пищеварительная система тоже подвержена влиянию наркомании. Снижая вкусовые и обонятельные ощущения, наркотики угнетают аппетит наркомана. Тем самым снижая его вес. Сама пища, которую все же съели, усваивается и переваривается не полностью. Вызывая спазм гладких мышц сфинктеров кишечника, наркотики задерживают переход каловых масс из одного отдела кишечника в другой. Возникают запоры, которые могут длиться 5-10 дней. Представьте себе унитаз, который засорен в течение 10 дней. То же самое происходит и в кишечнике наркомана. Берегите своих детей! Наркоманию легче предупредить, чем потом лечить.

**Памятка для родителей**

***«Действуем!»***

1. В аптечной сети можно приобрести экспресс-тесты для определения содержания наркотических веществ. С помощью этих тестов можно определить факт употребления наркотика 5-6 дневной давности. Если ваш ребенок будет знать, что в любой момент он может быть проверен родителями, он несколько раз подумает, прежде, чем решиться на наркотизацию.

2. Ни в коем случае не оставляйте без внимания подозрения учителей, так как в учебном заведении при дневном освещении легче обнаружить изменения глаз и состояние зрачка, а также разницу в поведении после одной из перемен.  Однако не читайте подростку мораль, не угрожайте и не наказывайте его, а проявите к нему внимание и заботу. Обратитесь за анонимной помощью к врачу-наркологу.

3. Помните! Оставленные без вашего внимания первые тревожные сигналы приведут в дальнейшем к развитию зависимости, и потом уже что-либо сделать будет поздно.

|  |
| --- |
|  |

## Памятка для родителей

***«Как уберечь детей от наркотиков»***

Сегодня алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Это реальность, в которой живут наши дети. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

Как же уберечь наших детей от этого зла?

Лучший путь — это сотрудничество с Вашим взрослеющим Ребенком.

Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте, свой первый контакт с алкоголем, табаком.

Умейте слушать. Поймите чем живет ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.

Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.

Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение.

Предоставьте ребенку знания о наркотиках, не избегая разговора о положительных моментах удовольствия от них. Вам необходимо помочь сделать ему правильный сознательный выбор между непродолжительным удовольствием и длительными необратимыми последствиями.

Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.

Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.

Учите ребенка как решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.

Что делать если возникли подозрения?

Не отрицайте ваши подозрения.

Не паникуйте. Если даже ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.

Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока вы не справились со своими чувствами.

Если ребенок не склонен обсуждать с вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.

Важно, чтобы вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как вы сами справляетесь с вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.

Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ваш ребенок отказывается идти вместе с вами, придите вы.

**Уважаемые родители!**

       Вы, безусловно, — самый близкий и значимый для ребенка человек. Вы стремитесь быть успешным родителем. Вы испытываете тревогу и беспокойство за будущее и настоящее своего ребенка. Это – здоровые эмоции, они заставляют действовать, своевременно прояснять то, что Вас беспокоит.

       Идет необъявленная война наркомафии против наших детей. Сегодня вашему ребенку могут предложить наркотики в школе, в институте, во дворе и на дискотеке. До 60 процентов школьников сообщают, что подвергаются давлению со стороны сверстников, побуждающих их принимать алкоголь или наркотики. Вокруг слишком много наркотиков, чтобы успокаивать себя соображениями вроде: «С моим ребенком такого случиться не может».

      Помните! Чем раньше Вы заметите неладное, тем легче будет справиться с бедой.

      Участие в социально-психологическом исследовании поможет Вам снять необоснованные подозрения в употреблении наркотиков, выявить скрытые тенденции нарушений поведения, поможет не упустить время и оказать помощь своему ребенку. Тестирование может дать шанс предотвратить развитие наркотической зависимости на ранней стадии употребления наркотиков.

       Нужно ли тестирование Вам, Вашей семье?

       Да – если опасаетесь, что ваш ребенок начал употреблять наркотики. Вы можете заподозрить потребление Вашим ребенком наркотиков, если замечаете, что его поведение меняется:

1. утрата старых друзей, отказ познакомить Вас с новыми;

2. сужение круга интересов, потеря интереса к бывшим увлечениям, хобби и пр.;

3. нарушение памяти, неспособность логически мыслить, резкое снижение успеваемости;

4. резкие перемены в характере, чрезмерная эмоциональность, не обусловленная реальной обстановкой. Настроение колеблется: от безудержного веселья до депрессии;

5. непривычная раздражительность и агрессия;

6. замкнутость: ребенка перестают интересовать события в семье, в классе;

7. сокрытие от Вас мест, которые он посещает, того, с кем и чем планирует заниматься, и пр.;

8. телефонные разговоры (особенно “зашифрованные”) с незнакомыми лицами;

9. стремление все закрыть на ключ: комнату, ящики стола, шкатулки и пр.;

10. нарушение сна: бессонница или настолько крепкий сон, что не представляется никакой возможности его разбудить или сделать это намного труднее, чем было раньше;

11. необъяснимое повышение аппетита или, наоборот, беспричинная потеря его, частые простудные заболевания;

12. долгое (вплоть до нескольких суток) отсутствие дома;

13. нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя изо рта;

14. специфический запах от одежды (например, смесь хвои с табаком);

15. незнакомые таблетки, порошки и пр. (не из домашней аптечки) в комнате, среди личных вещей;

16. неожиданное покраснение глаз, зрачки неестественно сужены или расширены, коричневый налет на языке;

17. необъяснимые “потери» денег и пропажа вещей из дома.

       При наличии у вашего ребенка трех-четырех приведенных признаков уже достаточно, чтобы заподозрить у него употребление каких-либо ПАВ. Не стесняйтесь этого – любая профилактика в ваших интересах!