

«Осторожно, ПАВ!»

(памятка для родителей)

ПАВ - психоактивные вещества. **ПАВ:** алкоголь, табакокурение, наркотики.

Уважаемые родители!

Это реальность, в которой живут наши дети. В последние годы общество встревожено обилием наркотиков. За короткий срок число наркоманов в России возросло многократно и достигло 4 млн. чел.

По данным Минздрава России:

- 3,1% школьников - наркозависимы;
- 16% - хотя бы раз употребляли наркотики;
- 8% - находятся в потенциальной группе риска.

Лишь 22% молодых людей от 12 до 20 лет не употребляли наркотики.

Невозможно изолировать ребенка от этой реальности просто запретив употреблять наркотики, ходить на дискотеки, 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.
- Умейте слушать. Поймите, чем живет ваш ребенок, каковы его мысли и чувства.
- Говорите о себе, чтобы и ребенку было легче говорить о *себе*.
- Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение.
- Предоставьте ребенку знания о наркотиках, не избегая рассказа о положительных моментах удовольствия от них. Вам необходимо помочь сделать ему правильный сознательный выбор между непродолжительным удовольствием и необратимыми последствиями для здоровья.
- Научите ребенка говорить «НЕТ». Тогда ему легче будет сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.
- Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы вместе с ним.

«Как не «просмотреть» подростка?» (в помощь родителю)

Общие признаки начала потребления психоактивных веществ подростками:

1. Снижение интереса к учебе, обычным увлечениям, прогуливание занятий, снижение успеваемости в школе.
2. Появляется отчужденность, «холодное» отношение к окружающим.
3. Частая смена настроения. Нередко возможны эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия.
4. Компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста.
5. Эпизодическое наличие крупных или непонятного происхождения небольших сумм денег, не соответствующих достатку семьи. Появляется стремление занять деньги или отобрать их у более слабых.
6. Повышенный интерес к детям из обеспеченных семей, назойливое стремление с ними подружиться.
7. Наличие атрибутов наркотизации (шприцы, иглы, небольшие пузырьки, облатки из-под таблеток, небольшие кулечки из целлофана, тюбики из-под клея, специфический химический запах от одежды и изо рта).
8. Изменение аппетита от полного отсутствия до резкого усиления, обжорство. Периодически тошнота, рвота.
9. Наличие следов от инъекций в области локтевых сгибов, предплечий, кистей рук; раздражение на коже, слизистых.
10. «Беспричинное» сужение или расширение зрачков.
11. Лживость, изворотливость подростка.
12. «Зашифрованные» разговоры с незнакомыми лицам.
13. Отказ сообщать о местах, где он бывает или куда пошел

(скрытность поведения).

14. Невнятная речь.

15. Частый беспричинный кашель.

16. Внешняя неопрятность.



«Передозировка» психоактивных веществ - осложнение употребления наркотиков и токсических средств. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей.

Признаки передозировки:

- резкая бледность;
- неглубокое и редкое дыхание;
- отсутствие реакции на внешние раздражители;
- рвота;
- плохо прощупывающийся пульс;
- потеря сознания.