|  |
| --- |
| **ГКОУ КШ№8**  C:\Documents and Settings\Зам по ВР\Рабочий стол\Картинки Наркотики\id239_art1109.jpg  **г. Арзамас**  **2020**  **РОДИТЕЛИ! ЗАДУМАЙТЕСЬ !**  - ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.  - мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, что, по сути дела, не даем им жить. Мы попираем и нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, несамостоятельности, тому, что **страх жизни преобладает у них над страхом смерти.**  - ограничиваемый в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта, не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие — нет; что можно делать, а чего следует избегать.  Единый бесплатный антинаркотический телефон  **+7 (800) 345 67 89**  Телефон доверия УФСКН России по Нижегородской области  **+7 (837) 421 05 48**  <http://www.gnknn.ru/>  Арзамасский межрайонный отдел ФСКН  **8 (831 47) 4 66 25**  ГБОУ ДОД ДООЦ НО «Дети против наркотиков»  г.Нижний Новгород, ул.Красных партизан, д. 8а, лит. Б, тел.  **8 (831) 293 10 93**  <http://www.protivnarkotikov.ru/>  Диспансерное отделение (консультирование жителей области)  тел. **8 (831) 433 65 24**  Подростковый врач-нарколог Перхун М.В. (ГБУЗ ЦГБ г.Арзамаса Детская поликлиника)  тел. **8 (831 47) 4 62 08**  Телефон доверия(г. Арзамас)  **8 (831 47) 4 07 07**  ГБУ «Центр помощи семье и детям г.Арзамаса», г. Арзамас, ул. 2-я Вокзальная, 1а  тел. **8 (831 47) 6 32 86, 9 76 90**  <http://cspsd40.ru/>  Педагог-психолог ГКОУ КШ№8 Мишина Е.В.,  тел **8 (831 47) 7 68 73**  <http://scosh-arz.ru/>  **Уважаемые родители!**  Здоровье ребенка — самое большое счастье для родителей. Но, к сожалению, все больше и больше подростков начинают употреблять **табак, курительные смеси (спайсы), алкоголь и наркотики (психоактивные вещества)**.  **Причины, по которым дети начинают употреблять наркотики**   - любопытство (известное высказывание: «Надо все попробовать!»);  - желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т. д.;  - желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания;  - безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате — эксперименты от скуки.  **Признаки употребления смесей и других наркотиков**  Из опыта - основная примета: подросток начинает пропускать уроки, у него падает успеваемость, он вообще перестает ходить в школу. Все время врет. Появляются друзья, о которых не рассказывает. При разговоре с ними по телефону уходит в другую комнату или говорит, что наберет позднее. Появляется раздражительность, до ярости, уходит от любых серьезных разговоров, уходит от контакта с родителями, отключает телефоны. При постоянном употреблении становится очевидной деградация. Думает долго, неопрятен, постоянно просит деньги, залезает в долги, начинает тащить из дома. Теряет чувство реальности, развивается паранойя.  Обкуренные подростки, зимой зачастую тусуются в подъездах и компьютерных клубах.  Употребление курительных смесей — частая причина подростковых суицидов. Как правило, выходят из окон. Это не значит, что подросток хотел свести счеты с жизнью, причиной этих действий являются мощнейшие галлюцинации, которые могут как напугать [наркомана](http://www.russlav.ru/narkotik/foto-narkomanov.html) до такой степени, что он решается на что угодно, лишь бы прекратить это, либо просто привлечь в опаснейшие места.  И еще. В 99% случаев употреблять курительные смеси начинают те, кто уже курит сигареты.  **Признаки опьянения курительными смесями**  Определить, употребляет ваш ребенок наркотические вещества или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно **по другой причине.** И все же стоит насторожиться, если проявляются:  Как правило, человек тревожен, нарушена координация движений, либо двигательная активность хаотична. Возможна также сонливость, заторможенность. Зрачок чаще расширен, возникают трудности с фокусировкой взгляда. Речь не внятная. Возможна выраженная слабость, бледность кожных покровов, тошнота, рвота. Внимание привлекается с трудом. Если имеют место галлюцинаторные расстройства, то поведение человека соответствует мнимым переживаниям. Кроме того, выход из состояния опьянения в этом случае сопровождается более болезненными ощущениями, чем при потреблении наркотических веществ.    **Признаки отравления:** рвота, судороги, подъем артериального давления, учащенное сердцебиение, галлюцинации, психоз, отсутствие реакции на внешние раздражители, коматозное состояние, возможен смертельный исход.  **Эффекты и последствия употребления курительных смесей**   * Сопровождается кашлем (обжигает слизистую); * Сухость во рту (требуется постоянное употребление жидкости); * Мутный либо покрасневший белок глаз (очень важный признак, наркоманы это знают, поэтому носят с собой «Визин» и другие глазные капли); * Нарушение координации; * Дефект речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки); * Заторможенность мышления (тупит); * Неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании (если сильно обкурился, минут на 20-30); * Бледность; * Учащенный пульс; * Приступы смеха.   Поскольку дозу просчитать очень трудно (разные продавцы, составы, формулы, концентрация), возможны передозировки, которые сопровождаются тошнотой, рвотой, головокружением, сильной бледностью – вплоть до потери сознания и смерти.  После употребления смесей в течение нескольких дней и дольше человек испытывает упадок общего физического состояния, расконцентрацию внимания, апатию (особенно, к работе и учебе), нарушение сна, перепады настроения (из крайности в крайность).  **Несколько правил, позволяющих предотвратить потребление психоактивных веществ вашим ребенком**    Как при любой болезни, при соблюдении определенных профилактических мер можно уберечь ребенка от потребления табака, алкоголя и наркотиков. Конечно, не все представленные ниже способы легко воплощаются, но в совокупности они дают реальный положительный результат.  **1. Общайтесь друг с другом**  Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить.  **2. Выслушивайте друг друга**  • будьте внимательным к ребенку;  • выслушивайте его точку зрения;  • уделяйте внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним;  **3. Ставьте себя на его место**  **4. Проводите время вместе**  Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.  **5. Дружите с его друзьями**  **6. Помните, что ваш ребенок уникален**  Любой ребенок хочет чувствовать себя **значимым, особенным и нужным.**  **7. Подавайте пример**  Родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить вас в неискренности, в "двойной морали". Помните, что ваше употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных". |