|  |
| --- |
| **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, 1ател. **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".  |