|  |  |
| --- | --- |
|  | **Правила, позволяющие защитить ребенка от приобщения к наркотикам и психоактивным****веществам** |
| * **Общайтесь с ребенком**. Общение — основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с Вами заставит ребенка искать его с другими людьми. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?
* **Слушайте своего ребенка, уважайте его точку зрения**. Демонстрируйте заинтересованность, выстраивайте диалог.
* **Принимайте своего ребенка**. Он должен быть уверен в родительской любви независимо от его сегодняшних успехов и достижений.
* **Проводите вместе свободное время**, занимайтесь спортом, музыкой и т. д. Это очень важно для ребенка.

Даже учитывая все это, Вы не в силах исключить возможность пробы наркотиков и всегда должны быть готовы помочь ребенку.Все, что здесь перечислено, может быть признаком употребления нарко- тиков. |

# Внешние признаки

* бледность кожи;
* расширенные или суженные зрачки;
* покрасневшие или мутные глаза;
* замедленная или очень быстрая речь;
* сухие потрескавшиеся губы;
* беспричинное слезотечение, насморк;
* хронический кашель;
* потеря аппетита, похудение;
* нарушение координации движений (пошатывание или спотыкание).

# Очевидные признаки

* следы от уколов на руках в области локтевых сгибов, на кистях;
* шприцы, иглы;
* таблетки, порошки, капсулы;
* бумажки, свернутые в трубочку, фольга, пузырьки из-под лекарств;
* маленькие ложечки;
* различные высыпания на коже, расчесы;
* непонятные запахи от одежды и от ребенка.

# Изменения в поведении

* уходы из дома, прогулы занятий в школе;
* снижение успеваемости в школе;
* нарастающее безразличие ко всему;
* отказ от общения с домашними;
* повышенный и необычный интерес к фармакологии и домашней аптечке;
* интерес к особым состояниям человеческой психики, способам их вызывания;
* утверждение подростком своего права на употребление алкоголя и др.;
* подозрительные разговоры по телефону, односложные ответы, использование жаргонных слов;
* большая часть времени проводится с людьми, не вызывающими у Вас доверия;
* большой расход денег непонятно на что;
* частая ложь;
* потеря личных вещей, пропажа вещей из дома;
* частая и резкая смена настроения;
* невозможность сосредоточиться;
* сонливость или, наоборот, чрезмерная активность;
* ухудшение памяти.

# Если Вы заметили подобные симптомы у ребенка, то

1. не впадайте в панику;
2. понаблюдайте внимательно за ним и не демонстрируйте чрезмерного волнения;
3. постарайтесь тактично поговорить с ребенком;
4. не читайте мораль, ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте

его;

1. постарайтесь установить факты и обсудить их с подростком.

 6) главное — уделяйте больше времени и внимания ребенку, старайтесь

больше слушать его, проявив поддержку и заботу, предложите ему помощь.

# При подозрении на употребление наркотиков принимайте срочные меры.

Для установления фактов употребления наркотика Вы можете воспользоваться экспресс-тестами. Они позволяют в домашних условиях выявить содержание наркотических веществ в организме человека.

В случае, если есть подозрения, но вид наркотика неизвестен, существуют тесты для одновременного выявления трех и более групп наркотиков. Такие тест-полоски можно приобрести в обычных аптеках.

# При подозрениях и выявленных фактах не медлите, обращайтесь за помощью к специалистам.

В наркологической больнице Вам и Вашему ребенку окажут квалифицированную помощь врачи-наркологи, психотерапевты, психологи и специалисты по социальной работе.

# Можно получить консультацию специалистов по телефону доверия

 