МБУК «Смоленская МЦБС» МО «Смоленский район» Смоленской области **Центральная детская библиотека**

Памятки для родителей «За здоровый образ жизни»

6+

«Беда по имени Наркотики»

Памятка для родителей по профилактике и предупреждению употребления подростками наркотических и других психоактивных веществ

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

В последние годы для России употребление несовершеннолетними наркотических средств и других психоактивных веществ стало проблемой, представляющей серьезную угрозу здоровью подрастающего поколения. Основными причинами употребления несовершеннолетними наркотиков могут быть: употребление их ради любопытства; желание казаться более взрослым; один из способов привлечь внимание родителей; дезорганизация досуга ребенка (кружки, секции и т. д.).

Рекомендации

- Между родителями и ребенком должны быть выстроены доверительные отношения, несмотря на занятость и усталость после работы, необходимо ежедневно общаться с ребенком, т.к. отсутствие общения с Вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить.
- Старайтесь прислушиваться друг к другу, а именно к точке зрения ребенка, не подвергать его резкой критике. Попробуйте в том или ином случае поставить себя на его место, чтобы понять его позицию.
- Помогайте своему ребенку развить в себе положительные качества и в дальнейшем опираться на них. В случае возникновения конфликтной ситуации не кричите, старайтесь разговаривать с ним спокойным тоном, объяснять неправильность его действий (поступков) и их последствия (можно привести примеры из жизненного опыта). Избегайте насмешливого или снисходительного тона.

Симптомы употребления наркотических веществ

Определить, употребляет ли Ваш ребенок наркотики или нет, достаточно сложно, особенно, если ребенок потребил наркотическое средство в первый раз или употребляет периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине.

И все же стоит насторожиться, если проявляются:

Физиологические признаки:

- > бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления.

Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти, внимания;
- > уходы из дома, прогулы в учебном заведении по непонятным причинам;
- болезненная реакция на критику, частая смена настроения;
- > избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны.

Очевидные признаки:

- следы от уколов (вдоль магистральных сосудов на изгибах рук, между пальцев),
 порезы, синяки;
- > бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- > закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пластиковые бутылки с прожженными отверстиями;
- пачки лекарств снотворного либо успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

Если Ваш ребенок стал употреблять наркотические средства, психотропные вещества не старайтесь собственными силами решить данную проблему, не кричите на него и не скандальте с ним. Незамедлительно обратитесь к квалифицированным специалистам: наркологам, психологам и другим специалистам, которыми будет оказана необходимая консультативная и лечебно-реабилитационная помощь.

Оказание диагностической помощи детям и подросткам:

32-11-86 – СОГБОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения» (ул. Неверовского, д. 26, г. Смоленск), *телефон доверия*

Помощь оказывают специалисты: психологи, социальные педагоги, врачи-наркологи, юрисконсульт с 9.00 до 18.00 кроме субботы и воскресенья

27-08-28 – ОГБУЗ «Смоленский областной наркологический диспансер» (ул. Большая Советская, д. 4, г. Смоленск)

38-25-34 - неотложная наркологическая помощь, телефон доверия

38-05-35 – круглосуточный анонимный «телефон доверия» УМВД России по Смоленской области (о фактах незаконных действий в сфере оборота наркотиков, а также распространения незаконной рекламы наркотиков на зданиях, заборах и других сооружениях города)

Источник:

- 1. Признаки употребления отдельных групп наркотических средств: памятка для родителей. Текст: электронный // Управление МВД России по Смоленской области: официальный сайт. URL: https://67.mbg.pd/citizens/recommendation/памятка-для-родителей (дата обращения: 15.04.2021).
- 2. Полезная информация. Текст : электронный // Комиссия по делам несовершеннолетних : Муниципальное образование «Смоленский район» Смоленской области : [официальный сайт администрации]. URL: http://smol-ray.ru/omsu/adm/komissii/kdn/poleznaya-informaciya/ (дата обращения: 15.04.2021).
- 3. Памятка родителям по профилактике и предупреждению употребления подростками наркотических и других психоактивных веществ. Текст : электронный // Отделение МВД России по Гайскому городскому округу. URL: https://262.56.мвд.рф/news/item/21378017 (дата обращения: 15.04.2021).