

Государственное автономное образовательное учреждение дополнительного
профессионального образования Владимирской области
«Владимирский институт развития образования имени Л.И. Новиковой»

**СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ
УПОТРЕБЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕКОМ
НАРКОТИЧЕСКИХ И ПСИХОАКТИВНЫХ
ВЕЩЕСТВ**

памятка для родителей и педагогов



г. Владимир, 2016 г.

Памятка для родителей
СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ
УПОТРЕБЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕКОМ НАРКОТИЧЕСКИХ И ПСИХОАКТИВНЫХ
ВЕЩЕСТВ

К сожалению, большинство взрослых (около 90%) обнаруживают наркотическую зависимость своих детей слишком поздно: спустя 1,5 - 2 года после того, как был попробован первый наркотик. 85% родителей испытывают от этого шок, растерянность, чувство беспомощности. Существуют определенные признаки, которые указывают на то, что подросток может употреблять наркотики.

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ:

1. Следы от уколов, порезы, синяки (особенно на руках).
2. По внешнему виду наркоман напоминает пьяного человека, но от него не исходит запах алкоголя.
3. Изменяется сознание человека. Характерны расстройства, помрачения, отсутствующий вид.
4. Резкие перепады настроения выражаются в беспричинном смехе или печали. Наркоман может веселиться, как ребенок, а через минуту разозлиться на весь мир.
5. Отмечается чрезмерная жестикуляция, подчеркнута громкая манера разговаривать. У человека нарушается координация движений, он неусидчив.
6. Цвет кожи лица меняется от бледного до красного.
7. Круги под глазами, красные или мутные глаза. У наркомана резко сужаются зрачки, они становятся почти точечными, не реагируют на изменение освещенности. Иногда, напротив, расширяются. Бывает, что зрачки имеют разный размер.
8. У больного наблюдается сухость во рту или обильное слюноотделение.
9. Мыслительные и речевые процессы ускорены, наркоман перескакивает с темы на тему. Или наоборот, речь отличается невнятистью.
10. Сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю).

ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ОПРЕДЕЛЕННЫХ НАРКОТИКОВ:

Марихуана.

- Сладковатый запах на одежде или налитые кровью глаза - если марихуана недавно использовалась. Частое использование глазных капель, чтобы снять красноту.
- В личных вещах ребенка Вы нашли приборы для использования наркотиков.
- При регулярном использовании - неряшливость в уходе за телом, повышенная утомляемость, изменения режима сна и режима питания.

Героин

- При недавнем употреблении – очень маленькие зрачки и сонный, расслабленный вид.
- В вещах подростка Вы нашли приборы для инъекций, (это еще называют оборудованием, куда входит: ложка или крышка от бутылки, шприц, жгут, вата, спички).

Ингалянты

- При недавнем использовании - дыхание с запахом химикатов, пятна на одежде или лице, красные глаза.
- Мокрые тряпки или пустые контейнеры от аэрозолей в мусорном баке.

Клубные наркотики

- В комнате ребенка Вы находите детскую соску-пустышку или же подросток берет ее с собой, когда идет на ночную вечеринку или раут.
- В его/ее вещах Вы нашли маленькие бутылочки с жидкостью или порошком.

Стимуляторы

- Постоянный насморк или выделения из носа, следы от инъекций на руках или других частях тела, продолжительная бессонница.

Анаболические стероиды

- Необычный запах дыхания.
- Перепады настроения, включая увеличившуюся агрессию.
- Изменения внешности, которые нельзя соотнести с ожидаемым ростом или развитием.

Есть и ***КОСВЕННЫЕ ПРИЗНАКИ***, по которым можно судить об употреблении подростком наркотиков:

1. Резкое изменение работоспособности. Родителям следует насторожиться, если не отличающийся повышенной работоспособностью подросток вдруг становится энергичным. Или напротив, он всегда был энергичным и ответственным, а внезапно стал хмурым и апатичным и потерял интерес к учебе.
2. Повышенный интерес к лекарственным препаратам без особой на то нужды: спрашивает про их свойства и применение, воздействие на организм.
3. Неожиданное изменение направленности интересов в сочетании с появлением ранее незнакомых друзей или подруг.
4. Появление у подростков различных предметов, ранее не наблюдавшихся: ампулы, упаковки от таблеток, кусочки фольги, закопченные чайные ложки, предметы, которые можно использовать в качестве жгута; тряпочки, пахнущие толуолом; жестяные банки и пустые тюбики из-под клея, бензина, нитрокраски, пустые баллончики из-под лака для волос; бумажные или пластиковые пакеты, пропитанные химическими запахами.
5. Пропажа из дома ценных вещей одежды и др.
6. Необычные просьбы дать денег на какие-нибудь расходы.
7. Лживость, изворотливость.
8. Телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами.
9. Проведение времени в компаниях асоциального типа.
10. Снижение успеваемости, увеличение количество прогулов, плохое поведение, снижение интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям.
11. Заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды.

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕДОЗИРОВКЕ НАРКОТИКОВ

1. Вызвать «Скорую помощь».
2. Повернуть на бок. Очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс.
3. Следить за характером дыхания до прибытия врачей.
4. При частоте дыхательных движений меньше 8 - 10 в минуту – искусственное дыхание.

ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ПОЯВЛЕНИЯ ПОДРОСТКА - НАРКОМАНА В СЕМЬЕ

Одно из важнейших условий антинаркотического воспитания в семье - эффективное общение с детьми.

У детей существует колоссальная потребность в родителях. Поэтому важно:

- 1) **Уделять время ребенку.** Хотя бы 20 минут, только ребенку, не отвлекаясь ни на что другое.
- 2) **Проявлять интерес к жизни ребенка.** Спрашивайте, как прошел день, что он думал, переживал, чувствовал. Не только про уроки и школу, но и про друзей, про последний фильм, который он смотрел.
- 3) **Слушать ребенка.** При этом будьте очень внимательны, не спешите высказывать свое мнение, давать оценки. Сопереживайте ему. Задавайте вопросы, чтобы лучше понять, что он имеет в виду (не думайте, что «и так все ясно»; он - другой человек, отличный от вас).
- 4) **Не сравнивать.** «Все это делают, а ты не можешь...», «Ты должен быть как...». Сравнения снижают самооценку ребенка и его ощущение само ценности.
- 5) **Не срывайтесь на ребенке.** Отдохните после работы. Скажите спокойно, что плохо себя чувствуете или у вас плохое настроение. Доносите свои мысли до другого без агрессии.
- 6) **Уважайте мнение ребенка.** Дайте ему почувствовать, что с ним считаются.
- 7) **Делитесь своим жизненным опытом.** В виде рассказа о себе, без нравоучений. О негативном опыте тоже стоит рассказывать, особенно если вы сделали из него важные нравственные выводы для себя.
- 8) **Проводите вместе время – это сближает.** Совместный отдых; туризм; приключения; хобби; помечтайте вместе.
- 9) **Не ожидайте от детей, что они претворят в жизнь ваши мечты, особенно те, что не смогли претворить вы.** Ребенок пришел на этот свет, чтобы пройти свой путь.