ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Вниманию родителей!

В России прогрессирует эпидемия наркомании и токсикомании. С каждым днем все больше регистрируется людей, употребляющих наркотики. Все шире становится список веществ, употребляемых для наркотического и токсического опьянения, все моложе становятся жертвы пристрастия к наркотикам.

От наркотической беды не застрахован никто, и если Ваш ребенок находится какое-то время вне Вашего внимания, то Вам просто необходимо присматриваться к нему. Чтобы вовремя заметить, не подружились ли ваш сын или дочь с наркотиками ил одурманивающими веществами. Вот наиболее характерные симптомы:

поведение

* нарастающая скрытость ребенка, даже без ухудшений отношений с родителями;
* учащение и увеличение времени "гуляний", особенно если оно приходится на то время, которое раньше проводилось в семье или за уроками;
* появляются новые подозрительные друзья;
* частые телефонные звонки, особенно тем людям, которых Вы до сих пор не знали;
* склонность сочинять небылицы с целью объяснить или оправдать Ваш интерес к его (ее) поведению.

настроение

* резкие перепады в настроении, которые нельзя объяснить переменами в реально действительности;
* волнообразность настроения: чаще всего плохое с утра и заметный подъем после вечерней прогулки;
* неадекватные эмоциональные реакции: добродушие и вялость в скандале или наоборот - раздражительность в спокойной ситуации.

учеба, школа

* снижается успеваемость;
* падает интерес к учебе, привычным увлечениям и хобби;
* появляются прогулы школьных занятий;
* бросает занятия в спортивных секциях, кружках.

режим сна и бодрствования

* изменение ритма сна: в течение дня сонлив, вял, медлителен, а после вечерней прогулки выглядит бодрым, энергичным, готовым делать, что угодно, но только не ложиться спать
* залеживание в постели с утра - "просыпает" занятия в школе, постоянно опаздывает на уроки;
* спит на задней парте первые уроки (если занимается в первую смену);

внешний вид

* неопрятность, неухоженность внешности;
* предпочтение специфического стиля одежды: кожаные куртки с заклепками, массивные ремни с массивными бляхами, разрисованные джинсы и т.д.;
* рубашки или блузки с длинными рукавами, даже в жаркую погоду;
* темные солнцезащитные очки, даже в отсутствии солнца;
* бледность кожи с землистым оттенком; покрасневшие, мутные глаза, немного навыкате; узкие или наоборот широкие зрачки с отсутствием реакции на свет;
* замедленная речь с растягиванием слов, иногда бессвязное бормотание;
* пошатывание, спотыкание, нарушение координации;
* следы от внутривенных уколов в характерных местах: внутренняя поверхность
* предплечий, тыл кисти, паховая область, голени, тыл стопы;
* ссадины, синяки, порезы, расчесы с целью скрыть следы уколов;
* сальные неухоженные волосы;
* гнойничковые высыпания по всему телу;
* воспаления по ходу вен;
* покраснения в области носогубного треугольника, запах
* химический запах (уксусный ангидрид, растворитель) от одежды, волос, в квартире и даже в подъезде;
* запах распаренного веника ( если курил анашу, гашиш, марихуану).

деньги

* постоянные просьбы денег;
* продажа из дома ценностей: книг, одежды, видео-аудиоаппаратуры; разговоры с приятелями о том, где достать деньги; появление денежных долгов;
* поиски возможностей "легко" заработать, пренебрежение для этого физическим трудом,

аппетит

* сниженный аппетит и, как следствие, похудение;
* неожиданные приступы аппетита, особенно после вечерних прогулок;
* предпочтение в еде сладкого и мучного.

специфические находки

* порошок (белый или желто-белый), упакованный в маленькие бумажные свертки; темно-коричневая масса, упакованная в целлофан;
* зеленоватый порошок растительного происхождения, чаще в спичечном коробке; бумажки или денежные купюры, свернутые в трубочку;
* чайные, столовые ложки со следами подогревания на открытом огне; лекарственные препараты (димедрол, снотворные, успокаивающие) в таблетках! ампулах;
* папиросы "Беломорканал" и упаковки от них; шприцы и упаковки от них; химическая посуда;
* разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности картинками и символами; марки, не очень похожие на почтовые.

Что же делать, если Ваши подозрения начинают оправдываться?

НИКАКАКОЙ ПАНИКИ!

Продолжайте внимательно наблюдать, не демонстрируя чрезмерного подозрения.

Не рекомендуем читать мораль, угрожать или наказывать.

В то же время не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это для уроков химии (или биологии) в школе", что это "принадлежит другу". Проявите заботу и понимание, постарайтесь уговорить обратиться к специалисту-наркологу.

Если Ваш сын или дочь не хотят идти к специалисту, то необходимо настоять на этом. А если Вы бессильны - обращайтесь за консультацией сами: к наркологу или в отдел предупреждения правонарушений несовершеннолетних РОВД. В любом случае, пускать ситуацию "на самотек" - заведомо смириться с потерей ребенка.

Не спешите сдаваться - выход есть!

Оставайтесь спокойным: тревога и паника - плохие советчики.

Доверительно поговорите с сыном или дочерью. Угрозы и шантаж сжигают последний мост между Вами и Вашим ребенком.

Прежде чем что-то предпринять, проконсультируйтесь со специалистом: что делать, как уточнить "колется, курит?..", как убедить ребенка пойти с Вами на консультацию, начать лечение, как его контролировать, как с ним можно договориться.