

26 июня – Международный день борьбы со злоупотреблением наркотиков и их незаконным распространением ОПАСНОСТЬ НАРКОМАНИИ.

Наркотики - это вещества растительного или химического происхождения, которые влияют на психическое и физическое состояние человека. Наркомания – тяжелая болезнь.

Мы считаем, что «легких» и «тяжелых» наркотиков не бывает, есть только те, которые разрушают здоровье, отрицательно сказываются на психике, отупляют, провоцируют смерть.

ПОЧЕМУ подростки употребляют наркотики?

- **Безделье** (неорганизованность свободного времени, безразличие родителей к тому, чем ребенок занимается вне школы).
- **Интерес** (желание попробовать что-то новое, испытать неизвестные ощущения).
- **Конфликты** с родителями (между родителями), или в школе, которые переживает ребенок. Наркотики помогает ему на время забыться.
- **Желание уйти от трудностей** (подросток не привык напрягаться в жизни, ему все давалось легко (учеба, отношения с людьми). Родители настолько оберегали его от работы, переутомлений в учебе, что теперь малейшее напряжение он преодолевает с трудом, и не научился справляться с возникающими трудностями, а хочет их обойти, избежать).
- **Давление со стороны сверстников** (часто бывает, что подростка считают «слабаком», если он не пробует наркотик).
- **Не знают о вредных последствиях** (многие слышали о каком-то «кайфе», а что будет после него – не знают).
- **Некуда девать деньги** (часто родители «спонсируют» ребенка не задумываясь, сколько ему действительно необходимо, и о том, куда он их тратит).
- **Слабая воля** (при малейшем давлении поступает так, как «делают все», склонен идти на поводу у других, а не отстаивать свое мнение).
- **Хотят выглядеть взрослее, «круче» перед остальными подростками.**
- **Назло родителям, взрослым** (здесь нужно задуматься, почему).
- **Желание привлечь к себе внимание близких.**

Признаки употребления наркотиков могут быть очень разные. Это зависит от каждого конкретного человека и от вида наркотика, который он принимает. Но может быть кое-что общее:

- частая смена настроения (от подавленности, замкнутости, до бодрости, беспричинной эйфории);
- вялость, заторможенность или наоборот непонятная веселость и эйфория;
- пропуски занятий в школе, снижение успеваемости в обучении;
- лживость, отчужденность;
- резкая смена поведения
- появление новые друзья подозрительного вида;
- денежные долги;
- пропажа из дома ценных вещей;
- падение интереса к былым увлечениям, просмотру телевизора и т. п.;
- появление в доме пакетиков или спичечных коробком с засушенной травой, флаконов с неизвестными химическими жидкостями, шприцов, таблеток или капсул;
- следы от уколов в любых частях тела, особенно на предплечье;

- бессонница, или, наоборот, сонливость, трудное пробуждение и засыпание;
- чрезмерный аппетит или его отсутствие;
- употребление большого количества сладкого;
- зрачки становятся или расширенными, или суживаются,
- меняется цвет кожи до бледного, серого.

Если подозреваете, что ребенок употребляет наркотики.

Пробуют наркотик многие, но это не значит, что они наркоманы. Большинство подростков «перерастают» это, осознавая негативные последствия. Но все-таки будьте внимательны к поведению сына или дочери, старайтесь замечать что-то новое и странное.

1. Спокойно без криков, презрения и видимой злости поговорите о причинах, которые его побудили увлечься наркотиком.
2. Расспросите, четко ли он знает о том, как именно влияет наркотик на организм, какие процессы в нем происходят, и какие последствия его ожидают. Здесь постарайтесь изложить четкие аргументы из тех, которые прочитаете в этой статье. Если это не поможет – свяжитесь со специалистами и предложите ребенку послушать их консультации.
3. Выясните, есть ли у него желание продолжать этим заниматься. Ваш уверенный тон уже снимет впечатление «тайности», «секретности» его занятия. А отсутствие гневных криков может смутить ребенка, действительно, заставить задуматься.
4. Необходимо работать с теми причинами, которые вызвали начало употребления наркотических веществ. Когда они станут вам известны, не акцентируя внимания на том, что вы собираетесь проводить «воспитательную работу» тем не менее, проводите ее. Если причина, например, – интерес, желание экспериментировать – предложите ему заняться каким-то экстремальным видом спорта, туризмом, чтоб эти занятия давали ему новые впечатления. Если причина – назло родителям или привлечение внимания – разберитесь в себе и сделайте выводы.
5. Можете посоветоваться с педагогами учебного заведения, со специалистами социальных служб: что вам делать.
6. Помните: ругань, осуждения, физическое наказание вряд ли помогут, а только наоборот спровоцируют конфликт между вами.

Но имейте в виду, если у вашего ребенка снизилась успеваемость в школе, это еще не значит, что он стал наркоманом. Да и сонливость может быть причиной переутомления на занятиях или в спортивной секции. Анализировать странности в его поведении нужно спокойно и взвешенно.

Гор. нарколог

Л.Ф.Крыжова