



## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

по выявлению несовершеннолетних, употребляющих наркотические средства, и взаимодействию с ними

### Признаки, которые указывают на то, что подросток может употреблять наркотические средства:

**1.**Безосновательное исчезновение из дома на достаточно длительное время. Полная потеря интереса к семейным делам. Отношения становятся более холодными, безразличными, недоверчивыми, закрытыми, чужими. Крайняя раздражительность и краткость (да, нет, нормально) ответов на вопросы.

**2.**Пропуски занятий в школе, снижение успеваемости в учебе, потеря интереса к учебе, труду, просмотру телепередач.

**3.**Возникновение долгов, исчезновение ценных вещей и денег из дома, кражи.

**4.**Исчезновение из дома или появление у подростка таких химических веществ, как уксус, питьевая сода, перманганат калия, йод, ацетон и другие растворители, флаконы с неизвестными жидкостями.

**5.**Нахождение у подростков шприцев, игл, резиновых жгутов, таблеток, пакетиков со странным содержимым: порошком, сушенными грибами, кусочков ваты с высохшим лекарством.

**6.**Появление в лексиконе подростков новых жаргонных слов: баян, машина – шприц, колеса – таблетки; драп, дурь, ширка, названия наркотических веществ и т.п.

**7.**Наличие у подростков следов от инъекций в любой части тела, особенно на предплечье.

**8.**Изменения в поведении: необоснованная агрессивность, злобность, замкнутость, изменение круга друзей, неряшливость, которые не были свойственными ранее.

**9.**Нарушение сна (бессонница или чрезвычайно продолжительный сон, сон днем, тяжелое пробуждение и засыпание, тяжелый сон).

**10.**Нарушение аппетита (резкое повышение аппетита или его отсутствие, изменение пищевых пристрастий, предпочтение сладких кондитерских изделий, постоянный отказ от жирной и мясной пищи, появление чрезвычайной жажды).

**11.**Колебания размера зрачков (зрачки резко расширены или сужены до булавочной головки) и цвета кожи (резко бледная, сероватая).

**12.**Частые возвращения домой в состоянии, напоминающем алкогольное опьянение при отсутствии запаха алкоголя, координация движений слегка нарушена, взгляд отсутствующий, стремление не попадаться на глаза и быстро лечь в постель.

**13.**Стремление избегать одежды с короткими рукавами даже в жаркую погоду.

**14.**Незнакомый странный запах от волос, кожи, выдыхаемого воздуха, одежды.

*Если Вы заметили указанные признаки в поведении Вашего ребенка, то в первую очередь:*

**1.** Помните, что борьба со злом не приведет к успеху без ликвидации его корней. Не ищите причин несчастья только в самом подростке. Возможно, они кроются в структуре семейных взаимоотношений, школьной жизни и т.д. Даже если Вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке сына или дочери след от укола, это не означает, что ребенок неминуемо станет наркоманом. Часто подростка вынуждают принять наркотик под давлением. Постарайтесь с первых минут стать не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.

**2.** Не старайтесь собственными силами решить данную проблему. Незамедлительно обратитесь к квалифицированным специалистам: врачу-наркологу, психиатру-наркологу, психотерапевту, которыми будет оказана необходимая консультативная и лечебно-реабилитационная помощь. Убедите ребенка в необхо-

димости помощи специалистов наркологической службы, которую можно получить анонимно.

**3.** Оказывайте поддержку. Подросток должен чувствовать: что бы с ним ни произошло, он может с Вами откровенно поговорить об этом. Как бы ни было трудно, очень важно, чтобы родители беседовали с детьми о последствиях потребления наркотических средств.

**4.** Поощряйте интересы и увлечения своего ребенка, которые должны стать альтернативой наркотику.

**5.** Не отмахивайтесь от ребенка, когда он хочет о чем-то Вам рассказать, не ссылайтесь на занятость, возможно, именно этот разговор с Вами поможет ему сделать важный нравственный выбор, а Ваш совет удержит его от совершения непростительной ошибки!

УЗ «Гродненский областной клинический центр «Психиатрия-наркология» располагает современными возможностями по оказанию специализированной медицинской помощи взрослым и детям в амбулаторных, полустационарных и стационарных условиях, в том числе анонимно.

Функционируют: наркологическое диспансерное отделение, дневной наркологический стационар, кабинет заместительной терапии больных наркоманиями, стационарное отделение с палатой интенсивной терапии для неотложной наркологической помощи и стационарное наркологическое отделение для лечения и реабилитации лиц, страдающих зависимостями. В данном отделении используется 28-дневная реабилитационная программа «12+».

Адрес: г. Гродно, проспект Космонавтов, 60/6, тел. (0152) 75 67 54 (регистратура наркология), (0152) 75-67-60, (0152) 75 12 30.

Наркологическое отделение для лечения и реабилитации лиц, страдающих зависимостями, тел. (0152) 75 74 62

факс (0152) 75 67 60.

E-mail: [mmc@mail.grodno.by](mailto:mmc@mail.grodno.by)

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ – 170

ежедневно и круглосуточно.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРС ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ

[www.170.by](http://www.170.by)



*От момента обнаружения пристрастия под-ростка к наркотикам до момента начала лечения неизбежно проходит какое-то время. Этот период может быть более или менее продолжительным. Очень важно, чтобы все, что происходит в этот период дома, способствовало формированию у подростка готовности и желания избавиться от наркомании. Для этого необходимо знать и помнить следующее.*

**1. Не следует искать причин несчастья только в нем самом.** Наркомания – проблема многослойная, и причин, приводящих подростка к нарко-тику – множество: структура взаимоотношений в семье; дефекты воспитания; отношения в школе; группа сверстников; стресс и давление со стороны.

Наиважнейшая задача взрослых – примирить подростка с миром, с домом и самим собой без наркотиков.

**2. Нельзя скандалить и обвинять подростка в несчастиях взрослых.** Чувство вины чрезвычайно неконструктивно как по отношению к испытывающему его человеку, так и по отношению к его окружению. **Ни один наркоман не расстался с наркотиками из чувства вины!**

**3. Нельзя порывать контакта с подростком.** И в период приема наркотиков, и в период реабилитации подросток должен чувствовать, что его лю-бят и что он близким дорог. **Но: ни в коем случае нельзя создавать ситуацию, когда его избавление от наркотиков нужно родителям больше, чем ему самому!**

**4. Нельзя шантажировать подростка лишением домашних привилегий или того, что ему дорого.**

**5. Нельзя причитать и отпускать руки.** Нытье и занудство только раздражают подростка или быстро перестают им замечаться. Пессимизм или депрессия родителей могут стать еще одной причиной наркотизации. **Залог успеха и сохранения психического здоровья самих взрослых – оптимизм и активность.**

**6. Не нужно пытаться стыдить подростка или упрекать его.** И то, и другое может стать дополнительными стимулами к приему наркотиков.

**7. По мере формирования зависимости от наркотика у подростка скла-дывается особый способ отношений с родителями и другими домашними: подростки-наркоманы хотят, чтобы их постоянно спасали, они**

привыкают быть самыми несчастными, непонятыми или самыми виноватыми. Не следует потакать ни тому, ни другому, ни третьему. **Нужно вести активный образ жизни:** ходить в кино, в театр, встречаться с друзьями, активно отды-хаться.

**8. Нет следствия без причины, следовательно, пристрастие подростка было чем-то вызвано. До тех пор, пока причины наркотизации и вызванные ими последствия не будут устранены, будет сохраняться и пристрастие к наркотикам; поэтому нужно обязательно проконсультироваться у психолога, психотерапевта, врача и других специалистов.**



**9. В настоящее время точно установлено, что важнейшее условие эф-фективного лечения наркомании – коррекция психики подростка наркомана, заключающаяся в изменении способа его мышления, переживаний, ощущений; поэтому, сотрудничая с различными специалистами необходимо добиться устойчивых изменений в психике наркомана и системе его социальных связей.**

**10. Регулярное употребление наркотиков приводит к тому, что у подростка формируется особый наркоманский тип поведения. Наркоман часто пытается убедить родителей, медицинский персонал или социальных ра-ботников в том, что хочет заняться чем-то серьезным: учеба, работа, спорт или хобби. При этом наркоман может быть весьма убедительным и эмо-циональным. Взрослые невольно вовлекаются в эту игру, но, чем больше они радуются его энтузиазму, тем более он чувствует себя так, словно уже осуществил свое намерение. Обычно этим все и ограничивается. В конце концов, неизбежно наступает момент, когда родители чувствуют себя об-манутыми, а подросток – несостоятельным. Чувство вины и неуверенности могут закреплять пристрастие к наркотикам; поэтому ко всему, что гово-рит наркоман, нужно относиться спокойно, сдержанно и конструктивно-скептически.**

