

Осторожно, спайсы!

В последнее время популярностью у молодежи пользуются курительные смеси (спайс). Во многих странах Европы запрещено производить, продавать и употреблять их, что связано с нанесением вреда здоровью, социальными последствиями. Распространители спайсов утверждают: «курительные смеси полностью безвредны для здоровья, изготавливаются из натуральных трав, которые не относятся к наркотикам и могут использоваться в лечебных целях, а после их употребления остаются кратковременные приятные ощущения». На такую рекламу и покупается наша молодежь, приобретая опасные смеси.

Что же на самом деле таят в себе спайсы?

Курительные смеси - разновидность травяных смесей в состав которых входят синтетические наркотические вещества, а также растения, которые содержат вещества психотропного действия. В связи с этим они относятся к разряду наркотических сильнодействующих психотропных веществ. И хотя травы, используемые для изготовления спайсов, имеют романтические названия, большинство из них внесены в список наркотических веществ, а также они обладают галлюциногенным действием, вызывают стойкий депрессивный эффект, нарушение восприятия и мышления. Также, травы могут быть обработаны химическими наркотическими веществами. Доказано, что компоненты курительных смесей оказывают серьезное действие на психику, а развитие наркотической зависимости происходит в несколько раз быстрее. Кроме того, данный вид зависимости плохо поддается лечению.

Опасности, которые таят в себе курительные смеси:

- **тяжелые нервные расстройства по типу депрессивного синдрома**
- **попытки самоубийства**
- **психозы и психические нарушения вплоть до полного распада личности**
- **снижение памяти и интеллектуальных способностей, стремительное развитие наркотической зависимости**
- **отравление от передозировки**
- **смерть**

Известны случаи, когда обкурившиеся подростки отправлялись «на прогулку» из окна многоэтажки или хотели сдвинуть руками дом, который находился у них на пути, у некоторых возникает паника, страшные видения, и они, «спасаясь», бросались под колеса транспорта.

Обращение к родителям

Уважаемые родители! Мама и папа наших гимназистов!

Наркомания и употребление спайса сегодня - это не медицинская и не криминальная, а общественно-политическая проблема в самом широком смысле слова. Она затрагивает любую семью, где подрастают дети. Чтобы наше подрастающее поколение было полноценным, необходимо уберечь детей от этого зла. Иными словами, судьба детей, в первую очередь, в ваших руках...

Как спасти наших детей от смертельной зависимости? Кто виноват? Что может сделать семья? Семья может сделать все. **Как сказал Лев Черняев, психолог, который работает с зависимостями: «У меня не было ни одного пациента со счастливыми родителями».** Собственно, этим все сказано.

Но если отвечать конкретно на вопрос, как уберечь подростка, все, как один, специалисты говорят одно и то же: **нельзя терять контакт с ребенком.**

Нужно с ним разговаривать, понимать, чем он живет, что для него важно, что ему нужно для того, чтобы быть счастливым.

Нужно найти то, от чего он получает удовольствие. Только он сам, а не мама или папа, которые решили сделать из своего чада пианистку (это мило) или хоккеиста (это круто).

Нужна отдушина, нужно дело, пусть это сто раз фигня с точки зрения родителей, но если мальчику нравится вышивать крестиком, а девочка светится от счастья, тягая штангу, то пусть.

Любой наркотик - это способ снять стресс, отвлечься от проблем.

Это сведение всех проблем в точку. Вчера у подростка было много проблем: несчастная любовь, его не понимали в школе и не взяли в сборную по баскетболу. Покурил - проблема осталась одна: где достать дозу. Все остальное пофиг. Что стало лично для меня потрясением. Спайсы не дают кайфа. Они снимают стресс, успокаивают. Временно повышают настроение. Очень многие подсаживаются на спайсы из-за хронического стресса.

Почему родители сначала не замечают, что ребенок курит? Потому что он, покулив, становится спокойным как удав. И это всех устраивает.

И возвращаясь к контакту с родителями. Если связь есть, то, по утверждению нарколога, изменения в поведении **уже через месяц употребления спайсов невозможно не заметить.** Будет что-то не так

со сном, с аппетитом, с настроением, с учебой. И вообще будет не так.
На этом этапе еще многое можно спасти!!!

Что может школа?

Создать фоновую среду. Говорить о том, что наркотики - это неприлично. Переваливать на школу воспитательную деятельность бессмысленно и бесполезно. Контролирующую функцию переваливать на школу тем более глупо. Школа контролирует только свою территорию.

В любом случае жить с ребенком-наркоманом будут родители, а не школа.

Как можно предотвратить зависимость у конкретного ребенка или что делать для профилактики?

1. Говорить о том, что любые наркотики - это прежде всего бизнес. Это огромные деньги.

Спайсы - это не революция в наркотиках, это революция в маркетинге наркотиков. Легкие, простые в транспортировке вещества, которые долго считались легальными. Очень быстро возникает зависимость. И дальше платишь до самой смерти. И я думаю, что от того, что платить ты будешь недолго, радости мало.

В тот момент, когда подросток берет в руки бутылку, сигарету или наркотик, он должен знать, что за этим стоит серьезный бизнес, и как только он сделает первый глоток, затяжку, пых или что-то там еще, он встает в ряд с миллионами людей, которые этот бизнес содержат. Оно ему надо?

2. Говорить о том, что для того, чтобы первый раз покурить, нужно преодолеть рвотный рефлекс. Рвотный рефлекс - это не слабость, это нормальная защитная реакция организма. Если тебя тошнит от водки, сигареты или наркотика - это здорово. Это значит, что у тебя не подавлено отвращение, значит, ты нормальный здоровый человек. **Любите своих детей, общайтесь с ними на равных, воспитывайте в них чувство собственного достоинства, уверенности в себе, а также способность иметь свое мнение и в нужный момент отстоять его.**

Стремитесь чаще беседовать с детьми на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чем бы вы ни говорили с детьми, постарайтесь ненавязчиво дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности.

Будьте во всеоружии, чтобы предотвратить возможную беду, контролируйте времяпровождение своего ребенка, вы должны знать круг его друзей, контролировать финансовые расходы, обращайте внимание в каком состоянии пришел домой ребенок.

Вас должны насторожить: исчезновение денег или ценностей из дома; неожиданные перемены настроения, вспышки агрессии, раздражительности; вялость, заторможенность, сменяемые возбуждением; стремление к уединению после возвращения с улицы; бесцельные движения; потеря интереса к прежним увлечениям; изменение круга друзей; найденные фольга, трубочки, пакетики; чрезмерно широкие или узкие зрачки, круги под глазами; необычные пятна, запахи, следы на теле и одежде ребенка.

Если у вас появились сомнения – лучше обратиться за профессиональной помощью к врачу психиатру-наркологу, ведь это можно сделать анонимно. Будьте настоящим другом своему ребенку, помогите ему принять решение, убедите обратиться за помощью к специалистам.

Помните!

Не каждый, кто пробует наркотики, становится наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды пробовал наркотик.