**Курительные смеси: реальная опасность**



Широкое распространение в последнее время получил такой вид досуга, как курение смесей трав, обладающих легким психотропным и галлюциногенным действием. Мода на курительные смеси или спайсы (Spise) молниеносно распространилась среди молодежи.

Все курительные смеси имеют растительное происхождение. Специальным образом подготовленное натуральное сырьё: корни, стебли, цветы, семена и  листья различных растений, а  также их экстракты, расфасовано в небольшие герметичные цветные пакетики.   
Распространители спайса позиционируют его как безвредную курительную смесь, на основе ароматических трав, обладающую  успокоительным и антистрессовым действием, что вызывает у молодежи ложное чувство безопасности. Подростков дезинформирует и то, что  многие травы, входящие в  состав курительных смесей, сами по себе являются лекарственными.   
Выглядит всё вполне безобидно, если оставить без внимания тот факт, что большинство смесей не подвергались экспертизе и безопасность этой продукции не подтверждена никакими документами.   
Доказано, что большинство компонентов этих курительных миксов обладает серьёзным психотропным эффектом, токсическим действием; длительное употребление курительных смесей приводит к  зависимости, сродни наркотической. Вред спайса для здоровья крайне велик, особенно для  организма подростков, которые и являются основными потребителями этого зелья.

Уважаемые родители, будьте бдительны. Обращайте особое внимание на поведение детей и подростков. Проводите с ними разъяснительные беседы, контролируйте их досуг, не оставляйте без внимания неадекватное (странное) поведение подростков! Подростковый период пройдет, а Вашу помощь ребенок никогда не забудет.  
**На какие сигналы стоит обратить внимание родителям:**   
- изменилась манера поведения подростка: он начал хамить, вести себя вызывающе. В его речи появились чужие выражения и слова;  
- обратите внимание на внешние признаки:   
- у ребенка отсутствующий взгляд, замкнутость, замедленность речи, очень узкие или расширенные зрачки, потеря контроля над поведением (расторможенность, повышенная двигательная активность) и эмоциями, перепады настроения, нарушение координации движений, нарушение темпа речи.  
 Если при этих признаках нет характерного запаха алкоголя – значит, подросток находится под воздействием наркотика. В таком состоянии воздействовать на него бесполезно – реакция может быть неадекватной и привести к плачевным результатам.  
 **Если вы обнаружили у вашего ребенка признаки употребления курительной смеси,** не нужно бросаться с расспросами о них - это может лишь пробудить интерес к опасной "дури". Просто нужно внимательнее следить за подростком, его физическим состоянием, настроением, интересоваться его учёбой, времяпрепровождением и окружением.   
Если это случилось лишь раз, Вам нужно поговорить с ребенком. Будьте заботливыми, любящими, но покажите свое неодобрение. Приведите аргументы необходимости отказа от употребления:   
· что употребление курительных смесей может повлиять на здоровье;   
· что это незаконно и может привести к конфликту с законом.   
Если здоровье или поведение Вашего ребенка свидетельствуют о длительном употреблении курительных смесей, не падайте духом, потому что по-прежнему есть много способов вернуть его к социуму:   
· оказывайте поддержку Вашему ребенку, какими бы ни были обстоятельства;   
· показывайте и говорите, что Вы его любите;   
· обязательно обратитесь за помощью для себя и Вашего ребенка к специалистам (врачу, психологу). Своевременное вмешательство взрослого в ситуацию важно потому, что дети живут целиком по принципу «здесь и теперь» и не думают о будущем. О будущем должны подумать вы.