

- × Бессонница, чередующаяся с сонливостью.
- × Мелкие кровяные пятна на белье, следы уколов или неглубоких множественных порезов кожи на руках и ногах вдоль вен.
- × Неряшливость в одежде.
- × Повышенное внимание к домашней аптечке, появление среди вещей баночек, склянок, неизвестных таблеток и порошков.
- × Употребление новых словечек и выражений, типа "джеф", "мулька", "ширнуть" и т.д., а также появление татуировок на теле.
- × Появление подозрительных знакомых, пропажа денег и вещей из дома.

Что делать, если подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?

- Узнав о случившемся, не поддавайтесь панике.
- Понаблюдайте сначала за ребенком, стараясь не вызвать у него подозрение.
- Затем соберите семейный совет и обсудите с ребенком спокойно, без криков и обвинений, свои наблюдения.
- Ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте ребенка.

- Проявите понимание и заботу, поддержите ребенка, объясните всю опасность пути, на который он встал.
- Не верьте его обещаниям, что он сам справится с зависимостью, а попытайтесь уговорить его обратиться к специалисту.

Ваша поддержка и помощь специалиста помогут справиться с пришедшей в ваш дом бедой по имени "наркомания"

**Телефоны и адреса, куда можно обратиться за помощью:**

**8 (0162) 20-15-55**

(круглосуточно)

экстренная психологическая помощь  
(ул. Сов. пограничников, 54)

**8 (0162) 21-87-85 (до 21.00),  
28-55-41 (круглосуточно)**

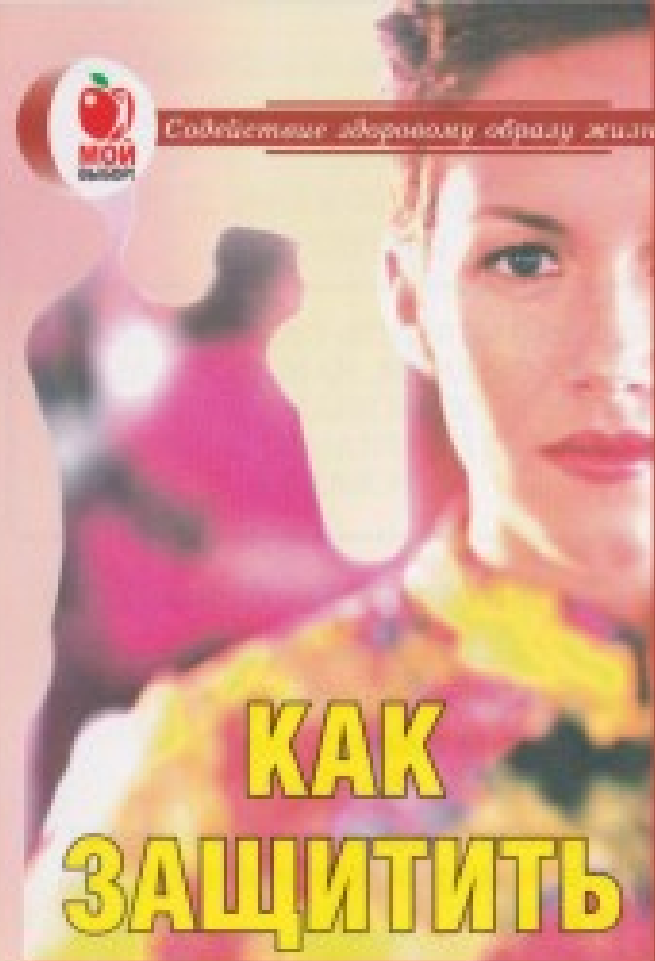
УЗ "Брестский областной наркологический диспансер" (ул.17 Сентября, 10)

Санитарно-эпидемиологическая служба Министерства здравоохранения Республики Беларусь  
ГУ "Брестский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья"  
УЗ "Брестский областной наркологический диспансер"

08127 76 000.001



Содержатель: здоровому образу жизни



**КАК ЗАЩИТИТЬ**

**РЕБЕНКА ОТ НАРКОТИКОВ**



**ОСНОВНЫМ И САМЫМ БЕЗЗАЩИТНЫМ ОБЪЕКТОМ, ПО КОТОРОМУ «ВЕДЕТ ОГОНЬ» НАРКОБИЗНЕС, ЯВЛЯЕТСЯ МОЛОДЕЖЬ, ОСОБЕННО ДЕТИ И ПОДРОСТКИ.**

ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОМАНИИ, НАМ, ВЗРОСАЛЫМ, ТОЖЕ НУЖНЫ ЗНАНИЯ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПРАВИЛЬНО РЕШИТЬ ЭТУ ПРОБЛЕМУ

**КАЖДЫЙ РОДИТЕЛЬ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ, ЧТО:**

- Наиболее вероятный возраст вовлечения в наркотическую зависимость - 12-13 лет.
- Предложить наркотики ребенку могут сегодня на дискотеке, в школе, просто на улице.
- Не каждый, кто пробует наркотик, обязательно становится наркоманом, но бесспорно одно: каждый, кто уже привык к нему, начал с того, что однажды попробовал его.
- Наркотики курят, колуют, нюхают, глотают.
- Влияние наркотиков чаще всего непредсказуемо, но одним из самых опасных воздействий наркотика на организм является то, что он в самые короткие сроки способен сформировать жесткую зависимость - психическую и физическую.

**ПРИЧИНЫ,**

**ПО КОТОРЫМ ПОДРОСТКИ НАЧИНАЮТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ:**

- ✓ НЕБЛАГОПРИЯТНАЯ СЕМЕЙНАЯ АТМОСФЕРА
- ✓ НЕУМЕЛОЕ ВОСПИТАНИЕ
- ✓ ОТСУТСТВИЕ ВЗАИМНОГО КОНТАКТА И ЗАБОТЫ СО СТОРОНЫ РОДИТЕЛЕЙ
- ✓ ЛЮБОпытство
- ✓ ВЛИЯНИЕ КОМПАНИИ
- ✓ ДАВЛЕНИЕ СО СТОРОНЫ
- ✓ ЖЕЛАНИЕ "НАСОЛИТЬ" КОМУ-ЛИБО ИЛИ ЗА ЧТО-ЛИБО
- ✓ ЖЕЛАНИЕ САМОУТВЕРДИТЬСЯ
- ✓ НЕУМЕНИЕ ОРГАНИЗОВАТЬ СВОЙ ДОСУГ, СКУКА
- ✓ УХОД ОТ ПРОБЛЕМ

СТАНЕТ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК НАРКОМАНОМ, ВО МНОГОМ ЗАВИСИТ ОТ ВАС.

**КАКИМ ОБРАЗОМ ВЫ МОЖЕТЕ ОТВЕСТИ БЕДУ?**

- Как можно лучше изучите проблемы, связанные с табаком, алкоголем и наркотиками (социальные, медицинские, психологические, юридические).
- обстоятельно и доходчиво объясните ребенку, что представляют собой наркотики в реальной жизни, чтобы помочь ему подготовиться к правильному выбору.

- Помогите ребенку научиться говорить наркотикам "нет".
- Слушайте, смотрите, отвечайте. Беседуйте с ребенком на самые разные темы, представляющие для него наибольший интерес.
- Всегда будьте в курсе, где бывает ваш ребенок и кто его друзья.
- Проявляйте любовь и понимание к нему независимо от каких бы то ни было условий и обстоятельств.
- Станьте для своего ребенка настоящим другом, примером для подражания.

**Что должно вас насторожить в ребенке?**

- × Резкие изменения в поведении (избегание родителей, односложные и уклончивые ответы по телефону, потеря интереса к старым друзьям и прежним занятиям, включая учебу или работу).
- × Агрессивное, взвинченное настроение или, наоборот, беспричинное благодушие и безграничная доброта.
- × Изменение внешнего вида: бледность или покраснение кожи, чрезмерно суженные или расширенные зрачки глаз, покраснение белков, замедленная или, наоборот, торопливая, многословная речь.
- × Постоянный насморк, затяжные простуды.