**Осторожно – наркотики!**

**Памятка для родителей**

Окружающий нас мир прекрасен и разнообразен. Он предоставляет огромный выбор возможностей для личностного и профессионального роста. Но в то же время современный мир полон сомнительных соблазнов и реальных опасностей, одними из которых являются наркотики. Родительский долг – уберечь и сохранить жизни наших детей! Для того, чтобы справиться с этой непростой задачей и противостоять возникающим угрозам, важно и нужно знать о причинах и ранних признаках наркотизации несовершеннолетних.

**Основные причины потребления наркотических, психотропных или одурманивающих веществ**

❖ одна из основных причин - любопытство;

❖ желание казаться более взрослым, неверные, искаженные представления о «взрослости»;

❖ один из способов обратить на себя внимание родителей, близких людей;

❖ серьезные внутренние психологические конфликты, проблемы социализации, низкая самооценка;

❖ бунтарство как форма протеста против общепринятых норм и правил;

❖ отсутствие занятости, неорганизованность досуга подростка.

**Признаки употребления наркотиков**

**Внешние признаки:**

✓ бледность, или, наоборот, покраснение лица, кожных покровов

✓ замедленная или ускоренная речь

✓ потеря аппетита

✓ нарушение координации движений

✓ покраснение глаз, «мутный» взгляд

✓ расширенные или суженные зрачки

✓ похудение, общее истощение

✓ хронический кашель

**Поведенческие реакции:**

✓ нарастающая скрытность

✓ изменение интересов, утрата прежних увлечений

✓ уходы из дома

✓ снижение успеваемости

✓ прогулы занятий

✓ смена круга общения, друзей

✓ беспричинное возбуждение

✓ вялость, безразличие

✓ резкие смены настроения

✓ нарушения памяти и внимания

✓ возросшая потребность в деньгах

✓ пропажа из дома денег и ценных вещей

✓ частые телефонные звонки, особенно от незнакомых людей

✓ неопрятный внешний вид

**Если пришла беда…**

Многие родители боятся огласки и «закрывают глаза» на первый факты употребления наркотиков или других одурманивающих веществ своими детьми – это одна из самых распространенных ошибок родителей.

Даже одна проба может привести к отрицательным последствиям для здоровья человека. Например, вызвать психоз или привести к крайне тяжелому отравлению, развитию болезней печени, сердца или почек. Зачастую люди не понимают, что всего одна проба наркотика может привести к летальному исходу.

**Что делать, если возникли подозрения?**

• **Удержитесь от проявления первых негативных эмоций** – не ругайте, не угрожайте, не наказывайте Вашего ребенка, не применяйте к нему физическую силу, это может оттолкнуть ребенка. Но и не откладывайте решение этой проблемы!

• **Не стоит впадать в панику**, как Вы знаете, паника – не лучший помощник! Помните, данная ситуация поправима, если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно.

• **Не теряйте времени на нравоучительные беседы**. Лучше поддержите подростка, покажите ему, что проявляете внимание и заботу. Поговорите доверительно с ребенком, убедите его, что Вы действуете в его интересах, дайте ему понять, что Вы его любите и искренне хотите помочь.

• **Обсудите эту ситуацию с другими членами семьи** и выработайте единую позицию.

• Не пытайтесь бороться в одиночку и **не допускайте самолечения**.

• В случае, если состояние подростка может быть расценено **как тяжелое состояние опьянения** от употребления алкоголя, наркотиков или других одурманивающих веществ, **немедленно вызвать скорую медицинскую помощь**!

• Если вы предполагаете, что ребенок употребляет алкоголь или наркотики, **без промедления обращайтесь за квалифицированной помощью к специалисту – врачу психиатру-наркологу**.