

## Как понять, что подросток принимает наркотики?

- Странный запах от волос, одежды и тела подростка;
- Он теряет интерес к привычным увлечениям и целям;
- Стал прогуливать занятия, резко упала успеваемость и интерес к учебе;
- Ребенок стал постоянно и долго спать днем;
- Резко меняются настроение и активность. Беспричинное веселье, приступы доброты, слезливости, агрессия, раздражительность, заторможенность, сонливость, равнодушие возникают, кажется, на ровном месте;
- Он стал избегать зрительного контакта. С глазами у него что-то происходит: зрачки ненормально расширены или сужены, взгляд бегающий, мутный. Глаза слезятся, красные. На расспросы жалуется, что что-то попало в глаза или на конъюнктиву. Может демонстративно купить лекарство и закапывать — “лечиться”;
- Изменение пищевого поведения и отношения к еде: то вообще не ест, то набрасывается на еду, то съедает огромное количество сладкого, то его рвет;
- У ребенка появились новые друзья, с которыми он не знакомит родителей. Связи со старыми друзьями обрываются;
- По телефону разговаривает односложно. Напряженно ждет звонка или сообщения. Только что лежал безвольной тряпчочкой — вдруг резко уходит “по делам”. Приходит поздно, от общения категорически отказывается: “я устал”. Сразу ложится спать;
- Ребенок явно что-то скрывает, обманывает. На требования объяснить свое поведение отделяется пустыми фразами. Остается безразличным, когда его ловят на лжи;
- Из дома стали пропадать ценные вещи. Подросток рассказывает, что он кому-то дал попользоваться и не вернули, он потерял и т.д. Такие случаи повторяются;

- Ему становится нужно все больше и больше денег – он рассказывает фантастические истории, чтобы их получить;
- У подростка часто стало возникать недомогание, похожее на грипп. Он закрывается у себя в комнате, отказывается от лечения – говорит, что все само пройдет;
- Он жалуется на внезапно возникшую аллергию – чешется, трет глаза и нос, но лечение не принимает;
- У него стали появляться расстройства ЖКТ: понос, запор, рвота. Он надолго занимает туалет;
- Стал мерзнуть в жару и всегда носить толстовки с длинными рукавами;
- Дома обнаруживаются характерные предметы: обожженные ложки, продырявленные пластиковые бутылки, папиросы, свернутые в трубочку бумажки, обрезанные трубочки для коктейля, лезвия бритвы, зажигалки, шприцы, ватки, жгуты, пузырьки из-под лекарств. Предметы для маскировки употребления: глазные капли, освежитель воздуха в неподходящем месте. Подросток начал использовать вещи, которыми раньше не пользовался: влажными салфетками, темными очками, освежающими леденцами, жвачкой;
- У наркомана плачущий голос, танцующая походка.

Многие из этих пунктов по отдельности могут не свидетельствовать о наркомании и являться частью нормального подросткового поведения. Но странная резкая перемена в ребенке должна насторожить.

В семьях с разрушительным семейным сценарием стараются делать вид, что ничего страшного не происходит и до последнего “не замечают” очевидного.

Чем раньше родители обнаружат тревожные сигналы и окажут помощь своему ребенку, тем больше шансов для него выжить.

## ПРАВДА И МИФЫ О НАРКОТИКАХ

### **МИФ**

Наркотики раскрашивают красками серые будни, приносят в жизнь что-то новое, необычное

### **ПРАВДА**

Однако это только в самом начале и очень мгновенно... Чем дальше, тем больше жизнь перестает быть радужной картинкой. Начинаются проблемы - где взять денег, что бы купить очередную дозу.

Веселье и новизна ощущений исчезают. Приходит, озлобленность, агрессия, депрессия...

### **МИФ**

Наркотики помогают справиться человеку с жизненными проблемами, конфликтами с родителями, пустотой, неуверенностью в себе и завтрашнем дне

### **ПРАВДА**

Человек вместо того, что бы решать сложные вопросы, устраняется от них, позволяя событиям развиваться самостоятельно. А в реальности еще и другие проблемы присоединяются - это как снежный ком, все к одному... Таким образом, проблемы только усугубляются.

### **МИФ**

Существуют «легкие» наркотики и они совершенно безопасны.

### **ПРАВДА**

Наркологи не разделяют наркотики по степени легкости. Тяжелые последствия для человеческого организма вызывает любое наркотическое вещество, все дело во времени. Любой наркотик вызывает привыкание и делает человека слабым рабом. К тому же срок за хранение и распространение любых наркотических средств одинаковый.

**НАРКОТИКИ - это уже не круто**

**Сегодня модно**

**БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**





## ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ НА ОРГАНИЗМ

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту и легочной недостаточности;
- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют и весь организм дряхлеет, как в старости;
- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманы слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы;
- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессии, галлюцинации и т.д.);
- Наркомания приводит к повышению риска заболевания онкологией, разрушению клеток головного мозга;
- Ослабляется иммунитет, что повышает риск заражения гепатитом и СПИДом

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЕБЕ ПРЕДЛОЖИЛИ НАРКОТИКИ?

1. Не молчи о случившемся, расскажи близким или психологу - вместе вы решите проблему;
2. Подумай о том, как сменить свою компанию. Продолжая дружить с ними, ты рискуешь стать наркоманом;
3. Скажи себе твердо:
  - я хочу быть здоровым, сильным, счастливым;
  - я хочу иметь настоящих друзей;
  - я хочу иметь здоровых детей;
4. Скажи «НЕТ» и уйди

## НАРКОМАНИЯ

**Это болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ**

**Анонимная психологическая помощь по телефону -  
самый быстрый и доступный способ получить консультацию**

Единый многоканальный телефонный номер для звонков со стационарных и мобильных телефонов всех городов и районов Иркутской области:

**8 - 800 - 350 - 00 - 95**

**ПРОСТО НАБЕРИТЕ НОМЕР!**

Здесь Вы быстро получите профессиональную консультацию психолога по проблемам наркозависимости

**НЕТ ПРОБЛЕМ, КОТОРЫЕ НЕЛЬЗЯ РЕШИТЬ  
ИЗ ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ ВСЕГДА ЕСТЬ ДОСТОЙНЫЙ ВЫХОД**

**Телефон работает круглосуточно  
Доступ со стационарных и мобильных телефонов**

**БЕСПЛАТНО**

ОГКУ «Центр профилактики наркомании»