

## СОВЕТЫ ВРАЧА НАРКОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

*Есть несколько несложных, но надежных советов для родителей, которые позволят им не потерять контакт с ребенком и удержать его от употребления наркотиков и других психоактивных веществ.*

- Чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы.
- Поощряйте его инициативу.
- Цените его мнение.
- Относитесь с уважением к его личностно-духовным потребностям.
- Помните, что забота это не только создание материального благополучия, а любовь - не сиюминутное выполнение всех требований вашего ребенка. Не подменяйте эти понятия.
- Для Вашего ребенка самым главным является время, проведенное вместе с Вами.
- В повседневных хлопотах не забывайте о бесценном даре, который у Вас есть – о Вашем ребенке.
- Попытайтесь так организовать досуг ребенка, чтобы у него оставалось, как можно меньше «свободного» времени (посещение музеев, театров, кружков, спортивных секций, музыкальных и художественных школ и т.п.).
- Вникайте в дела Вашего ребенка, в его увлечения, не отдаляйтесь от Вашего взрослеющего ребенка, внимательно относитесь к любому возникающему у него вопросу.
- Поддерживайте своего ребенка на пути к взрослой жизни.
- Любите своего ребенка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что он у Вас есть и сейчас рядом с Вами.
- Вы - авторитет для ребенка. Будьте примером здорового образа жизни.

**ВСЕЙ СЕМЬЕЙ  
СКАЖИТЕ «ДА»  
ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ!**

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!**

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**



**Лечение ВСЕХ видов зависимостей  
БЕСПЛАТНО, АНОНИМНО**

«Горячая линия»

по лечению наркозависимости  
телефон: 8 (3812) 348-003

«Горячая линия»

по прекращению потребления табака  
и лечению табачной зависимости  
телефон: 8 (3812) 344-003

Телефоны (круглосуточные)  
по вопросам лечения  
наркологических зависимостей:

для взрослого населения  
телефон: 8 (3812) 539-483

для детского населения  
телефон 8 (3812) 360-860

644046, г. Омск, ул. Учебная, д. 189  
Телефон: 8 (3812) 30-27-25 (приемная)  
Факс: 8 (3812) 53-08-83  
E-mail: [nd\\_mail@minzdrav.omskportal.ru](mailto:nd_mail@minzdrav.omskportal.ru)  
Internet: [www.buzoond.ru](http://www.buzoond.ru)

**Мы гарантируем качество, надежность,  
безопасность и здоровье!**

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ОМСКОЙ ОБЛАСТИ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ОМСКОЙ ОБЛАСТИ  
«НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»

**РОДИТЕЛИ  
будьте внимательнее  
к своим детям**

**Как уберечь ребенка  
от наркотиков**



**СОВЕТЫ  
ВРАЧА НАРКОЛОГА**

*Подростковый возраст* – это особый период жизни человека, когда хочется многое попробовать, узнать, поэкспериментировать, при этом критически ситуация не оценивается. Обстоятельства воспринимаются легко и непринужденно, с ощущением, что ничего страшного не произойдет.

Подросток находится на этапе активного физического, психологического развития, становления личности. Для его организма проба любого психоактивного вещества (ПАВ), в том числе наркотика – это катастрофа, и очень сложно предугадать последствия – тяжелое отравление, совершение неадекватных поступков, противоправных деяний и т.п.



Подросток в силу возрастных особенностей отличается повышенной внушаемостью, любопытством и может за пределами дома попасть под отрицательное влияние, в кругу, якобы, значимых друзей. Он легко приобщается к ПАВ на улице в компании сверстников.

Социально благополучная семья также может столкнуться с такой проблемой, никто не застрахован!

### **Общие тенденции употребления психоактивных веществ на современном этапе**

- Втягивание нетрадиционных контингентов, детей 10-14 лет.
- Преобладание «полизависимости», т.е. сочетание злоупотребления алкоголем и наркотическими (токсическими) веществами.
- Сопряженность с ВИЧ-инфекцией, сифилисом, вирусным гепатитом, педикулезом, туберкулезом.
- Приобщение к наркотикам через Интернет.
- Рост употребления наркотиков синтетического происхождения.
- «Втягивание» несовершеннолетних и молодежи в сферу незаконного оборота наркотиков (сбыт, перевозка).

В подростковом возрасте чаще встречаются *ранние формы* формирования наркологических расстройств, происходят первые пробы и приобщение к употреблению ПАВ, в том числе наркотиков.



### **Почему это опасно?**

- Токсическое воздействие ПАВ на организм человека происходит непосредственно в момент употребления – реакция может быть разная, зависящая от соматического здоровья, психологического состояния, дозы и особенностей употребления ПАВ. Даже однократное употребление ПАВ может нанести огромный вред ребенку.
- Отдаленные последствия негативного влияния. Потребление ПАВ является одной из основных причин заболеваемости, потери трудоспособности и смертности во всем мире.
- При систематическом употреблении ПАВ у человека формируется зависимость.

**Синдром зависимости от наркотических средств (наркомания)** - хроническое наркологическое расстройство, при котором формируются психическая и физическая зависимости от алкоголя.

### **Признаки употребления наркотических и других психоактивных веществ подростками и молодежью**

- Потеря интереса к учебе и обычным увлечениям, прогулы занятий, резкое ухудшение успеваемости.
- Изменения в поведении: задерживается на прогулках, общается с людьми, склонными к употреблению алкоголя, наркотиков и др., проводит время в новой компании из старших по возрасту детей.
- Посещает «сомнительные» сайты в Интернете.
- Скрывает телефонные разговоры, уходит в другую комнату, резко прекращает разговор.
- В разговорах с друзьями, по телефону использует неизвестные слова, фразы.
- Эпизодическое наличие крупных сумм денег, несоответствующих достатку семьи, появление долгов.
- Исчезновение ценных вещей из дома.
- Повышенный интерес к детям из обеспеченных семей, назойливое стремление с ними подружиться.
- Появление отчужденности, эмоционально «холодного» отношения к окружающим.
- Перепады настроения, эпизоды раздражительности, грубости, агрессивности, сменяющиеся периодами неестественного благодушия, веселья, «дурашливости».
- Изменение аппетита от полного отсутствия до резкого усиления, обжорства, периодическая тошнота, рвота.
- Нарушение ночного сна, сонливость днем.
- «Беспричинно» узкие или широкие зрачки.
- Наличие таких атрибутов наркотизации, как шприцы, иглы, небольших пузырьков, облаток из-под таблеток, небольших кулекчиков из целлофана или фольги, наличие специфического химического запаха от одежды и изо рта.
- Наличие следов от инъекций, раздражений, ссадин на коже, слизистых.

**Если Вам нужна помощь специалиста, обратитесь к нему**