**Памятка для родителей
*«Что делать, если Вы подозреваете,
что Ваш ребенок употребляет наркотики?»***

Если Вы подозреваете, что Ваш ребенок употребляет наркотики:

1) наблюдайте за ребенком, не демонстрируя преувеличенного внимания

2) обсудите Ваши наблюдения с ребенком (ни в коем случае не читайте мораль, не кричите, не угрожайте, не наказывайте)

3) поддержите ребенка, проявив уважение и заботу

4) не верьте заверениям, что он сможет решить эту проблему самостоятельно, без специальной помощи

6) уговорите подростка обратиться к специалисту.

7) если Ваш ребёнок пришёл домой в неадекватном состоянии или в состоянии наркотического опьянения обязательно вызовите бригаду скорой медицинской помощи (только врач может адекватно оценить его состояние и определить нуждается ли он в госпитализации).

8) Если Вы уверены, что Ваш ребёнок употребляет наркотики, то постарайтесь убедить ребёнка обратиться к врачу.

**Информация и телефоны правоохранительных органов, учреждений и организаций муниципальных органов здравоохранения, оказывающих медицинскую помощь наркозависимым:**

- ОМВД России по г.Северодвинск, ул.Индустриальная, д.26, тел.: **8(8184)56-05-58**;

- Телефон доверия: **56-95-61**;

- Архангельский центр медицинской профилактики, детский нарколог: **8(8182)61-59-09**;

- клиника «Альтернатива» МУЗ «Северодвинская городская детская клиническая больница», ул.Ломоносова, 49. Тел.: **8(8184)58-37-60**;

- реабилитационный наркологический центр, г.Северодвинск, ул.Лесная, 25А.

- Региональное управление ФСКН России по Архангельской области в городе Архангельске, тел.: **8(8182) 42-16-16, сайт: www.antinark.ru;**

- областной СПИД-центр, тел.: **8(8182) 21-53-08** (будни с 08.30 до 18.00);

- Архангельский областной психоневрологический диспансер, тел.: **8(8182) 20-21-01** для лиц старше 18 лет (круглосуточно), тел.: **8(8182) 68-51-04** – детское отделение (будни с 9.00 до 19.00);

- молодежное отделение Архангельского регионального отделения Общероссийской общественной организации “Российский Красный Крест” – **8(8182) 21-00-65; 21-01-39** (с 9.00 до 17.00)

**Основные признаки употребления наркотиков:**

* Заметное уменьшение или возрастание аппетита, жажды;
* Бледность, землистый цвет лица или покраснение лица, одутловатость, сальный цвет;
* Чрезмерно широкие или узкие зрачки;
* Круги под глазами;
* Сухость, шелушение, дряблость кожи, тусклость и ломкость волос;
* Сухость губ или повышенное слюноотделение;
* Потеря веса, тошнота, тремор, частый насморк, кашель;
* Появление нехарактерных запахов изо рта, от волос и одежды (запах лекарств и других химических веществ, сладковатый запах, похожий на благовония, тмин, мяту, запах клея, растворителя);
* Следы от уколов и порезов на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;
* Появление предметов, сопутствующих употреблению наркотиков: порошка, капсул, таблеток (особенно снотворных или успокоительных), свертков, в том числе из фольги, полиэтиленовых пакетиков с «замками», желтых или коричневых пятен на теле или одежде, шприцев, игл, ампул, сухих частиц растений, закопченных ложек, похожих на пластилин комочков с сильным запахом;
* Появление таинственных звонков и странных разговоров по телефону, использование «шифра», жаргонных слов;
* Сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные ранее;
* Неустойчивость эмоционального состояния, подъемы настроения быстро сменяются вспышками раздражительности, агрессии;
* Вялость, заторможенность, быстрая утомляемость, малая подвижность, сменяемые необъяснимым возбуждением, энергичность, бесцельные движения.

**Специфические признаки употребления конкретных наркотиков**

**Ингалянты.** «Распознавателем» увлечения подобного рода на ранних этапах может быть тюбик клея в кармане, характерный запах от подростка, затуманенность во взоре, замедление двигательных реакций и речи. Речь становится маловыразительной, вялой, сбивчивой или слишком быстрой и неадекватно громкой. Ребенка вечно клонит в сон, он теряет интерес к тому, что его живо интересовало. Страдают в первую очередь память, внимание; мышление подростка обедняется, он буквально глупеет на глазах. При этом остается высокая самооценка, что ведет к конфликтам с учителями, которые, по мнению школьника, неверно его оценивают.

Настроение постоянно меняется: от возбуждения, даже агрессии, до полной апатии, сонливости на депрессивном фоне. Теряется аппетит. Нарушается сон, могут быть жалобы на зуд в носовых ходах и во рту. У систематически употребляющих летучие наркотические вещества кожа становится землистого цвета, переносица и веки несколько отечны, волосы сухие и ломкие.

**Гашиш и марихуана.** Развитие демотивационного синдрома, утрата интересов. Как уже отмечалось, необычная временная «прожорливость». Нарушается внимание, подросток становится рассеянным. Скорость реакций замедляется. Подросток может стать подозрительным, скрытным. Иногда отмечаются своеобразные протяжно-гортанные интонации в его голосе. В лексиконе появляются новые слова: «план», «травка», «пыхнуть», «тащиться», «встрять» и т.д.

Внешне это может проявляться в покраснении губ и склер глаз, лица, в жалобах на сухость во рту, учащенное сердцебиение. В этом состоянии решения принимают легко и бездумно.Если доза большая, лицо может быть бледным, зрачок – узким, губы – сухими. При этом подросток становится вялым, заторможенным, погруженным в себя. Говорит «заплетающимся языком». На вопросы отвечает с задержкой, иногда невпопад, односложно. От него может исходить отчетливый запах конопли. Очень длительное употребление приводит к изменениям кожи: она становится желтоватой, дряблой, похожей на кожу стариков.

**Барбитураты**. Тревожный фактор – подозрительный интерес подростка к фармокологии. После приема таблеток может возникнуть сонливость. Сон длится до десяти часов, но подросток просыпается вялым, разбитым. «Похмельное» состояние, которое вызывают большие дозы таблеток, характеризуются тревожностью, депрессией, раздражительностью, ослаблением памяти и торможением мыслительных процессов, эмоциональными расстройствами. Интоксикация сопровождается снижением остроты восприятия окружающего мира («оглушение»), преходящим угнетением мыслительных способностей и потерей морально-нравственных ориентиров. Это проявляется в разнузданном поведении, отсутствии чувства такта и забвении навыков вежливости. Голос становится тихим, речь монотонная, маломодулированная, растянутая. Следом возникает хроническая бессонница, импотенция, нарушение менструального цикла. Состояние таблеточного опьянения длится от 2 до 4 часов.

**Искусственные наркотики (психостимуляторы).** Наиболее заметны нарушения сна и снижение аппетита, беспокойство, приступы депрессии, раздражительности. Поскольку поведение при этом сверхвозбужденное, возникает быстрая маниакальная, захлебывающаяся речь (перебивает сам себя); появляются очевидный блеск в глазах, очень частый пульс, резкость или излишняя плавность движений. Периодически такие подростки куда-то собираются, но могут так никуда и не уйти. Меняется сексуальное поведение: довольно робкая в повседневной жизни девушка может стать «расторможенной» и поддаться мощным сексуальным импульсам. В речи можно услышать такие слова, как «мэф», «черная красотка», «будильник», «эфендий», «мулька», «спид», «скорость».  Воздействие амфетамина напоминает резкий всплеск, подобно электрическому шоку (после инъекции), следом наступает эйфория, возбуждение, возникает ощущение силы, изменяется половое поведение (вплоть до половых извращений).Следом наступает самая длительная, по сравнению с приемом других наркотиков, депрессия – расплата за 15 часов маниакального состояния. Могут возникнуть ярко выраженные параноидные тенденции с бредом преследования («измена», по словам наркоманов).

**Опиаты.** Если у подростка обнаружен шприц («машина») – это серьезный повод хотя бы осмотреть тело: нет ли следов от уколов. После недавнего приема наркотиков можно обнаружить суженные зрачки, бледность кожи и сухость слизистой оболочки глаз. Возникает необычная сонливость в самое неподходящее время. В любой позе подросток клюет носом («рубится»). Принимающие опиаты бывают добродушными, покладистыми, сговорчивыми. Появляется рассеянность, задумчивость. Болевая чувствительность снижена, и подросток может обжечься о сигарету или сковороду, не почувствовав боли. Такое состояние продолжается около 4-5 часов. Привыкание быстрое. Ломка проявляется в том, что подросток мечется, не находит себе места, его трудно удержать дома. Появляется своеобразное чихание, иногда кровотечение из носа, взор встревоженный, зрачки расширены почти во всю радужку. Иногда возникает слезотечение, тошнота, рвота, дикие боли в суставах. На ранней стадии можно отметить нарушение сна, зевоту, озноб, учащение сердечного ритма и повышенное АД, потливость, раздражительность, перепады настроения. В речи можно услышать «терьяк», «опиюха», что относится к различным веществам – опий, морфин, героин. «Ханка», «химанка» - опий-сырец. «Раствор», «ангидридка» - раствор ацетилированного опия. Жаргонные слова «морфита», «мария», «марьянка» означают морфин.

**Кокаин.** Употребляют кокаин («кока», «кокс», «марафет»), вдыхая носом (порошок и пары) или выкуривая (паста и крэк). Иногда используют сочетания с героином и морфином. Кокаинисты принимают наркотик три-четыре раза в день. При употреблении подросток испытывает оргазмический всплеск: энергетический толчок, при котором притупляются болевые ощущения, краски становятся ярче, звуки приглушаются. Человека, принявшего кокаин, можно определить по шаткой походке, невнятной речи, мелкому дрожанию радужки глаз, двигательному беспокойству, нарушению сна и аппетита. Появляется болтливость, самоуверенность, сексуальная расторможенность.Отмена наркотика вызывает тремор языка, век, вытянутых рук, тошноту и рвоту, учащенное сердцебиение, высокое АД, головную боль. Могут возникнуть зрительные галлюцинации, идеи преследования.

**Псилоцибин и псилоцин.** Если ребенок зачастил в лес за грибами и приносит не только белые грибы, но и грибы на тоненькой ножке, похожие на поганки, можно также заподозрить неладное. Даже если он просто приходит из леса в возбужденном состоянии, это тоже может быть настораживающим показателем. К другим проявлениям зависимости относятся: снижение памяти, внимания, изменение сердечного ритма, периодически возникающие депрессивные состояния, иногда – жалобы на боли в животе.

**Галлюциногены.** При использовании галлюциногенов подростки начинают чудить, бредят, совершают нелепые поступки, прислушиваются к несуществующим голосам или в течение длительного времени разглядывают рисунки на обоях. Родителям трудно увидеть их в таком состоянии, поскольку дети делают это обязательно без свидетелей. Диагностика употребления галлюциногенов очень сложна, т.к. включает много признаков переходного периода: замкнутость, избегание веселых компаний сверстников, робость в отношении противоположного пола, увлеченность общими вопросами философии, религии и мироздания.