

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ТОКСИЧЕСКИХ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ

(памятка для родителей)

Внимательный родитель всегда заметит изменения в состоянии и поведении своего ребёнка, которые могут свидетельствовать об употреблении им психотропных веществ.

Существуют определенные признаки, которые указывают на то, что ребёнок может употреблять психотропные вещества.

ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ:

- ✓ расширенные или суженные зрачки, которые не реагируют на свет;
- ✓ покрасневшие или мутные глаза;
- ✓ неадекватную сонливость или бессонницу (по ночам человек не может заснуть, а днём спит или находится в полусонном состоянии);
- ✓ изменение круга друзей или появление «товарищей», которые употребляют токсичные вещества;
- ✓ несвойственная вашему ребёнку многоречивость;
- ✓ скачки артериального давления, изменение частоты пульса, не связанные с физическими нагрузками;
- ✓ пустые (без табака) папиросы или сигареты;
- ✓ частые, чаще, чем обычно, ночёвки вне дома у «друзей»;
- ✓ снижение успеваемости, немотивированное конфликтное общение с окружающими, ранее не свойственное ребёнку, снижение интереса к любимым занятиям;
- ✓ плохое настроение или частые беспричинные смены настроения, регулярные депрессии, нервозность, агрессивность;
- ✓ необычные просьбы дать денег;
- ✓ появление лживости, изворотливости, секретов от родителей, если ранее были доверительные отношения;
- ✓ появление в речи, в телефонных разговорах сленга («травка», «план», «приход», «колеса», «соль» и др.);
- ✓ резкую потерю веса;
- ✓ расстройства аппетита (долгое голодание, приступы обжорства, резкая любовь к сладкому), сухость во рту (потребление большого количества воды);
- ✓ постоянный насморк и кашель, который не лечится классическими лекарствами;
- ✓ появление непривычных специфических запахов изо рта, от тела и одежды;
- ✓ пропажу из дома ценных вещей, одежды и др.

Если же вы обнаружили у своего ребёнка следы от уколов, порезы, синяки (особенно на руках), нарушение речи, походки и координации

движений при отсутствии запаха алкоголя, наличие свернутых в трубочку бумажек, маленьких ложечек, шприцев или игл от них, капсул, таблеток, порошков, пузырьков из-под лекарственных или химических препаратов, остатки непонятных порошкообразных веществ в карманах, тряпочки, пахнущие толуолом; жестяные банки и пустые тюбики из-под клея, бензина, нитрокраски, пустые баллончики из-под лака для волос; бумажные или пластиковые пакеты, пропитанные химическими запахами — это повод незамедлительно обратиться к врачу-психиатру-наркологу.

Важнейшим моментом по профилактике употребления детьми токсичных веществ, жевательных и других смесей, содержащих никотин, по-прежнему остается пример родителей, в особенности в том, что касается трезвого образа жизни.

Важно, чтобы родители понимали, что профилактика употребления токсичных и психоактивных веществ может уберечь их ребёнка от трагедии. Это возможно при наличии открытого общения и доверительных отношений в семье.

Сегодня в России средний возраст, в котором дети пробуют токсичные и психоактивные вещества, составляет 12 -13 лет. Значит, уже к этому возрасту подростки должны иметь чёткую позицию отказа от употребления токсичных веществ.

Опросы среди подростков, употреблявших токсичные и психотропные вещества, выявили безрадостную картину: на вопрос, почему вы не поговорили с родителями о том, что вам предлагают попробовать токсичные вещества, жевательные и другие смеси, подавляющее большинство детей отвечали, что будет скандал, запретят гулять, запретят дружить и т.п.

На вопрос, с кем бы вы посоветовались относительно приёма токсичных, психотропных веществ, назвали друзей.

Сегодняшний подросток скорее поверит друзьям, чем родителям. Почему? Друзья не осудят, друзья не накажут, друзья не лишат прогулок и т.д.

Профилактика в семье в виде бесед с ребёнком не всегда даёт результат. Взрослые часто совершают ошибку, не уважая мнение ребёнка, не прислушиваясь к нему. Если ребёнок оступился, что-то сделал не правильно, обычно его накажут, а не помогут разобраться и исправить ошибку.

К подростковому возрасту ребёнок уже сформулировал для себя принцип общения с родителями: говорить о своих проблемах как можно меньше, дабы избежать нотаций и наказаний.

Но проблемы ребёнка от этого не решаются и он идёт с ними к друзьям. Поэтому профилактика употребления токсичных и психотропных веществ должна начинаться с уважения к личности ребёнка, с открытого общения и взаимопонимания в семье. Тогда это даст результат.

ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ТОКСИЧНЫХ ВЕЩЕСТВ

Токсическое опьянение наступает сразу же после нескольких вдохов паров летучих органических растворителей и обычно продолжается от 15 минут до 2 часов.

Токсическое действие ингаляторов поражает, в первую очередь, центральную нервную систему. Во время отравления возникает опьянение, сходное с алкогольным: подъем настроения, головокружение, шум в голове, чувство тепла и расслабленности, подросток может смеяться, петь. Возникает потребность в движении, но координация движений нарушена, поэтому при попытке передвигаться подростки могут потерять равновесие и упасть. Речь невнятная, смазанная. Агрессивности обычно нет.

При осмотре одежда, руки могут быть испачканы клеем. От одежды, волос, изо рта — специфический запах химического вещества. Лицо красное, отечное, сосуды глаз расширены. Токсическое опьянение сопровождается галлюцинациями устрашающего характера или в виде «мультиков». Передозировка токсических веществ может привести к потере сознания, коме и смерти.

Установить, что подросток начал нюхать летучие наркотически действующие вещества, несложно. Имеются следующие объективные признаки:

Во-первых, от одежды и выдыхаемом подростком воздухе сохраняется до 3-4 суток характерный запах, свойственный тому или иному растворителю.

Во-вторых, можно установить, что дома появились пустые и полные флаконы, тюбики, бутылки с различными средствами бытовой химии. В карманах одежды, школьном ранце подросток постоянно носит ёмкость с летучими веществами и «вспомогательные предметы» — тряпки, вату, трубки, целлофановые пакеты, от которых исходит тот же запах.

В-третьих, эти предметы оставляют внешние следы в виде сыпи вокруг рта и носа, раздражение век, глаз.

При употреблении ингаляторов у подростка в течение месяца развивается привыкание, то есть формируется психическая зависимость. Подросток же свое состояние болезнью не считает и почти всегда негативно относится к проводимому лечению.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО СНИЖЕНИЮ РИСКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ТОКСИЧНЫХ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ РЕБЁНКОМ (ПОДРОСТКОМ)

✓ Не паникуйте. Часто подростка вынуждают принять токсичные вещества или психотропные под давлением. Постарайтесь с первых минут стать ему не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.

✓ Сохраните доверие. Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это оттолкнёт подростка, заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы. Возможно для вашего ребёнка это первое и последнее знакомство с вредными веществами. Будет лучше поговорить с ним на равных, обратиться к взрослой его личности. Возможно, что употребление токсичных веществ для него способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.

✓ Оказывайте поддержку. «Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я всё люблю тебя» — вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка.

Он должен чувствовать, что бы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом.

Как бы ни было трудно, очень важно, чтобы родители беседовали с детьми о вреде употребления токсичных и психоактивных веществ и о последствиях их употребления.

Родители знают своих детей лучше, чем кто-либо, особая родительская интуиция (ею обладают очень многие) позволяет почувствовать самые незначительные изменения, происходящие с их сыновьями и дочерьми.

При малейшем подозрении, что ребёнок употребляет токсичные или психотропные вещества, необходимо сразу же поговорить с ним. Поощряйте интересы и увлечения подростка, которые должны стать альтернативой в употреблении этих средств, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И наконец, помните, что сильнее всего на ребёнка (подростка) будет действовать ваш личный пример.

✓ Обратитесь к специалисту. Если вы убедились, что ребёнок (подросток) не может справиться с зависимостью от употребления токсичных и психоактивных веществ самостоятельно, и вы не в силах ему помочь, обратитесь к врачу-специалисту. При этом важно избежать принуждения. Посоветуйтесь с разными врачами, выберите тот метод и того врача, который вызовет у вас доверие.

Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребёнка может потребовать от вас серьезных и длительных усилий.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К СВОИМ ДЕТЯМ!