

## Симптомы употребления подростками наркотических веществ

Определить, употребляет ваш ребенок психоактивные вещества ПАВ (алкоголь, токсические вещества, наркотики) или нет – сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет периодически. И все же стоит насторожиться, если проявляются несколько из следующих перечисленных **признаков** (пять и более из разных групп):

### ***1. физиологические признаки:***

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта;

### ***2. Поведенческие признаки:***

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- трудности в сосредоточении на чем-то конкретном;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;
- частое вранье, изворотливость, лживость;
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- неопрятность внешнего вида;

### ***3. Очевидные признаки:***

- следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

**Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине (например, переходный возраст).**

## **ВАШИ ДЕЙСТВИЯ**

1. Прежде всего, не поддавайтесь панике, внимательно понаблюдайте за ребенком.
2. Соберите максимум информации для себя:
  - все о приеме ПАВ вашим ребенком:
  - все о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в употребление ПАВ;
  - все о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.
3. Если подозрения подтверждаются, не оттягивайте «момент истины». Горькая правда, лучше сладкой лжи.
4. Ни в коем случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.
5. Сообщите Вашему ребенку о своих подозрениях, при этом старайтесь его не обвинять, а уточнять.
6. Меньше говорите - больше делайте. Наберитесь терпения и спокойно объясните ему, что не одобряете его выбор, дайте ему полную информацию о том, что его ждет в будущем, если он откажется от лечения.
7. Ваша задача найти с Вашим ребенком общий язык, подход, быть ему опорой и поддержкой в трудной и, как правило, непонятной для него жизненной ситуации.
8. Не допускайте самолечения.
9. Не пытайтесь бороться в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам (врачу психиатру-наркологу, психологу).

**Здоровье детей – в ваших руках!**