

## ***Уважаемые родители!***

Здоровье ребенка – самое большое счастье для родителей, но, к сожалению, не уменьшается число подростков, которые употребляют табак, алкоголь и наркотики.

По результатам анонимного анкетирования более 2 тысяч школьников г. Иваново, проведенного в апреле 2012 года, 22% учащихся высказали лояльное отношение к употреблению наркотических веществ.

По статистике возраст первого знакомства с наркотическими средствами приходится на 11-17 лет, и в основном это курение марихуаны и гашиша, употребление ингаляторов, потребление алкоголя вместе с медикаментами.

Сегодня алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Это реальность, в которой живут наши дети. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и отдыхать в определенных местах.

В связи с особенностями подросткового возраста, употребление наркотических и психотропных веществ является латентным процессом (в отличие от взрослых лиц подростки самостоятельно не обращаются за наркологической помощью), поэтому требуются серьезные усилия целого ряда организаций, занимающихся профилактической работой с молодежью, для выявления и пресечения случаев употребления наркотических веществ.

В Ивановской области предпринимаются активные меры для раннего выявления несовершеннолетних, употребляющих наркотические вещества и психотропные средства.

В рамках реализации Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года Правительством Ивановской области принято Постановление от 29.10.2010 № 388-п «О проведении добровольного тестирования учащихся образовательных учреждений на предмет немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ».

## 5. Дружите с его друзьями

Очень часто друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление с их стороны и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и т.д. Поэтому важно в этот период — постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но в первую очередь - своему-ребенку.

## 6. Научите ребенка говорить «нет».

Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики. Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.

## *Дорогие мамы и папы!*

Дети растут и растут вместе с ними вопросы, которые они задают Вам и всему миру взрослых:

Что такое наркотики?

Как они меняют состояние сознания?

Как развивается зависимость?

Зачем люди их употребляют?

И почему не употребляют?

И как нам сделать правильный выбор?

**Если дети не получают от Вас ответа, который помог бы им разобраться в этом вопросе, они исследуют эту реальность...**

## Как уберечь детей от этого зла?

### 1. Общайтесь друг с другом

Общение — основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку? Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком

### 2. Выслушивайте друг друга

Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства. Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе

### 3. Ставьте себя на его место

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку другом, вы будете самым счастливым родителем!

### 4. Проводите время вместе

Очень важно, когда родители умеют устраивать с ребенком совместный досуг или совместную деятельность. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

В 2011 году Департаментом образования Ивановской области совместно с Департаментом здравоохранения Ивановской области организовано проведение добровольного тестирования 8788 учащихся из 65 школ и 9 профессиональных лицеев Ивановской области.

В ходе обследования было выявлено 22 потребителя наркотических веществ, в том числе 13 потребителей группы опия, 8 потребителей группы каннабиноидов, 1 потребитель амфетаминов.

Средний возраст потребителей составил 16 лет.

Из общего количества выявленных подростков 12 были осмотрены врачами-наркологами, в одном случае была диагностирована наркоманическая зависимость, 9 подростков взяты на профилактический учет.

### *Уважаемые педагоги и родители!*

Добровольное тестирование учащихся - одно из средств профилактики раннего предотвращения наркотической зависимости детей.

Для участия ваших детей в добровольном тестировании (если ребенку менее 15 лет) вам как законным представителям ребенка необходимо выразить свое письменное согласие, заполнив соответствующее заявление, которое можно получить в образовательном учреждении.

Если вашему ребенку уже исполнилось 15 лет он может самостоятельно написать заявление на участие в тестировании.

Процедура добровольного тестирования включает в себя проведение экспресс-тестирования на определение наркотических веществ в моче ребенка при помощи иммунохроматографических полосок, позволяющих получить результат в течение 5 минут.

Обращаем внимание на то, что в соответствии с законодательством РФ информация о результатах тестирования носит конфиденциальный характер и известна только медицинскому работнику ребенку и его родителям.

Уважаемые родители! Убедите Вашего ребенка в том, что участие в добровольном тестировании – важный шаг в формировании навыков здорового и безопасного образа жизни

## Основные причины употребления наркотиков в подростковой среде:

- простое любопытство (по принципу: «Все надо попробовать»);
- желание быть похожим на своего кумира, старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей;
- безделье, отсутствие каких-либо обязанностей, в результате – эксперименты от скуки;
- отсутствие эмоционального благополучия, связанного с дефицитом положительного отношения к подростку со стороны близких.

## Признаки и симптомы употребления наркотиков

1. Бледность кожи
2. Расширенные или суженные зрачки
3. Покрасневшие или мутные глаза
4. Замедленная речь
5. Плохая координация движения
6. Следы от уколов
7. Свернутые в трубочку бумажки
8. Потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи
9. Хронический кашель
10. Резкие скачки артериального давления
11. Бессонница или сонливость
12. Болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения
13. Избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки
14. Нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания
15. Уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам

**Эти симптомы являются косвенными. Для подтверждения злоупотребления наркотиками и зависимости от них необходима консультация врача-нарколога.**

## Что делать, если возникли подозрения?

- Не отрицайте Ваши подозрения.
  - Не паникуйте. Если даже Ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
  - Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
  - Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока Вы не справились с Вашими чувствами.
  - Если ребенок не склонен обсуждать с Вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о Ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.
  - Важно, чтобы Вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как Вы справляетесь сами с Вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.
- Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ваш ребенок отказывается идти вместе с вами, придите вы.

## Детство без наркотиков (памятка для родителей)

ГУЗ «Ивановский областной наркологический диспансер»

8 (4932) 30-08-39

8 (4932) 37-46-55

ОГУ "Центр психолого-педагогической  
помощи семье и детям":

8 (4932) 33-30-71

Уполномоченный по правам ребенка  
в Ивановской области:

8 (4932) 32-75-99

Детский телефон доверия:

8-800-2000-122 (звонок бесплатный)

8 (4932) 333-005



