

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?

1. Не отрицайте Ваши подозрения.
2. Не паникуйте.
3. Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
4. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока Вы не справились с Вашими чувствами.
5. Если ребенок не склонен обсуждать с Вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о Ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.
6. Важно, чтобы Вы сами были образцом для подражания.
7. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться за консультацией к психологу или наркологу.

ЧТОБЫ ЗНАТЬ НАВЕЕРНЯКА

Одним из эффективных способов выявления наркозависимости является тестирование с использованием экспресс-тестов с высокой степенью достоверности.

Тестирование позволяет выявить употребление наркотиков на ранней стадии и предупредить формирование зависимости.

Также проводятся подтверждающие исследования в различных биологических объектах (волосах, ногтях, крови, моче)

ГБУЗ "Республиканский наркологический диспансер"



Телефон отдела профилактики:

8 (3012) 41-90-13

Телефон доверия:

8 (9244) 565-911

Анонимное лечение:

8 (9244) 567-911

сайты: элур.рф

www.rndbir.ru

г. Улан-Удэ ул. Краснофлотская, 44.

Министерство здравоохранения
Республики Бурятия
Республиканский наркологический диспансер

ДОРОГИЕ МАМЫ И ПАПЫ!



Мы растем, и растут вместе с нами вопросы, которые мы задаем Вам и всему миру взрослых:

- Что такое наркотики?
- Как они меняют состояние сознания?
- Как развивается зависимость?
- Зачем люди их употребляют (между прочим, уже в течение нескольких десятилетий)?
- И почему не употребляют?
- И как нам сделать правильный выбор?

Если мы не получаем от Вас ответа, который помог бы нам разобраться в этом вопросе, мы исследуем эту реальность сами.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

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 гулять в определенных местах.

Это нужно знать:

Число детей и подростков, больных наркоманией увеличилось в России за десять последних лет почти в десять раз.

- Один наркоман втягивает в свой порочный круг не менее 10-17 человек;

- Средняя продолжительность жизни наркомана от 1 года до 4,5 лет;

- 84% наркоманов попробовали первый наркотик когда им не было и 15 лет;

- Как правило, родители (в 96% случаев) узнают, что их дети наркоманы, позже всех (через 2-3 года), когда сделать практически ничего не возможно.

КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬ ДЕЛТЕЙ ОПТ ЭТОГО ЗЛА?

Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.

- Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте, свой первый контакт с алкоголем и табаком.

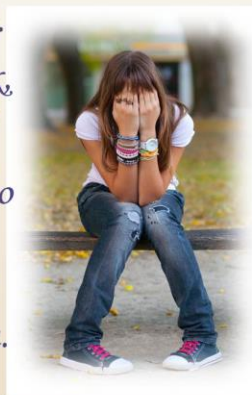
- Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.

- Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.

- Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы. Выразите свое мнение.

- Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.

Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку. Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.



ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ



Бледность кожи;
Расширенные или суженные зрачки;
Покрасневшие или мутные глаза;
Замедленная речь;
Плохая координация движений;
Следы от уколов;

-
Свернутые в трубочку бумажки;
Шприцы, ложки, капсулы, бутылочки;

-
Нарастающее безразличие;
Уходы из дома и прогулы в школе;

-
Ухудшение памяти;
Невозможность сосредоточиться;
Частая и резкая смена настроения;
Нарастающая скрытность и лживость;
Неряшливость;

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