



Профилактика употребления психоактивных веществ



Распространенность употребления психоактивных веществ (далее - ПАВ) среди несовершеннолетних и молодежи на протяжении многих лет продолжает оставаться одной из ведущих социально значимых проблем нашего общества.

В возрастной группе от 11 до 24 лет

Регулярно употребляют наркотики (с частотой не реже 2-3 раза в месяц) 2,6 млн. человек



9,6%

Пьют алкогольные напитки (включая пиво) 13,7 млн. человек



49,5%

Курают табачные изделия 12,3 млн. человек



45,6%

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Как бы мы ни ограждали ребенка, но однажды это может случиться. К вашему ребенку подойдут - и предложат попробовать наркотик. Цель этого санбюллетеня - помочь вам предотвратить угрозу или вовремя распознать ее и принять меры.

Последствия употребления ПАВ:



- Сегодня средний возраст знакомства детей с алкоголем составляет 12 лет.
- Средний возраст приобщения к наркотикам по России составляет 14,5 лет.
- Почти 50% выпускников школ России имеют табачную зависимость.

Невозможно изолировать ребенка от реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

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, маленькие ложечки, капсулы, бутылочки
- Нарастающее безразличие
- Уход из дома и прогулки 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.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?



1. Не отрицайте Ваши подозрения.
2. Не паникуйте. Если даже Ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
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. Ваш ребенок видит ежедневно, как Вы справляетесь сами с Вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.
7. 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 нами, придите вы.

КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ?

- Лучший путь - это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.
- Учитесь видеть мир глазами ребенка.
- 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. Выражайте 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.

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ

ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ



ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ

Бледность или покраснение кожи, круги под глазами.
Расширенные или суженные зрачки, покрасневшие глаза, блуждающий взгляд.
Несвязная, замедленная или ускоренная речь.
Повышенный аппетит, жажда.
Потеря аппетита, потеря веса.
Хронический кашель.
Плохая координация движений.
Колеса артериального давления.
Головные боли, головокружение, слабость.
Расстройство желудочно-кишечного тракта.
Бессонница ночью или повышенная сонливость днем.
Судорожный синдром с потерей сознания, обморочные состояния.



ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ

Беспочинное возбуждение, неусидчивость или заторможенность, вялость.
Уход от ответов на прямые вопросы, вранье.
Безразличие ко всему происходящему.
Уходы из дома, ссоры с родителями.
Болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения.
Избегание старых друзей, уход от старых занятий, которые ранее были интересны.
Ухудшение памяти и внимания.
Снижение успеваемости в школе, прогулы.
Частые просьбы денег или пролажа из дома денег, ценных вещей.
Частые телефонные звонки, СМС сомнительного характера, длительное общение в соц.сетях.
Общение с неблагополучной компанией.
Склонность к совершению правонарушений.
Неопрятность внешнего вида.



ОЧЕВИДНЫЕ ПРИЗНАКИ

Стеклянные или пластиковые трубочки (пипетки), обожженные или содержащие мелкие смеси трав.
Маленькие прозрачные пакетики со смесью трав или белым кристаллическим веществом.
Пузырьки, жестяные банки, пластиковые бутылки.
Капсулы, таблетки или иные медицинские препараты (глазные капли, таблетки от кашля), не назначенные врачом.
Пачки лекарств снотворного или успокоительного действия.
Папиросы в пачках из-под сигарет.
Следы от уколов (особенно по ходу вен), порезы, синяки, ожоги.

НАСТОРОЖИТЕСЬ, ЕСЛИ ЗАМЕТИТЕ ПЯТЬ ИЛИ БОЛЕЕ ПРИЗНАКОВ ИЗ РАЗНЫХ ГРУПП

ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ



МЕДИЦИНСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

ИЗМЕНЯЕТСЯ ВНЕШНИЙ ВИД

Вялая мимика, бессмысленный взгляд, монотонная речь, бледность, расслаивание ногтей, выпадение волос, похудание, выглядят наркоманы намного старше своего возраста.

ПОРАЖАЮТСЯ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ

НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Ухудшение памяти, мышления, колебания настроения, снижаются морально-эстетические качества, личность деградирует.

ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Расстраивается пищеварение, что вызывает значительную потерю массы тела и резкое истощение.

ИМУННАЯ СИСТЕМА

Организм хуже справляется с заболеваниями.

ПЕЧЕНЬ

Воспалительные, застойные или дистрофические процессы.

СЕРДЦЕ

Возрастает вероятность инфаркта.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Хроническое воспаление, снижение обоняния, его потеря.

РЕПРОДУКТИВНЫЕ ОРГАНЫ

У наркоманов мужчин развивается импотенция, у женщин половая холодность.

ПОВЫШАЕТСЯ СКЛОННОСТЬ К САМОУБИЙСТВАМ

(в 5-20 раз)

ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СМЕРТНОСТИ



СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

ЧЕЛОВЕК ПЕРЕСТАЕТ БЫТЬ ЧАСТЬЮ ОБЩЕСТВА

Все, что раньше было значимым, дорогим, любимым, теряет смысл.

Попытки родителей помочь ребенку вызывают у него раздражение и злость.

Появляются проблемы с работой и учебой.

Понятия о моральных нормах становятся размытыми, что часто приводит к конфликту с законом.

Зависимый человек приспосабливает свою жизнь к тому, чтобы облегчить доступ к наркотику. Вся его социальная активность связана с наркотиком. Как взаимодействовать с обществом без наркотика, он не знает.

Лица, употребляющие наркотики, теряют друзей, товарищей, приемлемые социальные связи (потеря социального окружения). Вместо этого появляется новое окружение - зависимое от наркотиков.



ЮРИДИЧЕСКАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ

Штраф 4-5 тыс. рублей или арест до 15 суток.

ПРИБРЕТЕНИЕ, ХРАНЕНИЕ, ИЗГОТОВЛЕНИЕ

Штраф 4-5 тыс. рублей или арест до 15 суток.
В значительном размере - до 3 лет лишения свободы.
В крупном размере - от 3 до 10 лет лишения свободы.
В особо крупном размере - от 10 до 15 лет лишения свободы.

ПРОИЗВОДСТВО, СБЫТ, ПЕРЕСЫЛКА НАРКОТИКОВ

От 4 до 8 лет лишения свободы.
В образовательных учреждениях, на объектах транспорта и сети Интернет от 5 до 12 лет лишения свободы.
В значительном размере - от 8 до 15 лет лишения свободы.
В значительном размере - от 8 до 15 лет лишения свободы.
В особо крупном размере - от 15 до 20 лет лишения свободы или пожизненное лишение свободы.

ВЫРАЩИВАНИЕ НАРКОСОДЕРЖАЩИХ РАСТЕНИЙ

Штраф 1,5 - 4 тыс. рублей или арест до 15 суток.
В крупном размере - до 2 лет лишения свободы.
В особо крупном размере - до 8 лет лишения свободы.

«СПАЙС» - ЭТО НАРКОТИКИ!



ГДЕ ПОЛУЧИТЬ ПОМОЩЬ



ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ

Если вам нужна помощь, звоните - бесплатно и анонимно:
8 (800) 250-19-11
Горячая линия при проблемах с зависимостями.
Круглосуточно.

Бесплатная горячая линия по вопросам наркомании:
8 800 700-50-50.



ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ



МЕДИЦИНСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

ИЗМЕНЯЕТСЯ ВНЕШНИЙ ВИД

Вялая мимика, бессмысленный взгляд, монотонная речь, бледность, расслаивание ногтей, выпадение волос, похудание, выглядят наркоманы намного старше своего возраста.

ПОРАЖАЮТСЯ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ

НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Ухудшение памяти, мышления, колебания настроения, снижаются морально-эстетические качества, личность деградирует.

ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Расстраивается пищеварение, что вызывает значительную потерю массы тела и резкое истощение.

ИМУННАЯ СИСТЕМА

Организм хуже справляется с заболеваниями.

ПЕЧЕНЬ

Воспалительные, застойные или дистрофические процессы.

СЕРДЦЕ

Возрастает вероятность инфаркта.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Хроническое воспаление, снижение обоняния, его потеря.

РЕПРОДУКТИВНЫЕ ОРГАНЫ

У наркоманов мужчин развивается импотенция, у женщин половая холодность.

ПОВЫШАЕТСЯ СКЛОННОСТЬ К САМОУБИЙСТВАМ

(в 5-20 раз)

ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СМЕРТНОСТЬ!



СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

ЧЕЛОВЕК ПЕРЕСТАЕТ БЫТЬ ЧАСТЬЮ ОБЩЕСТВА

Все, что раньше было значимым, дорогим, любимым, теряет смысл.

Попытки родителей помочь ребенку вызывают у него раздражение и злобу.

Появляются проблемы с работой и учебой.

Понятия о моральных нормах становятся размытыми, что часто приводит к конфликту с законом.

Зависимый человек приспособливает свою жизнь к тому, чтобы облегчить доступ к наркотику. Вся его социальная активность связана с наркотиком. Как взаимодействовать с обществом без наркотика, он не знает.

Лица, употребляющие наркотики, теряют друзей, товарищей, приемлемые социальные связи (потеря социального окружения). Вместо этого появляется новое окружение - зависимое от наркотиков.

