

## **Первые признаки употребления наркотиков у детей**

(памятка для родителей)

Многие исследования подтверждают, что подростки, рано попробовавшие алкоголь или наркотики, имеют значительно больше шансов впасть в зависимость от них. Если распознать эти первые признаки употребления наркотиков, то шансов помочь ребенку не свернуть с правильного пути гораздо больше.

Вот некоторые признаки подростковой наркотической зависимости:



➤ **у подростка изменился аппетит и сон.** Аппетит может как «улучшиться», так и «ухудшиться», то же самое касается и сна. Употребление синтетических наркотиков вызывает снижение аппетита и потребность во сне. Курение марихуаны наоборот увеличивает аппетит и продолжительность сна. Эти эффекты могут меняться в зависимости от типа наркотического вещества.

➤ **не уделяет внимание внешнему виду.** Обычно подростки очень озабочены тем, как они выглядят среди сверстников и друзей, они могут быть очень эксцентричны в выборе одежды, макияжа и даже средств гигиены. Но подростки, у которых проявляется пристрастие к наркотикам или алкоголю, уделяют этому все меньше и меньше внимания.

➤ **отказывается участвовать в необходимых мероприятиях и не проявляет социальную активность.** Вы можете заметить, как подросток начал прогуливать школу, перестал посещать спортивные секции или социальные мероприятия, перестал помогать родителям, начал избегать их и прятаться от взрослых.

➤ **увеличились карманные расходы.** Подросток начинает просить деньги, при этом не может вразумительно объяснить для чего. Обычно подросток, употребляющий наркотики не спрашивает сразу большую сумму, он просит небольшие суммы денег, но делает это чаще. Перестает рассказывать о своих покупках.

➤ **неожиданно меняется круг друзей и места времяпровождения.** Подросток может высказываться о своих старых друзьях, что они не так «круты». Возможно, начнет обманывать и скрывать информацию о том, где он проводит время.

➤ **появились межличностные конфликты и проблемы с законом.** Подростки могут спорить и противостоять родителям, учителям или сверстникам. Могут начаться проблемы с законом (воровство в магазинах, попытки купить товары, запрещенные для продажи несовершеннолетним).

➤ **личностные изменения и отношение к окружающему.** Резкие, нетипичные перемены настроения. В зависимости от типа наркотика, вы можете замечать в ребенке гиперактивность или чрезмерную радость и последующую удрученность и вялость. Мышление и поведение становится иррациональным и непредсказуемым.

➤ **постоянный уход от ответственности.** Если ребенок, обычно очень ответственный, вдруг начинает избегать ответственных мероприятий, то это может являться признаком пристрастие к наркотикам. Как результат ребенок становится менее отзывчивым и отказывается от какой-либо ответственности.

Если вы замечаете в подростке подобные признаки, то это повод задуматься и как минимум поговорить с ребенком.

Не конфликтуйте с ним и не обращайтесь к нему в приказном тоне. Помните, что цель беседы – разговорить его.

Наркозависимость среди молодежи растет, будьте на чеку, даже короткая беседа, проведенная правильно и своевременно, может полностью изменить отношение подростка к наркотикам.

**Составитель: зав. отделением гемодиализа ГБУЗ РДКБ Латыпов И.З.**

