

Профилактика наркомании у подростков

**Важность проблемы:**

Профилактика наркомании подразумевает под собой комплекс мероприятий направленных на предупреждение наркомании. Профилактика наркомании важна т.к. наркомания опасное заболевание не только для самого человека, но и для общества. Наркомания наносит катастрофический ущерб личности. Ложь, предательство, преступления, распад семей, смертельные болезни, все это спутники наркомании. Порядка 70% ВИЧ инфицированных больных получили смертельный вирус вследствие употребления наркотиков. А если взять во внимание тот факт, что средний возраст наркоманов около 30 лет, т.е это люди детородного возраста, то наркомания — это угроза выживанию нации. В свете этих данных становиться понятным, что профилактика наркомании крайне важна. Наркоманию легче предупредить, чем потом вылечить. Ведь лечение наркомании часто безрезультатно. Любой реабилитационный центр или наркологическая клиника ставит перед собой цель справиться с наркоманией, но эта цель достигается не всеми. Поэтому профилактика наркомании становиться важнейшим инструментом в предупреждении наркомании.

Наркомания – огромная социальная проблема.

*Вред наркотиков:*

* разрушение здоровья, заболевания, передающихся от наркомана к наркоманы через иглы;
* подростковая наркомания (наркомания подростков);
* сокращение жизни и причина смертности от передозировки;
* жесткая привязанность к наркотикам (зависимости от них);
* негативное действие наркотиков на личность наркомана, его поведение и социальный статус;
* распад семьи;
* полный распад личности, интересов и потеря целей в жизни.

Для того, чтобы достать деньги на очередную дозу наркоман готов на все – кражи, грабежи и прочие преступления. Каждый наркоман затягивает в наркоманию не менее 4 человек.

*Виды наркотиков (drugs):*

— производные от конопли — конопля, марихуана, план, гашиш;

— производные от опиума (вырабатывается из наркотического мака) — опиум, героин;

— кокаин (кокс);

— синтетические наркотики (искусственно выведенные наркотические химические соединения) — амфетамин, экстази, винт, лсд (lsd), метамфетамин и другие наркотики.

Профилактика наркомании должна начинаться с семьи. Важно, чтобы родители понимали, что профилактика наркомании может уберечь их ребенка от наркомании. Профилактика наркомании возможна при наличии открытого общения и доверительных отношений в семье. Опросы среди наркоманов выявили безрадостную картину: на вопрос, почему вы не поговорили с родителями о том, что вам предлагают попробовать наркотики, 100% ребят отвечали, что будет скандал, запретят гулять, запретят дружить и т.п.

Поэтому профилактика наркомании должна начинаться с уважения к личности ребенка, с открытого общения и взаимопонимания в семье. Тогда профилактика наркомании даст результат.

**Признаки употребления наркотиков:**

Существуют определенные признаки, которые указывают на то, что ребенок может употреблять наркотики. Если Вы обнаружили их,  следует насторожиться.

**Основные признаки:**

1. следы от уколов, порезы, синяки (особенно на руках);
2. наличие у ребенка (подростка) свернутых в трубочку бумажек, маленьких ложечек, шприцев и/ или игл от них;
3. наличие капсул, таблеток, порошков, пузырьков из под лекарственных или химических препаратов;
4. тряпочки, пахнущие толуолом; жестяные банки и пустые тюбики из-под клея, бензина, нитрокраски, пустые баллончики из-под лака для волос; бумажные или пластиковые пакеты, пропитанные химическими запахами;
5. папиросы (особенно «Беломор») в пачках из под сигарет;
6. расширенные или суженые зрачки;
7. нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя;

**Дополнительные признаки:**

1.пропажа из дома ценных вещей одежды и др.;

2. необычные просьбы дать денег;

3. лживость, изворотливость;

4. телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами;

5. проведение времени в компаниях асоциального типа;

6. изменение круга друзей или появление «товарищей», которые употребляют наркотики;

7. снижение успеваемости, увеличение количество прогулов, плохое поведение, снижение интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям;

8. увеличивающееся безразличие к происходящему рядом**;**

9. изменение аппетита;

10. нарушение сна (сонливость или бессонница);

11. утомляемость, погружённость в себя;

12. плохое настроение или частые беспричинные смены настроения, регулярные депрессии, нервозность, агрессивность;

13. невнимательность, ухудшение памяти;

14. внешняя неопрятность;

15. покрасневшие или мутные глаза.

**Советы родителям по снижению риска употребления наркотиков ребенком (подростком)**

1. **Не паникуйте.**Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке сына или дочери след укола, это ещё не означает, что теперь ребёнок неминуемо станет наркоманом. Постарайтесь с первых минут стать  не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.
2. **Сохраните доверие.**Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это оттолкнёт подростка, заставит его замкнуться. Будет лучше, если вы поговорить с ним на равных, обратиться к взрослой его личности. Возможно, что наркотик для него способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.
3. **Оказывайте поддержку.**«Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я всё же люблю тебя» — вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом. Как бы ни было трудно, очень важно, чтобы родители беседовали с детьми о наркотиках, последствиях их употребления. Родители знают своих детей лучше, чем кто-либо, особая родительская интуиция (ею обладают очень многие) позволяет почувствовать самые незначительные изменения, происходящие с их сыновьями и дочерями. При малейшем подозрении, что ребенок употребляет наркотики, необходимо сразу же поговорить с ним. Поощряйте интересы и увлечения  подростка, которые должны стать альтернативой наркотику, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И наконец, помните, что сильнее всего на подростка будет действовать ваш личный пример. Подумайте о своём  собственном отношении к некоторым веществам типа табака, алкоголя, лекарств.
4. **Обратитесь к специалисту.**Если вы убедились, что подросток употребляет наркотики и не может справиться с зависимостью и вы не в силах ему помочь, обратитесь к специалисту – врачу — наркологу. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребёнка  может потребовать от вас серьёзных и длительных усилий.

Не спешите сдаваться, ВЫХОД ЕСТЬ!

ПОМНИТЕ, что ВЫ НЕ ОДНИ в решении этой проблемы!