

ЕСЛИ В ВАШ ДОМ ПРИШЛА БЕДА

Памятка для родителей

Ребёнок - самый дорогой человек для родителей, его здоровье - самое дорогое, что есть у мамы и папы. Но, к сожалению, все больше наших детей губят своё здоровье, начиная употреблять табак, алкоголь и наркотики (далее - ПАВ - психоактивные вещества). Причин для этого много. Это и детское любопытство, и стремление проверить на себе так ли плохо то, от чего уберегают взрослые, и желание быть похожим на «крутого парня». Не редко это и пример самих родителей (сигареты, алкоголь и т.д.), и желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны взрослых, и безделье, точнее отсутствие обязанностей, и много других причин, понятных только самим детям.

Определить, употребляет ребенок наркотики или нет, сложно, но стоит насторожиться, если проявляются бледность или покраснение кожи, расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза, несвязная, замедленная или ускоренная речь, потеря аппетита, хронический кашель, раскоординация движений, резкие скачки артериального давления, расстройство желудочно-кишечного тракта. Это *физиологические признаки* и их легко принять за медицинские симптомы. Поэтому важно показать ребёнка педиатру. Категоричный отказ от похода к врачу должен насторожить родителей.

Есть и *поведенческие признаки* - беспричинное возбуждение или вялость, нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания, уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам, трудности в сосредоточении на чем-то конкретном, бессонница или сонливость. Остро проявляется болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения, избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки, снижение успеваемости в школе, постоянные просьбы дать денег, пропажа из дома ценностей, частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры, самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны, частое вранье, изворотливость, лживость (что родители, чаще всего, принимают за истину), уход от ответов на прямые вопросы, неопрятность внешнего вида.

Существуют и непонятные нам, но более *очевидные признаки* - следы от уколов, порезы, синяки, закопченные ложки, фольга, капсулы, пузырьки, жестяные банки, пачки лекарств снотворного или успокоительного действия, папиросы в пачках из-под сигарет, бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки.

Совокупность даже не всех, а части физиологических, поведенческих и очевидных признаков должна стать тревожным сигналом для родителей.

Что делать, если это произошло? Ни в каком случае не нужно ругать, угрожать, бить. Не поможет. Соберите максимум информации:

- ✓ что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности;
- ✓ всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;
- ✓ всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

А дальше, если хотите спасти ребёнка – вызывайте скорую. Иначе будет поздно.

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно.