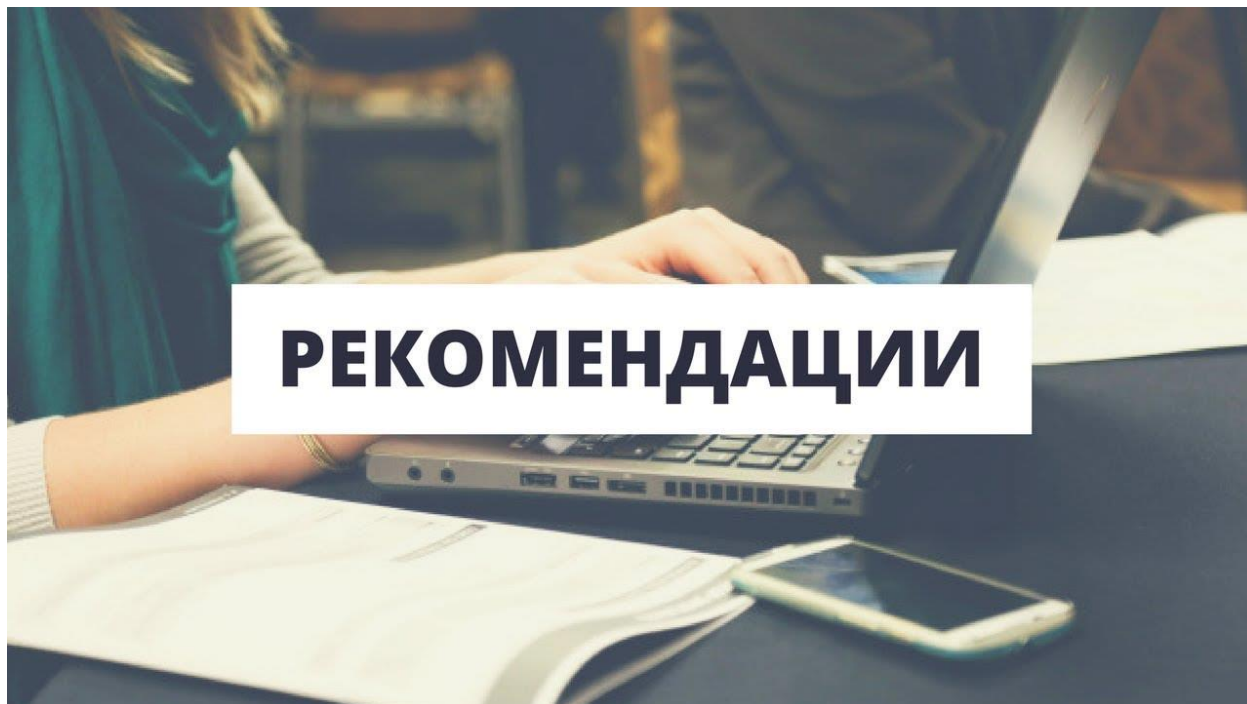


Рекомендации родителям по раннему выявлению вредных привычек у подростков

Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков



РЕКОМЕНДАЦИИ

В работе по профилактике важно, как можно раньше увидеть первые признаки проблемы наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Будьте внимательны, приглядитесь к поведению и внешности вызывающего подозрение подростка. Некоторые поступки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения подростка. Тем не менее, насторожитесь, если в поведении человека без видимых причин замечаются:

- точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;
- состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, малая подвижность, расслабленность конечностей, обмякшая поза, свисающая голова, стремление к покою, сменяемые необъяснимыми возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью (независимо от ситуации);
- погруженность в себя, разговоры с самим собой;
- неустойчивость эмоционального состояния, внезапные и резкие изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без понятной причины;

- заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды;
- необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к отметкам;
- сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;
- частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные в данном разделе;
- игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы ночью;
- неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины, ухудшение памяти и внимания, рассеянность;
- неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;
- быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, смазанная, невнятная, нечеткая речь;
- очевидные лживость, изворотливость, цинизм и беспокойство;
- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям;
- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом большие денежные траты непонятно на что;
- возросшие тревожность, скрытность и лукавство в поведении, стремление к уединению и уходу из дома;
- ничем не объяснимое позднее возвращение домой в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного и последующее за этим трудное пробуждение по утрам;
- малопонятные разговоры по телефону с использованием жаргона;
- чтение книг (Карлоса Кастанеды, Уильяма Берроуза) и журналов, популярных среди наркоманов ("Птюч" и т.п.), регулярное посещение техноклубов;
- отказ от употребления спиртного (если прежде охотно употреблял);
- изменение внешнего облика — неряшливость, запущенность в одежде, общее похудание, бледность, землистый цвет или покраснение, маскообразность и одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность, либо наоборот,

оживление мимики, сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, сухость губ или повышенное слюноотделение;

- появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю, или улыбающегося личика — символа ЛСД);
- частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления;
- стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;
- неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя (особенно явное при закрытых глазах);
- умственные и (или) физические отклонения от нормы — замедленное мышление, снижение реакции, потеря веса, аппетита, тремор (мелкая дрожь), тошнота, частый насморк, хронический кашель, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т.п.;
- пропажа денег, вещей из дома (кражи, совершаемые ребенком также являются сигналом наркотической опасности);
- внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки, литературе по фармакологии, действию различных лекарств, стремление завязать знакомство с работниками аптек и учреждений здравоохранения;
- запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т.д.);
- обнаружение у подростка предметов или следов, сопутствующих употреблению наркотиков: порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия) в его вещах; желтых или коричневых пятен на одежде или теле; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков с сильным запахом, странного вида трубок, которые пахнут вовсе не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под синтетического клея и другой тары из-под различных средств бытовой химии.

Любой из перечисленных признаков в отдельности вряд ли может достоверно свидетельствовать об употреблении человеком наркотиков, однако

наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение. В таких случаях необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

Это важно знать родителям

- «Наркоман» — это слово стало уже обычным в нашем лексиконе. Что же за ним? За этим словом — искалеченные жизни, сломанные судьбы, отчаяние, страх, боль, смерть и преступление!
- Очень многое, если не основное, зависит от нас — родителей, от семейного климата и взаимоотношений в семье. Там, где существует опасность приобщения детей к наркотикам, как никогда актуальна простая и банальная истина: "Дети требуют внимания!"
- Эта аксиома, казалось бы, известна всем. Но, как часто мы забываем о ней в суете будничного труда и заботах. А ведь именно с общения с родителями начинается процесс воспитания детей, усвоения ими всего хорошего и полезного.
- По возможности старайтесь чаще беседовать с детьми на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чем бы вы ни говорили с детьми, постарайтесь ненавязчиво дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности.
- Если есть опасность приобщения к наркотикам вашего ребенка, необходимо немедленно принимать все меры против этого.
- Будьте настоящим другом своему ребенку, если у него уже возникли проблемы с наркотиками, помогите ему принять решение, убедите обратиться за помощью!
- Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик...
- Что такое наркотики? Для достаточно полного понимания проблемы противодействия распространению наркомании, прежде всего, нужно ответить на этот кажущийся внешне простым вопрос.
- Наркотические средства и психотропные вещества (для краткости мы будем называть их "наркотиками") можно разделить на две категории: легализованные в жизни общества (то есть медицинские лекарственные препараты, которые используются гражданами при различных заболеваниях по назначению врача и это не противоречит закону) и незаконно производимые и распространяемые.

- В первую группу наркотиков входят различные лекарства в виде таблеток, ампул, порошков, микстур, применяемые в медицинских целях, подлежащие контролю в нашей стране.
- Однако этими препаратами, а также многими другими медикаментами, отнесенными к сильнодействующим веществам, часто злоупотребляют с целью получения одурманивающего эффекта. При злоупотреблении ими организм разрушается не меньше, чем от героина. Они могут отрицательно влиять на умственные и физические возможности человека (например, при вождении автомобиля, занятиях спортом и т.д.).
- В обыденном представлении наркомания чаще всего ассоциируется с такими веществами, которые производятся, продаются и покупаются нелегально. На самом деле наркоманами становятся и в результате злоупотребления лекарственными наркотическими средствами. Болезненное пристрастие к обезболивающим, успокаивающим и снотворным наркотикам довольно распространенное явление. Наркотический препарат, принимаемый по предписанию врача, приносит пользу, облегчает страдания. Прием того же препарата в больших количествах и без рекомендаций врача опасен и может стать роковым. Закономерно, что степень риска возрастает по мере увеличения частоты и продолжительности приема этих наркотических, психотропных и сильнодействующих лекарственных средств. Чем больше эти параметры, тем серьезнее опасность возникновения зависимости.

Ко второй группе наркотиков относятся изготавливаемые нелегально из растительного сырья (коки, конопли, мака и др.) или химических веществ для немедицинского употребления.

Любые наркотики, включая медикаменты, по существу, — ЯД! Они лишь различаются по степени и характеру воздействия на организм.

Маленькие дозы некоторых наркотиков оказывают стимулирующие действие. Другие — вызывают ощущения покоя и благодушия. Большие дозы наркотиков могут вызвать смерть. Именно так случается с наркоманами, допустившими передозировку при приеме наркотика.

Влияние наркотиков часто непредсказуемо. Прежде вполне нормальных людей они превращают то в мечущихся бесов, то в подавленных и безразличных. Причем реакция на одни и те же наркотики у людей, потребляющих их, может оказаться различной в зависимости от его психического и физического состояния человека в момент их приема.

С наркотиками связано понятие "злоупотребление" этими веществами. Суть злоупотребления состоит в том, что принимающий наркотики в действительности не нуждается в них с медицинской точки зрения, и они представляют опасность для его организма (особенно подросткового).

Коварная особенность наркотика заключается в том, что организм человека, принимающего это вещество неоднократно, в течение некоторого времени перестает реагировать на принимаемую дозу и требует постоянного ее увеличения.

Относительно продолжительное употребление наркотиков порождает пагубную привычку к этим веществам — человек становится наркоманом.

Одно из самых опасных действий наркотика на организм заключается в том, что он способен в самые короткие сроки сформировать жесткую зависимость состояния человека, его физического и психического самочувствия от употребления препарата.