**Телефон доверия для детей, подростков и родителей**

8-800-2000-122

анонимный, круглосуточный, бесплатный

**Единая служба «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»**

8-800-101-12-12 и 8-800-101-12-00

***оказание социально-психологической помощи гражданам, оказавшимся в кризисной ситуации анонимно, круглосуточно, бесплатно.***

**Памятка для родителей**

**«Признаки употребления наркотических средств»**

**В последние годы употребление несовершеннолетними наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу для здоровья подрастающего поколения.**

Распространение наркотиков в среде несовершеннолетних принимает характер эпидемии - они становятся привычным компонентом молодежной субкультуры. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

**Основными причинами потребления несовершеннолетними наркотиков могут являться:**

* употребление их ради так называемого «любопытства»;
* желание казаться более взрослым или быть похожим на них;
* одним из способов обратить на себя внимание родителей.

Кроме того, поводом для вовлечения детей в незаконный оборот наркотических средств и психотропных веществ может послужить и отсутствие занятости, неорганизованность досуга несовершеннолетнего (кружки, секции и т.д.).

Определить, употребляет ли Ваш ребенок наркотики или нет, достаточ­но сложно, особенно, если ребенок потребил наркотическое средство в первый раз или

употребляет эпизодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине.

***Признаки употребления наркотиков:*** Каждый из этих признаков по отдельности иногда ничего не значит, но наличие нескольких признаков - это сигнал!

***Что делать, если возникли подозрения:***

* удержитесь от проявления первой негативной эмоции: обвинения, нравоучения, угрозы - это может оттолкнуть ребенка; в то же время не откла­дывайте решение этой проблемы;
* не старайтесь собственными силами решить данную проблему, не­замедлительно обратитесь к квалифицированным специалистам: психиатрам-наркологам, психотерапевтам, психологам и другим специалистам, которыми будет оказана необходимая консультативная и лечебно-реабилитационная по­мощь;
* обсудите эту ситуацию с другими членами семьи и выработайте единую позицию;
* поговорите доверительно с ребенком о том, что Вас тревожит, дайте ему понять, что Вы его любите и беспокоитесь о его здоровье;
* убедите ребенка в необходимости помощи специалиста наркологи­ческой службы, которую он может получить анонимно и бесплатно;
* если ребенок не идет на контакт, обратитесь к специалисту-психологу, который поможет выстроить отношения с ребенком и продвинуть решение проблемы;
* побудить ребенка обратиться к специалисту могут значимые для него люди.

внешние признаки:

* бледность кожи
* расширенные или суженные зрачки
* покрасневшие или мутные глаза
* несвязная, замедленная или ускоренная речь
* потеря аппетита, похудение
* хронический кашель
* плохая координация движений

поведенческие признаки:

* беспричинное возбуждение, вялость
* нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания
* уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам
* 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
* неопрятность внешнего вида

очевидные признаки:

* следы от уколов (особенно на венах)
* бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки
* закопченные ложки, фольга
* капсулы, пузырьки, жестяные банки
* пластиковые бутылки с прожженными отверстиями либо с прозрачной жидкостью без запаха
* пачки лекарств снотворного или успокоительного действия
* папиросы в пачках из-под сигарет.

**ПОМНИТЕ!**

**CBOEBPEMEНHOE РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНИТ ЗДОРОВЬЕ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ!**