

Памятка по профилактике ПАВ

Психоактивные вещества – это вещества, которые влияют на центральную нервную систему (ЦНС), изменяя психическое состояние человека. К подобным веществам можно отнести все наркотики, но это не означает, что все психоактивные вещества запрещены, например к психоактивным можно отнести сигареты – они содержат психоактивное вещество — никотин, сюда же отнесем алкоголь – он, как многие замечали, по-разному влияет на психику человека и не зря на бутылках с водкой мы видим надпись – «противопоказан лицам до 18 лет» (у них еще не сформировалась психика) «и лицам с заболеваниями центральной нервной системы». Психоактивные вещества играют большую роль в жизни человека, при чем как отрицательную, так и положительную. Отрицательная — это конечно же наркотики, их пагубное влияние на организм, плюс привыкаемость. Положительная, но это опять же в пределах разумного, табак и алкоголь — выступают средством для снятия стресса, так называемый антидепрессант. Одним из психоактивных веществ является Амфетамин, согласно постановления правительства №681, он отнесен к списку № I запрещенных — психотропных веществ. Психотропными называют препараты, применяемые в основном в медицине. Психоактивные и психотропные вещества приравнивать не надо, психотропные являются разновидностью первых. К запрещенным психотропным веществам так же относятся: Катин, Катинон, Меклоквалон, Метаквалон, 4-метиламинорекс, Метилфенидат (риталин) Фенетиллин. Запрещены они не просто так, вред от них приравнивается к вреду причиняемого наркотиками, поэтому отвечать за эти психотропные вещества придется так же по ст. 228 УК РФ незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ.



Симптомы употребления подростками наркотических веществ (ПАВ)

Определить, употребляет подросток наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет периодически. И все же стоит насторожиться, если проявляются некоторые из следующих признаков (пять и более из разных групп):

1. Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожных покровов, круги под глазами;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие глаза или блуждающий взгляд;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- повышенный аппетит (ест больше чем обычно), жажда;
- в редких случаях потеря аппетита, потеря веса;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание из стороны в сторону или спотыкание) при отсутствии запаха алкоголя изо рта;
- колебание артериального давления (снижение АД до 90/50 или повышение до 180/100);
- головные боли, головокружение, слабость (на фоне колебания АД);
- расстройство желудочно-кишечного тракта (тошнота, рвота, понос);
- бессонница или повышенная сонливость днем;
- судорожный синдром с потерей сознания, обморочные состояния.

2. Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение (смех), неусидчивость или заторможенность, вялость;
- уход от ответов на прямые вопросы;
- частое вранье, изворотливость;
- нарастающее безразличие ко всему происходящему;
- уходы из дома, частые ссоры с родителями;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше был близок;
- трудности в сосредоточении на чем-то конкретном, ухудшение памяти и внимания;
- снижение успеваемости в школе, прогулы по непонятным причинам;
- частые просьбы денег или пропажа из дома денег, ценных вещей;
- частые телефонные звонки, СМС сообщения сомнительного характера, секретные разговоры;

- сомнительные контакты и длительное общение в социальных сетях;
- общение с неблагополучной компанией;
- склонность к совершению правонарушений (участие в драках, кражи и т.д.);
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые ранее были интересны;
- неопрятность внешнего вида;

3. Очевидные признаки:

- стеклянные или пластиковые трубочки («пипетки»), обожженные или содержащие мелкие смеси трав;
- маленькие прозрачные пакетики со смесью трав или белым кристаллическим веществом;
- пузырьки, жестяные банки, пластиковые бутылки;
- капсулы, таблетки или иные медицинские препараты (глазные капли, сироп от кашля), не назначенные врачом;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет;
- следы от уколов (особенно по ходу вен), порезы, синяки, ожоги.

Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине (например - переходный возраст).

Уважаемые родители! При возникшем у Вас подозрении на употребление наркотиков вашим ребенком необходимо срочно обратиться на консультацию к специалисту!!!

Как реагировать на употребление подростком наркотиков и алкоголя

1. Соберите как можно больше сведений о злоупотреблении алкоголем и наркотиками. Воспользуйтесь обучающей программой.
2. Займите твердую позицию, однозначно дав понять, что вы не позволите своему ребенку употреблять алкоголь и наркотики. Доводите эту мысль до них регулярно.
3. Подкрепите свое твердое решение "нет наркотикам и алкоголю" четким и последовательным набором норм и правил поведения; добивайтесь и проявляйте решимость добиться их соблюдения.
4. Изучите признаки употребления алкоголя и наркотиков и внимательно следите, не обнаружатся ли таковые у ваших детей. Не позволяйте ребенку обмануть себя. Будьте в меру недоверчивы.
5. Если вы подозреваете, что ваш ребенок выпивает, не притворяйтесь, что все в порядке. Изучите ситуацию более подробно. Пристально и внимательно наблюдайте за вашим ребенком. Отмечайте факты характерных поступков, с указанием дат и времени.
6. Прежде, чем начать серьезный разговор с вашим ребенком, составьте перечень причин, почему вы это делаете.
7. Вызовите вашего ребенка на разговор только тогда, когда он не находится под влиянием наркотиков, или когда он трезв, вам следует быть спокойными и контролировать.
8. Во время разговора с ребенком, говорите о его поведении, используя конкретные примеры, и выразите свои чувства в спокойной и ровной манере. Подчеркните, что вы не приемлите не самого ребенка, а его поведение, связанное с употреблением алкоголя.
9. Будьте готовы встретить сопротивление. Будьте готовы к тому, что ваш ребенок будет сердиться. Приготовьтесь выслушать типичные заявления: "Ты мне не доверяешь... Я не выпиваю... У меня нет проблем с алкоголем... Тебе на меня наплевать". Будьте готовы, что ваш ребенок попытается вами манипулировать. Но помните, что введение ограничений, в конце концов, убедит ребенка в том, он вам не безразличен.
10. Если вы установили, что ваш ребенок нарушил принятые в вашей семье нормы поведения в отношении алкоголя и наркотиков, не колеблясь применяйте положенные санкции. Подчеркните, что ваши действия продиктованы любовью и тревогой за него, и вы поступаете так в его же интересах.
11. Если в разговоре участвуют оба родителя, чрезвычайно важно, чтобы вы были едины и последовательны в своем подходе. Будьте заодно. Не позволяйте ребенку играть на ваших разногласиях.
12. Если ваш ребенок упорно нарушает правила и продолжает пить, разработайте план обращения за профессиональной помощью.
13. В случаях повторяющихся выпивок предложите заключить с вашим ребенком контракт по поведению. Если ваш ребенок утверждает, что проблемы не существует, тогда выполнение этого

контракта не вызовет никаких затруднений.

14. Ополчайтесь только против неправильного поведения; не ополчайтесь на своего ребенка как личность. Выразите вашу безусловную любовь к нему или ней,

15. Не поступаясь жесткостью требований, старайтесь сохранить открытость в общении. Ребенок может вас "наказать молчанием", но ваша задача - держать дверь всегда открытой.

16. Не вините себя за то, что у вашего ребенка проблемы с алкоголем и наркотиками.

17. Позаботьтесь о себе. Обратитесь за помощью в борьбе с алкоголем в местные организации.

