Памятка родителям: как уберечь ребенка от наркотиков?

* [1](http://aris37.ru/deti/115-pamyatka-roditelyam-kak-uberech-rebenka-ot-narkotikov.html)

Памятка родителям: **как уберечь ребенка от наркотиков?**  
Наркотики - это вещества (официально, в установленном порядке, включенные в список наркотических веществ и наркотических лекарственных средств), оказывающих специфическое действие на нервную систему и весь организм человека, прежде всего, в плане снятия болевых ощущений, развития особых состояний наркотического опьянения, измененного сознания и т.д.  
Употребление наркотиков вызывает в короткие сроки формирование жесткой зависимости состояния человека, его физического и психического самочувствия от введения препарата. Развивается особая тяжелая болезнь - наркомания.  
Наиболее часто причиной развития наркомании является употребление:  
1. Препаратов опия (продукт мака), синтетических обезболивающих средств, отнесенных к группе наркотических.  
2. Препаратов успокаивающего характера, гипнотического (оказывающего снотворный эффект), седативного действия. Они способны вызывать психическую и физическую зависимость.  
3. Группы препаратов, оказывающих стимулирующее действие на нейтральную нервную систему, психическое состояние (так называемые **психостимуляторы**).  
4. Препаратов индийской, южноамериканской конопли (гашиш, марихуана).  
5. Группы препаратов, способных вызывать галлюцинации (так называемые галлюциногены - ЛСД).  
6. Группы препаратов, которые приготавливаются путем специальной перегонки продуктов кокаинового дерева, произрастающего в Южной Америки, и получения наркотического вещества (кокаина) и его аналога, широко известного в Америке препарата "Крэк".  
7. Препаратов бытовой химии и органических растворителей (клей, ацетон, бензин и пр.).  
С медицинской точки зрения принципиального различия между наркоманией и токсикоманией нет. Последствия для здоровья в том и другом случае одинаково опасны. Разница лишь в том, что наркотические вещества запрещены законом и находятся под строгим контролем, а токсические - доступны каждому.  
Применение лекарственных препаратов (снотворных, успокаивающих) основано на получении токсикоманического опьянения - "балдежа" как его называют подростки. Если в лечебной дозе они вызывают успокоение, расслабление, сон, то в большой - оглушенность, расторможенность, то есть токсическое опьянение; в еще большей дозе приводят к тяжелому отравлению с нарушением сердечной деятельности, остановкой дыхания, иногда смертельным исходом.  
Становление, формирование наркоманий характеризуется развитием 3-х основных их болезненных механизмов: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.  
Психическая зависимость - это болезненное стремление (влечение) непрерывно, или периодически, принимать наркогенный препарат с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Она возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков, нередко - после однократного их приема.  
Физическая зависимость - это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотических препаратов. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, развивающимися сразу, как только действие препарата прекращается. Эти расстройства, обозначаемые как синдром "отмены", или абстинентный синдром (абстиненция - воздержание), облегчаются или полностью снимаются только новым введением данного наркотика, либо вещества со сходным фармакологическим действием. Физическая зависимость обуславливает непрерывное употребление наркотиков или возврат к нему после совершенной отмены.  
Толерантность - это появление адаптации, т.е. привыкания к наркотическим препаратам, когда наблюдается все менее выраженная реакция на очередное введение того же самого их количества. Поэтому для достижения прежнего психофизического эффекта больному требуется все более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной и требуется ее повышение и т.д.  
Форма (вид) наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае. Особенности этого вещества, используемые дозировки, частота употребления, его предпочтительный способ (прием внутрь таблеток или порошков, инъекции, вдыхание) определяют характер действия наркотика на организм.  
Как развиваются эти болезни?  
**Наркомании и токсикомании**развиваются исподволь, постепенно, с нарастанием проявлений болезни и имеют свой движущий механизм в форме потребности быть опьяненным. Однако признаки психической и физической зависимости вначале отсутствуют. Вначале употребление психоактивных веществ связано с желанием просто попробовать самому. Обычно употребление начинается с единичных (эпизодических) случаев, затем становится все более частым, и, наконец, систематическим. Период эпизодических употреблений составляет предболезнь, а переход к регулярным приемам препарата указывает на появление наркотической зависимости. Главными ее признаками является влечение и абстинентный синдром.  
Влечение - потребность в наркотике, обозначается как тяга, желание, хотение, голод, жажда и т.п. Как формируется влечение к наркотикам, ведь от природы его нет? Дело в том, что в вашем организме имеются специальные регуляторные системы психической деятельности, обеспечивающие определенный уровень настроения, бодрствования, чувствительности. Соответственно данным функциям нервные клетки располагают необходимыми устройствами - рецепторами, взаимодействующими с регулирующими химическими веществами - нейромодуляторами. К этому из видов нейромодуляторов относятся эндогенный (внутренний, природный), этанол (винный спирт) и эндогенные опиаты (морфиноподобные вещества). Их концентрация в организме ничтожно мала, но достаточна для регуляции функций. Когда спирт, наркотики или любые другие психоактивные препараты вводятся дополнительно, возникает сильный химический дисбаланс. Постепенно разрастается число соответствующих химических рецепторов и организм начинает привыкать к все более повышенным дозам, лучше их переносят (рост толерантности), что воспринимается многими ошибочно как признак возросшей силы и выносливости. Однако, теперь, с увеличением в десятки раз на каждой нервной клетке числа указанных рецепторов, организм уже не сможет обойтись без дополнительного, повторяющегося введения наркотика. Эта потребность и будет проявляться как тяга, влечение.  
Таким образом, до появления наркомании (так же, как и при алкоголизме) проходит более или менее длительный период скрытого (латентного) формирования механизмов болезни. Об этом обычно не имеют нужных сведений те, кто только приобщается к употреблению. По недомоганию и головной боли на следующий день после опьянения они догадываются, что даже разовое и даже слабое опьянение - само по себе уже признак отравления, не говоря уже о тонкостях химического дисбаланса в лабораториях организма. Но такова психологическая сущность употребляющих, что большинство их не соотносят опыт собственной наркотизации и алкоголизации с ужасами токсического поражения организма. Они знают об этих ужасах у других и из пропаганды, но пока сами этого еще не чувствуют. Более того, им хочется пренебречь опасностью, проявить "храбрость". И это их желание как бы вознаграждается сиюминутными удовольствием от препарата. Но, с каждой новой дозой, крепнет и растет патологическая потребность - зависимость и влечение.  
Вначале влечение дает себя знать на уровне психической зависимости: препарат нужен, чтобы восстановить психический комфорт, иначе будет плохое настроение, раздражительность, напряженность, пониженная работоспособность, доминирующие воспоминания, навязчивые желания. По мере дальнейшего развития наркомании или токсикомании влечение проявляется на уровне физической зависимости: без дозы препарата расстраиваются функции вегетативной нервной системы и внутренних органов вплоть до тяжелейших состояний (и субъективно, и объективно), даже до смертельных исходов. Эти состояния называются абстинентными - от слова абсанс, что означает отсутствие (препарата).  
С появлением патологического влечения к психоактивным веществам резко меняется личность употребляющего. Прежние ее ценности (интересы, заботы, связи) отсутствуют и могут полностью исчезнуть. Главная установка таких лиц - утолить влечение, что определяет соответствующий образ жизни. И сам это образ жизни является клиническим признаком, так же, как и особый речевой жаргон. Параллельно с этим изменением ядра личности меняется также характер нарко- или токсикомана, развивается его психотизация. Эмоциональные реакции у таких лиц становятся несдержанными, неадекватными, несоразмерными, с преобладанием отрицательных эмоций (озлобленность, гневность, подозрительность, ревность, обидчивость, отчаяние, безысходность, тоска и т.п.). Нарастает душевная тупость, безучастность к судьбе близких и равнодушие к собственной судьбе - в сочетании с холодной жестокостью, крайним безволием и пассивной подчиняемостью наркотическому окружению. Постепенно организм нарко- или токсикомана слабеет, дряхлеет. Развивается преждевременное постарение, сухость, желтушность и дряблость кожи; разрушаются зубы, выпадают волосы, отмечается резкое похудение, выявляется поражение печени, сердца, почек, поджелудочной железы и других органов и систем. Падают все виды защитных сил организма, вследствие чего присоединяются самые различные инфекции, развиваются злокачественные опухоли, появляется предрасположенность к СПИДу. Резко сокращается (в основном на 20-30 лет) продолжительность жизни. Но все это - потом, а пока что, в начале печального пути, - неприятности опьянения, зашторивающие разум и предвидение.  
Большое значение, которое придается выявлению и профилактике наркоманий, особенно среди подростков, обусловлено следующими серьезными моментами:  
1) отмечается очень высокая смертность среди больных наркоманиями, вызванная передозировками препаратов, несчастными случаями в состоянии наркотического опьянения, различными заболеваниями, являющимися результатами наркотизации, частыми самоубийствами среди наркоманов;  
2) у всех больных в короткие сроки развиваются выраженные медицинские и социальные последствия употребления наркотиков: тяжелые осложнения со стороны внутренних органов и нервной системы, психические расстройства в виде острых и хронических психозов, выраженные изменения личности вплоть до ее распада со слабоумием, грубым моральным снижением, неспособностью к любой работе и т.д.;  
3) наркомании могут распространяться подобно эпидемии и поражать достаточно широкие слои населения, особенно молодежь;   
4) представляет значительную опасность криминогенное (преступное) поведение наркоманов, обусловленное изменениями их личности. Наркоманы совершают как преступления с целью приобретения наркотиков, так и общественно опасные деяния в связи с тяжелыми расстройствами психической деятельности (психозами), развившимися в результате их употребления.  
Наркомании опасны как для самого наркомана, так и для общества. Наркомании более заразительны, могут распространяться как эпидемии. С помощью наркотиков легче вовлечь новичков, у них быстрее формируется пристрастия и зависимость, иногда уже после первого употребления. Этим пользуются те, кто наживается на торговле наркотиками. Социальная опасность наркоманий состоит еще и в том, что жизнь наркомана-это всегда уголовные преступления даже только по добыче наркотика, не говоря уже о добыче денег на его преступление. При наркоманиях человек быстрее перестает быть членом семьи и общества, потому что при этом очень скоро утрачиваются такие человеческие качества, как родственные чувства, привязанность к близким, честность, порядочность, товарищество. Наступает более тяжелая социальная деградация с тунеядством и преступностью.   
Наркоманию не случайно называют "белой смертью", смертность у наркоманов необыкновенно высокая, они живут недолго, до стрости не доживают, умирают в цветущем возрасте от отравлений (прием непроверенных веществ или случайные передозировки), от сердечной недостаточности, от отека легкого, от других заболеваний, гибнут в драках, в автокатастрофах (когда "под наркотиком", садятся за руль). У наркоманов необыкновенно высокая частота самоубийств в результате сумасшествия или, когда невозможно достать наркотик, и нет сил вынести физические и телесные мучения. Это так называемая "ломка", развивающая вследствие отсутствия наркотика в организме, привыкшему к наркотическим веществам. С наркоманиями тесно связано и такое опасное заболевание, как **СПИД**, а также сексуальный разврат и половые извращения,  
венерические заболевания.  
Так же опасны медицинские и социальные последствия токсикоманий. Так и при наркоманиях, развиваются прогрессирующая атрофия нейронов головного мозга, тяжелые неврологические последствия, психозы, эпилепсия, поражения печени, почек, сердца. Такие же тяжелые мучения при отсутствии препарата и такая же глубокая деградация личности, ранняя смертность.  
Самые тяжелые последствия от употребления наркотиков и других токсических веществ отмечаются у подростков. У них чаще, чем у взрослых, может произойти отек головного мозга, его невроз (омертвение). Если даже не случается самое страшное, наркомания и токсикомания ведут у подростка к задержке психического развития и к ослабоумливанию, приостанавливается физическое и половое развитие, резко возрастает вероятность неполноценного потомства или вообще невозможности его произвести. Но самое печальное последствие-это, конечно, исковерканная жизнь.  
На практике лица, употребляющие наркотические средства, попадают в поле зрения специалистов наркологов, как правило, чаще уже на этапе развитой наркоманической зависимости. В выполнении лиц на более ранних стадиях формирования нарко- и токсикоманий должны сыграть свою роль родители, педагогические работники, врачи общелечебной сети (терапевты, педиатры, подростковые врачи, акушеры-гинекологи, токсикологи, травматологи, хирурги, фтизиатры, дерматологи-венерологи и др.), а также работники милиции, в частности - инспекции по делам несовершеннолетних.  
В раннем выявлении лиц, употребляющих наркотические и одурманивающие вещества, главным - является постоянная наркологическая бдительность. О возможном употреблении данных веществ могут говорить следующие признаки.  
Во-первых, обнаружение каких-либо медицинских препаратов (таблеток, ампул, порошков, настоек и т.п.); приспособлений для уколов (шприцев, игл, жгутов); следов от свежих и старых уколов на коже, изменения венозных сосудов в локтевых сгибах, на предплечье кисти, стопах.  
Во-вторых, наличие тех или иных растворов, реактивов, растворителей, жидкостей с "химическим" запахом; появления необычного запаха от одежды, волос, от рук, в выдыхаемом воздухе.  
В-третьих, подозрение должны вызывать также приспособления и приборы для обработки растений, перегонки, реактивов и т.п.  
В-четвертых, не только врачи, но также педагоги и другие работники, члены наркологичесих постов должны уметь оценивать общий вид человека, его мимику, движения, речь и все поведение в целом и заметить при этом какую-либо их необычность, указывающую на наличие либо опьянения, либо абстинентного состояния.   
В одних случаях картина опьянения включает в себя вялость, заторможенность, малоподвижность, затруднение при установлении речевого контакта, сонливость, иногда переходящую в поверхностный сон. Мимика бедная, вялая, монотонная, речь замедленная, временами смазанная, нечеткая, а подчас неразборчивая. Могут наблюдаться невыраженные нарушения координации движения, равновесия, походки.  
В других случаях в опьянении преобладают повышенное настроение, беспричинная веселость, сонливость, дурашливость, двигательная расторможенность, непоследовательность в действиях, повышенная отвлекаемость, затруднения при необходимости концентрации внимания. Речь идет при этом ускоренная, многослойная, иногда прерывается приступами внезапного смеха, ответы, как правило, невпопад.  
В некоторых случаях в состоянии наркотического опьянения более всего выражены злобность, агрессивность, раздражительность, возникающие даже по незначительному поводу. Наблюдаются нарушения почерка, других тонких и точных движений; покраснение и бледность кожных покровов, "лихорадочный блеск" или "мутность" глаз; резкое расширение либо значительное сужение зрачков.  
Общим для лиц, находящихся в состоянии наркотического опьянения, являются кратковременные нарушения мышления - в виде снижения способности к формулировке суждений, решению логических задач, выполнению обычных математических операций, а также различные изменения поведения.  
Необходимо обращать внимание на изменения самочувствия и поведения, наблюдающиеся у наркоманов в период лишения наркотика (абстиненция). Это внешне беспричинные жалобы на боли в мышцах или суставах; общее недомогание; боли в животе, поносы, чиханье и слюноотделение без других простудных явлениях. Наблюдаемый становится беспокойным, раздражительным, грубым или подавленным; он может совершать те или иные поступки, направленные на поиск наркотиков, настойчиво просить какие-либо  
таблетки.  
На ряду со знанием признаков, позволяющих заподозрить употребление наркотиков, необходимо помнить, что работа с подозреваемыми лицами должна проводиться тонко, деликатно, без огласки и грубых выпадов, без морализирования и без унижения человеческого достоинства, даже если перед нами "всего лишь школьник". Именно со школьниками работа должна проводиться особо бережно и щадяще. Следует довести до сведения подозреваемого также, что в случае его добровольного согласия на консультацию у нарколога и добросовестное выполнение всех рекомендаций врача данное дело может быть сохранено в тайне и что пациент имеет право наблюдаться даже анонимно, не называя врачу свою фамилию  
Что должно настораживать в отношении употребления подростком наркотических средств или одурманивающих веществ? Вот некоторые признаки поведения и внешнего вида.  
Поведение:  
проводит большую часть времени с людьми не вызывающими у вас доверия;  
постепенно теряет интерес к прежним своим увлечениям, не приобретая при этом новых;  
все меньше общается с ровесниками;  
тратит большие деньги непонятно на что;  
в его разговорах и остротах все чаще мелькает тема наркотиков;  
чрезмерно добродушный, говорливый, со всеми охотно идет на контакт или стал скрытным, менее отзывчивым;  
пропадает по вечерам неизвестно где, на вопрос где был, отвечает неохотно, старается отмолчаться или переводит разговор на другую тему;  
с утра тяжело встает, практически всегда без настроения, легко раздражается;  
часто попадается на лжи;  
отмечаются нарушения сна: поздно ложится, поздно встает;  
перестает делиться с родителями своими проблемами;  
учителя жалуются на снижение успеваемости, плохое поведение, частые пропуски уроков без уважительной причины;  
ведет односложные разговоры по телефону;  
стали пропадать личные вещи или вещи из дома;  
дома старается уединиться;  
внезапные уходы из дома;  
непонятные запахи в доме;  
прячет таблетки, шприцы, ампулы;  
употребляет жаргонные слова: таблетки-"колеса", шприц-"машина" и т.д.  
Внешний вид:  
заметная потеря веса;  
здоровый, бледный цвет лица;  
непонятный блеск глаз, узкие или широкие "застывшие" зрачки;  
сухие, потрескавшиеся губы;  
наличие следов от инъекций на руках;  
частая, беспричинная рвота;  
почесывания;  
отсутствие аппетита или необъяснимое обжорство;  
повышенный интерес к сладостям;  
снижение интереса к самому себе;  
длительные пребывания в ванне;  
непонятные запахи от одежды или ребенка.  
Если Вы обнаружили эти признаки, Вам есть о чем задуматься и обратиться за консультацией к медицинскому психологу, наркологу, психотерапевту.