Приложение 1

**Методические материалы для педагогов**

**по проведению мероприятий по профилактике употребления курительных смесей (спайсов) в детско-подростковой**

**и молодежной среде**

При организации педагогической профилактики среди детей и подростков необходимо учитывать следующие факторы:

* Дети и подростки уже могут иметь опыт употребления тех или иных ПАВ, у них, возможно, уже сформировано своё отношение к проблеме, нередко расходящееся с оценками и взглядами, которые представляет педагог.
* Для подростков большое значение имеет общение со сверстниками, взаимодействия с группой, её мнение и оценки. Мнение и оценки учителя, родителей зачастую оказываются менее значимыми.
* Дети, а особенно подростки часто с недоверием относятся к информации о различных аспектах злоупотребления ПАВ, которую они получают от взрослых–педагогов, родителей. Подростки считают, что взгляды взрослых устарели, не соответствуют действительности, взрослые многое преувеличивают и т.д.
* Традиционно при объяснении опасности злоупотребления ПАВ основной акцент делается на негативных последствиях знакомства с одурманивающими веществами для здоровья. Между тем личностная ценность здоровья у детей и подростков ещё недостаточно сформирована. Далеко не все они (в силу возрастных особенностей) осознают здоровье как обязательное условие для достижения жизненного успеха, самореализации, могут прогнозировать возможные последствия своего поведения для здоровья.

В связи с этим рекомендуется:

* Избегать навязывания учащимся готовых оценок и норм, связанных с аспектами проблемы употребления курительных смесей. Основное внимание следует уделить созданию условий, стимулирующих активный обмен мнениями между детьми и подростками, обсуждению и анализу различных позиций в отношении проблемы.
* Использовать формы и методы, обеспечивающие самим детям и подросткам роль ведущих, организаторов работы. Профилактическая информация, представленная сверстниками, будет иметь более действенный эффект, чем сведения, представленные педагогом. К тому же роль ведущих, организаторов работы позволяет удовлетворить одну из основных потребностей – чувствовать себя взрослым и проявить себя в социально значимой деятельности.
* Основной акцент при объяснении подросткам негативных последствий злоупотребления курительными смесями следует делать на обсуждении того, как отразится возможное приобщение к данным веществам на наиболее значимых для них факторах: внешности, спортивных достижениях, взаимоотношениях с окружающими и т.д., какие ограничения при выборе профессии могут возникнуть.

В целях профилактики потребления курительных смесей рекомендуется регулярно проводить родительские собрания, на которых доводить до сведения родителей  информацию о вреде потребления данных веществ.

Педагоги обязаны информировать органы внутренних дел о каждом факте потребления таких смесей.

**Информирование педагогов и родителей по проблеме**

[**Курительные смеси**](http://you-can.by/2013-04-05-03-12-51/smes)(Spice)

Курительные смеси типа спайс (Spice) – это продукция растительного происхождения (иногда лекарственные растения), на которую нанесено психоактивное химическое вещество, обладающее галлюциногенным и психотропным действием, и представляющее потенциальную опасность для жизни и здоровья человека.

Курительные смеси появились в России, Беларуси не так давно, но быстро приобрели популярность среди молодежи (средний возраст употребления спайсов - 14-25 лет). В интернете они часто рекламируются, как безвредные травы, помогающие человеку быстро снять напряжение и расслабиться. Купить легальную «химку» несложно: десятки сайтов дают информацию, где можно приобрести курительные смеси. Кроме того, они могут продаваться в виде пудры, солей для ванны, а также специй.

**Последствия употребления курительных смесей**

В последнее время врачами изучалась так называемая «безобидность» курительных смесей. Они пришли к выводу, что употребление смесей вызывает:

* развитие психической и физической зависимости также как и при употреблении других видов наркотических веществ: героина, амфетаминов, марихуаны и др.;
* поражение центральной нервной системы, снижение памяти, внимания, интеллектуальных способностей, нарушения речи, мыслительной деятельности (понимания), координации движений, режима сна, потеря эмоционального контроля (резкие перепады настроения);
* психозы;
* психические нарушения различной степени тяжести вплоть до полного распада личности (подобные при шизофрении);
* депрессии;
* изменение генетического кода (как следствие, негативное воздействие на репродуктивную систему: врожденные аномалии у потомства);
* снижение иммунитета;
* нарушение гормонального фона;
* риск развития сахарного диабета, рака легких и т.д.;
* поражение сердечно-сосудистой системы;
* отравление от передозировки, смерть и др.

**Признаки употребления курительных смесей**

Действие наркотика может длиться от 20 минут до нескольких часов.

* Сопровождается кашлем (обжигает слизистую);
* Сухостью во рту (требуется постоянное употребление жидкости);
* Мутный либо покрасневший белок глаз (важный признак! Наркоманы знают о нем, поэтому носят с собой глазные капли;
* Нарушение координации;
* Дефект речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки);
* Заторможенность мышления;
* Неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании (если сильно обкурился, минут на 20-30);
* Бледность кожных покровов;
* Учащенный пульс;
* Приступы смеха, потеря контроля над эмоциями, перепады настроения;
* Нарушения восприятия: слуховые и зрительные галлюцинации, искажение чувства времени (чаще   ощущение, что временные интервалы повторяются, возникает ощущение остановки, замедления времени);
* Ощущение утраты контроля над телодвижениями.
* Страх смерти, паника
* Соматические проявления (колебания артериального давления и пульса в очень больших пределах от 70/40 мм.рт.ст. до 200/150 мм.рт.ст.).

**Признаки отравления курительными смесями:**

* рвота, судороги, подъем артериального давления, учащенное сердцебиение, галлюцинации, психоз, отсутствие реакции на внешние раздражители, коматозное состояние.

При появлении первых признаков отравления необходимо срочно вызвать бригаду скорой медицинской помощи.

**Алгоритм действий работников образовательной сферы при подозрении на употребление несовершеннолетними наркотических средств или психотропных веществ**

1. Удалить учащегося из класса и по возможности изолировать его от остальных обучающихся до приезда родителей или законных представителей.
2. Незамедлительно поставить в известность руководство образовательной организации.
3. Вызвать медицинского работника учебного заведения для определения по видимым признакам состояния наркотического опьянения у подростка.
4. В случае, когда состояние подростка расценено как состояние наркотического опьянения, незамедлительно известить о случившемся родителей или законных представителей.
5. Освидетельствовать несовершеннолетнего на состояние наркотического опьянения в государственном медицинском учреждении возможно только с согласия и в присутствии родителей или законных представителей.
6. В случае передозировки наркотическими веществами или общего ухудшения состояния здоровья несовершеннолетнего незамедлительно вызвать бригаду врачей скорой медицинской помощи.
7. При совершении подростком хулиганских действий прибегнуть к помощи сотрудников правоохранительных органов.
8. Информировать родителей и учащегося о государственных медицинских учреждениях, оказывающих квалифицированную наркологическую помощь несовершеннолетним.
9. Учащиеся, которые замечены в случаях употребления психоактивных веществ, должны быть поставлены на внутришкольный учет.
10. О каждом выявленном факте потребления обучающимися наркотических средств или психотропных веществ сообщать в территориальные органы Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков (Управление ФСКН России по Вологодской области).

*Информация о службах помощи:*

* БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер № 1».   
  Адрес: г. Вологда, ул. Набережная VI Армии, 139, тел. 54-51-38
* БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер №2».   
  Адрес: г. Череповец, ул. Ленина,151 а, тел. 22-66-86.
* Детско-подростковая служба БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер № 1».

Адрес: г. Вологда, ул. Северная,6, тел. 27-73-76.

* Центр медико-психологической помощи БУЗ ВО «Вологодский областной наркологический диспансер №1».

Консультативная помощь (бесплатно, анонимно)

Адрес: г. Вологда, ул. Псковская, 11-в, тел. 52-37-13.

* Телефон экстренной психологической помощи: 53-18-61, 51-35-35
* «Телефон доверия» Управления ФСКН России по Вологодской области: **78-63-63**

**Значимые для родителей признаки ранней наркотизации детей**

1. Ребенок в семье отстраняется от родителей, часто и надолго исчезает из дома или же запирается в своей комнате. Расспросы, даже самые деликатные, вызывают у него вспышку гнева.

2. У него меняется круг общения, прежние друзья исчезают, новые предпочитают как можно меньше контактировать с Вами, почти ничего не сообщают о себе.

3. Ваш "семейный" дом постепенно превращается в "штаб-квартиру” - часто звонит телефон, Ваш ребенок в присутствии посторонних не разговаривает открыто, а использует намеки, жаргон.

4. Меняется характер ребенка. Его не интересует то, что раньше имело значение: семья, учеба, увлечения. Появляется раздражительность, вспыльчивость, капризность, эгоизм, лживость.

5. Его состояние немотивированно меняется: он то полон энергии, весел, шутит, то становится пассивен, вял, иногда угрюм, плаксив.

6. У ребенка появляются финансовые проблемы. Он часто просит у Вас деньги, но объяснить, на что они ему нужны, не может, или объяснения малоубедительны. Из дома постепенно исчезают деньги и вещи. Сначала это может быть незаметно, пропажи в семье объясняются случайностью (потеряли, забыли куда положили). Потом уже исчезновение (видеотехники, например) трудно скрыть.

7. Иногда Вы наблюдаете необычное состояние Вашего ребенка: оно может быть похоже на опьянение, но без запаха алкоголя. Может быть нарушена координация движений, речь, появляется нелепый смех, зрачки расширены или сужены. Конкретные признаки опьянения зависят от вида вещества.

ЧТО НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПОДОЗРЕВАЕТЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ?

Если Вы обнаружили у вашего ребенка наркотические средства, предположите самое худшее — что он пристрастился к наркотикам. Приглядитесь к его поведению. Некоторые поступки могут являться своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и нормальные возрастные изменения подростка.

Постоянно наблюдайте за поведением своего ребенка. Резкие изменения в его поведении должны насторожить вас. Незаметно проверьте, нет ли других объективных признаков употребления наркотиков. Лучше перестраховаться. Это поможет вам своевременно заметить беду, когда еще можно поправить положение.

Особенно будьте бдительны в отношении друзей вашего ребенка. Узнайте о них как можно больше. Постарайтесь увидеть или познакомиться с их родителями (например, на родительском собрании в школе). В любом случае не стесняйтесь говорить с детьми о проблемах, с которыми может столкнуться человек, потребляющий наркотики (медицинскими, нравственно-этическими, юридическими и т.п.).

Если вы уверены, что ваш ребенок употребляет наркотики, скажите ему прямо о вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите ему, что вы против употребления наркотиков и намерены вмещаться в ситуацию.

Если вы не встречаете понимания или сталкиваетесь с негативной реакцией, необходимо прибегнуть к помощи специалиста-нарколога.

Не откладывайте решительных действий. Если имеются явные признаки потребления наркотиков ребенком, обращайтесь за профессиональной помощью.

***Памятка для обучающихся по профилактике употребления курительных смесей***

**Последствия употребления курительных смесей** губительным образом сказываются на состоянии здоровья человека:

* разрушается головной мозг, психика, могут появиться симптомы, сходные с шизофренией, шизофреноподобными психозами.
* Отмечается нарушение познавательных психических функций: появляются провалы в памяти, неспособность сконцентрироваться, удерживать произвольное внимание, снижаются интеллектуальные способности.
* Появляется неадекватная оценка происходящего, отмечается неконтролируемость действий, например, «вышагивание» из окна.
* Сильная тревога, возбуждение, агрессивное поведение, депрессии постоянно преследуют «обкурившихся».
* Нарушается сон. После применения спайсов возможна актуализация суицидальных мыслей и поведения.

Кроме того, курительные смеси пагубно влияют на органы дыхания, сердечно-сосудистую и детородную систему. Систематическое применение такого рода курительных смесей приводит к физической и психической дезадаптации, а абстинентное состояние проявляется в болях и в ломоте во всем теле, тошноте, лихорадке, сильных головных болях, рвоте, депрессии. Возрастает риск развития инфаркта, инсульта, сахарного диабета, рака легких и т. д. Реакция каждого организма абсолютно индивидуальна, возможен смертельный исход.

**Социально-психологические последствия** употребления курительных смесей:

* Разрушение социальных связей: постепенное отстранение от семьи, друзей;
* Потеря работы, учебы, запрет на некоторые виды профессиональной деятельности, ограничения в получении специальности, невозможность вождения транспорта;
* Связь с криминальными кругами, воровство, риск вовлечения в незаконный оборот и торговлю психоактивными веществами, привлечение к уголовной ответственности и другие преступления;
* Разрушение своей личности: равнодушие к самому себе, своему будущему и близким людям, ослабление воли, преобладание единственной ценности по имени «спайс», потеря смысла жизни, опустошенность, одиночество.

Своевременное вмешательство специалиста в ситуацию важно потому, что наркозависимые люди живут целиком по принципу «здесь и сейчас» и не думают о будущем.