Общие признаки употребления наркотиков

**Внешние признаки:**

- бледность кожи;

- расширенные или суженные зрачки;

- покрасневшие или мутные глаза;

- замедленная речь;

- плохая координация движений.

**Поведенческие признаки:**

- увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;

- уходы из дома и прогулы в школе;

- трудность в сосредоточении, ухудшение памяти;

- неадекватная реакция на критику;

- частая и неожиданная смена настроения;

- необычные просьбы дать денег;

- пропажа из дома ценностей, одежды и др. вещей;

- частые необъяснимые телефонные звонки;

- появление новых подозрительных друзей;

- потеря аппетита, похудение, иногда чрезмерное потребление пищи;

- хронический кашель.

**Признаки – улики:**

- следы от уколов,

- порезы,

- синяки;

- свёрнутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылки, пузырьки.

**Наркозависимость выражается также:**

- в нарушении сна,

- мышечных и суставных болях,

- нестабильном артериальном давлении,

- сухости во рту,

- снижении половой потенции,

- нарушении менструального цикла,

- похудении,

- нарушении защитных свойств организма и др.

Что делать, если это произошло — ваш ребенок употребляет наркотики?

Соберите максимум информации. Вот три направления, по которым вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

* - всё о приеме наркотиков вашим ребёнком: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или не осознание опасности;
* - всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;
* - всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

Ни в каком случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Меньше говорите — больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания "посадить" ребенка, "сдать" его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению.

Не допускайте самолечения. Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.

Если вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет алкоголь, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу.

Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные силы, они вам еще пригодятся. Тем более, что выплеском эмоций добиться чего-то будет сложно. Представьте себе, как вы бы себя вели, заболей ваш ребенок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже. Если состояние здоровья или поведение ребенка доказывают, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время решительных действий.