# Как выявить признаки употребления курительных смесей

**Внешние признаки:** наличие пакетиков из фольги или полиэтилена с субстанцией зеленоватого.

зеленовато-желтого, зеленовато-коричневого цветов, возможно наличие разнообразных надписей и рисунков на пакетиках. Обнаружив у своего ребенка подобную упаковку с яркой этикеткой, обратите на нее должное внимание.

**Медицинские признаки употребления:** очень узкие или расширенные зрачки, потеря контроля над поведением (расторможенность, повышенная двигательная активность) и эмоциями, перепады настроения, нарушение координации движений, нарушение темпа речи, возможны изменения зрительного и слухового восприятия (галлюцинации).

Если при этих признаках нет характерного запаха алкоголя - значит, подросток находится под воздействием наркотика. В таком состоянии воздействовать на него бесполезно - реакция может быть неадекватной и привести к плачевным результатам.

***Что делать:***

Если вы обнаружили у вашего ребенка признаки употребления курительной смеси нужно внимательнее следить за подростком, его физическим состоянием, настроением, интересоваться его учебой, времяпрепровождением и окружением.

Если это случилось лишь раз, вам нужно поговорить с ребенком. Будьте заботливыми, любящими, но покажите свое неодобрение. Приведите аргументы необходимости отказа от употребления - что употребление курительных смесей может повлиять на здоровье;

- что это незаконно и может привести к конфликту с законом.

Если здоровье или поведение вашего ребенка свидетельствует о длительном употреблении курительных смесей, не падайте духом, потому что по-прежнему есть много способов вернуть его к социуму:

-оказывайте поддержку вашему ребенку - какими бы ни были обстоятельства,

-показывайте и говорите, что вы его любите:

-обязательно обратитесь за помощью для себя и вашего ребенка к специалистам (психологу, врачу).

##  При обнаружении признаков употребления курительных смесей родителям можно обратиться:

* К социальному педагогу, педагогу-психологу образовательного учреждения;
* К подростковому фельдшеру-наркологу ГБУЗ АО «Устьянская ЦРБ» по телефону 8 921 088 95 02;
* Позвонить по единому общероссийскому телефону Доверия: 8 800 2000 122; либо зайти на сайт почты Доверия - zabota29@bk.ru;
* Также, можно получить консультацию специалистов, работающих в области профилактики наркозависимости по следующим телефонам:

- Архангельский областной СПИД-центр – 21-53-08 (с 08.30 до 18.00 в будни);

- Архангельский областной психоневрологический диспансер, отделение для взрослых – 202-101 (круглосуточно); детское отделение – 685-104 (в будни с 09.00 до 19.00);

- Молодежное отделение Архангельского регионального отделения общероссийской общественной организации «Российский Красный Крест» – 210-065, 210-139 (с 09.00 до 17.00).

**Воздействие курительных смесей на организм человека**

Медики едины в своём мнении, что курительные миксы оказывают пагубное влияние на организм. Воздействие ароматического дыма смесей несёт в себе 3 типа опасности:

**1. Местные реакции**

■ кашель,

■ слезотечение,

■ регулярное попадание дыма на слизистую вызывает хронические воспалительные процессы в дыхательных путях (фарингиты, ларингиты, бронхиты).

■ велика вероятность возникновения злокачественных опухолей ротовой полости, глотки, гортани и бронхов

**2. Центральные реакции**

■ эйфория,

■ беспричинный смех или плач,

 нарушение способности сосредоточиться, ориентироваться в пространстве,

■ галлюцинации,

■ полная потеря контроля над собственными действиями.

Систематическое курение миксов приводит к необратимым деструктивным процессам в центральной нервной системе:

■ снижается внимание, ухудшается память,

■ замедляется мыслительная деятельность,

■ появляется склонность к депрессиям, суициду.

**3.Токсическиереакции**

■ тошнота,

■ рвота,

■ повышение артериального давления,

■ судороги,

■ потеря сознания, вплоть до комы

**Первые признаки, что ваш ребенок начал употреблять наркотики**

Мы приведем несколько фактов, которые помогут вам выявить возможность возникновения наркотической зависимости у вашего ребенка. Ведь наркомания развивается не за несколько часов, на это уходят месяцы, и своевременное выявление признаков зависимости и грамотная беседа помогут вам убедить ребенка не принимать наркотик или хотя бы быть более осторожным впредь.

На что Вы обращаете внимание? В первую очередь Ваше внимание привлекает пять главных симптомов или признаков, которые безошибочно могут быть вами определены:

· Резкие перепады настроения, причем эти перепады настроения ни в коей мере не связаны с реальной действительностью, которая окружает вашего ребенка.

· Беспечная веселость и энергичность быстро беспричинно сменяются апатией, безразличием, нежеланием ничего делать;

· Изменение ритма сна: ребёнок в течение дня может быть сонлив, вял, медлителен, а к вечеру, придя с прогулки, проявляет энергичность, желание что-либо делать, ребёнок не засыпает вовремя;

· Изменение аппетита и манеры употребления пиши, у ребёнка меняется ритм еды: он может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг придя с прогулки, он может жадно набросится на еду и съесть гораздо больше, чем это возможно при даже сильном голоде;

· Абсолютная безучастность и отсутствие интереса к тому, что происходит в доме;

· Безосновательная раздражительность, нетерпимость, иногда плаксивость, очень часто агрессивность.

Те признаки, которые уже были названы, вполне достаточны для того, чтобы начать разговор с ребёнком о том, что с ним происходит.

Использована информация с сайта: http://sch135.minsk.edu.by