

- ✓ не читайте мораль, ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте;
- ✓ поддержите ребенка, проявив понимание и заботу;
- ✓ объясните всю опасность пути, на который он встал;
- ✓ не верьте его обещаниям, будто он сможет справиться с этим сам;
- ✓ попытайтесь уговорить его обратиться к специалисту.

### **ВНИМАНИЮ РОДИТЕЛЕЙ!**

*Если вам кажется, что ваш ребенок начал курить, употребляет алкоголь или наркотики и отказывается от помощи, то вы можете обратиться к нам сами для совместного обсуждения данной темы и выработки стратегии поведения. Существует анонимное консультирование. Вы должны для себя решить, что вам важнее: помочь сыну или дочери как можно быстрее избавиться от пагубного пристрастия или закрыть глаза на беду и ждать, что проблема решится сама собой?*

А пока если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, звоните по телефону доверия детского наркологического отделения 8(8182) 68-51-04.

Для взрослых 24-15-77 или задайте вопросы по электронной почте [anrd.arh@gmail.com](mailto:anrd.arh@gmail.com)

За консультацией и по вопросам лечения можно обратиться в детское наркологическое отделение:  
Пр. Московский 4 к.1

тел. 61-59-09,

Время работы: 9:00 – 16:30

## **Памятка для родителей**

**Вы уверены, что Ваш ребенок не употребляет наркотики?**

## **Поведенческие признаки наркотической зависимости:**

- беспричинное возбуждение, вялость;
- повышенная или пониженная работоспособность;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- трудности на сосредоточении на чем-то конкретном;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- повышенная утомляемость;
- уход от общения с близкими;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей, книг, одежды, видео- и аудиотехники;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- самоизоляция, нежелание участвовать в ранее интересных делах;
- частое вранье, изворотливость;
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;

- неопрятность;
- склонность к прослушиванию специфической музыки;
- проведение большей части времени в компаниях асоциального типа.

## **Физиологические признаки наркотической зависимости:**

- бледность или покраснения кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или, наоборот, чрезмерный аппетит;
- хронический кашель;
- плохая координация движений;
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

## **Очевидные признаки наркотической зависимости:**

- следы от уколов, порезы, синяки;

- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

*Каждый из этих признаков по отдельности иногда ничего не значит, наличие 4-5 признаков может навести на подозрение относительно употребления наркотиков или других психоактивных веществ.*

## **Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?**

- ✓ не впадайте в панику;
- ✓ понаблюдайте внимательно за ним, не демонстрируя чрезмерное подозрение;
- ✓ соберите семейный совет, обсудите свои наблюдения с вашим ребенком, не пытайтесь кричать или обвинять;