

## Рекомендации для родителей

### «Как распознать первые признаки наркомании»

Родители, как никто другой, должны защищать своих детей от пристрастия к алкоголю и наркотикам. Не преуменьшайте опасности, которая грозит при употреблении наркотических веществ.

Болезнь проще предотвратить, чем лечить. К сожалению, наркозависимость лечить крайне сложно. Эффективность лечения от наркомании составляет 5-10%.

#### ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ БОЛЕЗНИ

Необходимо хорошо знать первые признаки, свидетельствующие о том, что ребенок начал принимать наркотики:

- **Резкие перепады настроения**, не связанные с действительностью. Например, весёлость и энергичность быстро сменяются апатией, безразличием, нежеланием ничего делать. И эти циклы не связаны с успехами или неудачами в школе, с друзьями, они как бы сами по себе.

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

- **Изменение аппетита и манеры употребления пищи**, у ребёнка меняется ритм еды: он может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг, придя с прогулки, съедает несколько порций еды.

Конечно, эти признаки могут быть присущи подростку в нормальном состоянии, если проявляются не сильно или присутствует только один из них. Но если вы наблюдаете все 3 признака – нужно срочно принимать меры!

Также родителей должны заинтересовать и **другие признаки**, которые могут считаться нормальными для подростков:

- неожиданно стал замкнутым, подавленным, враждебно настроенным или неговорчивым
  - без всяких причин стал сторониться своих старых друзей и членов семьи,
- появились подозрительные друзья, или поведение старых друзей становится подозрительным (разговоры шёпотом, непонятными фразами и пр.),
- потеря интереса к учебе и другим занятиям, хобби,
- снижение успеваемости в школе, вузе,
- ухудшение памяти, мышления, внимания,

- частые внезапные изменения настроения, от беспричинно веселого до неадекватно злобного, раздраженного. · увеличение финансовых запросов, выпрашивание денег в возрастающих количествах. Из родительских кошельков начинают пропадать деньги, или ценные вещи из дома,
- повышенная сонливость или, наоборот, глубокий сон в непривычное время суток или бессонница, · вы можете обнаружить следы уколов по ходу вен на руках, шприц, какую-нибудь сушеную траву, непонятный порошок, разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности картинками или марки, которые не очень похожи на почтовые. Не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это «для уроков химии (или биологии) в школе», что «это принадлежит другу» и т.п.