**Памятка для родителей**

**Маркеры употребления ПАВ**

**1.Признаки употребления наркотиков**

***Внешние признаки:***

1.Бледность кожи; покраснение кожи лица, при этом белый носогубый треугольник.

2.Расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза.

3.Замедленная речь, «пляшущий» подчерк, заикание, тремор рук.

4.Плохая координация движений.

5.Внезапная потеря или прибавка в весе, перепады аппетита.

6.Частые простуды, хронический насморк, воспалённые ноздри.

7.Хроническое состояние утомление или усталости.

8.Пониженное или повышенное давление.

9.Отсутствие эмоций, безразличие к окружающим.

***Очевидные признаки:***

Следы от уколов, порезы, синяки; следы краски на одежде; специфический запах изо рта; свёрнутые в трубочку бумажки; маленькие закопчённые ложечки; капсулы, бутылки, пузырьки, шприцы, ампулы, таблетки – всё это признаки «улитки».

***Изменения в поведении:***

1.Нарастающее безразличие, выпадение из семейной жизни, самоизоляция в семье.

2.Уходы из дома на более длительное время, прогулы в школе.

3.Ухудшение памяти, невозможность сосредоточиться.

4.Бессонница. Высказывания о бессмысленности жизни.

5.Болезненная реакция на критику, нервозность, агрессия на обычное обращение.

6.Частая и резкая смена настроения, нервность, агрессивность.

7.Необычные просьбы денег.

8.Пропажа из дома ценностей, книг, одежды.

9.Частые необъяснимые телефонные звонки.

10. «Новые» друзья (без имен и занятий, не проходят в дом).

**2.Как реагировать, если подозрения подтвердились, и вы убедились, что подросток употребляет психоактивные вещества?**

**-**Продолжайте внимательно наблюдать, но не демонстрируйтесь чрезмерного волнения. Соберите информацию о противодействии алкоголю и наркотикам.

**-**Разговаривайте с подростком о наркотиках. Эксперименты подтверждают, что разговор о наркотиках - первая помощь детям. Задача таких бесед не только в доведении до подростка информации об опасности, но и в становлении доверительных отношений.

**-**Начинайте разговор, когда ребёнок трезв, не находится под влиянием наркотиков и вы спокойны и контролируете себя,

**-**Постарайтесь сдержать эмоции. Помните, что доброе отношение и любовь, способны помочь подростку в трудной ситуации.

**-**Будьте готовы встретить сопротивление со стороны подростка. Постарайтесь понять степень зависимости от психоактивных веществ.

**3.Куда можно обратиться**

1.БУЗ Орловской области «Орловский наркологический диспансер» по адресу: 302001,г.Орёл,ул.Карачевская,д.42а. Телефон: 8(4862)77-07-03 (регистратура), 8(4862)75-10-61(отделение профилактики)

**Памятка для родителей**

**Маркеры употребления ПАВ**

**1.Признаки употребления наркотиков**

***Внешние признаки:***

1.Бледность кожи; покраснение кожи лица, при этом белый носогубый треугольник.

2.Расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза.

3.Замедленная речь, «пляшущий» подчерк, заикание, тремор рук.

4.Плохая координация движений.

5.Внезапная потеря или прибавка в весе, перепады аппетита.

6.Частые простуды, хронический насморк, воспалённые ноздри.

7.Хроническое состояние утомление или усталости.

8.Пониженное или повышенное давление.

9.Отсутствие эмоций, безразличие к окружающим.

***Очевидные признаки:***

Следы от уколов, порезы, синяки; следы краски на одежде; специфический запах изо рта; свёрнутые в трубочку бумажки; маленькие закопчённые ложечки; капсулы, бутылки, пузырьки, шприцы, ампулы, таблетки – всё это признаки «улитки».

***Изменения в поведении:***

1.Нарастающее безразличие, выпадение из семейной жизни, самоизоляция в семье.

2.Уходы из дома на более длительное время, прогулы в школе.

3.Ухудшение памяти, невозможность сосредоточиться.

4.Бессонница. Высказывания о бессмысленности жизни.

5.Болезненная реакция на критику, нервозность, агрессия на обычное обращение.

6.Частая и резкая смена настроения, нервность, агрессивность.

7.Необычные просьбы денег.

8.Пропажа из дома ценностей, книг, одежды.

9.Частые необъяснимые телефонные звонки.

10. «Новые» друзья (без имен и занятий, не проходят в дом).

**2.Как реагировать, если подозрения подтвердились, и вы убедились, что подросток употребляет психоактивные вещества?**

**-**Продолжайте внимательно наблюдать, но не демонстрируйтесь чрезмерного волнения. Соберите информацию о противодействии алкоголю и наркотикам.

**-**Разговаривайте с подростком о наркотиках. Эксперименты подтверждают, что разговор о наркотиках - первая помощь детям. Задача таких бесед не только в доведении до подростка информации об опасности, но и в становлении доверительных отношений.

**-**Начинайте разговор, когда ребёнок трезв, не находится под влиянием наркотиков и вы спокойны и контролируете себя,

**-**Постарайтесь сдержать эмоции. Помните, что доброе отношение и любовь, способны помочь подростку в трудной ситуации.

**-**Будьте готовы встретить сопротивление со стороны подростка. Постарайтесь понять степень зависимости от психоактивных веществ.

**3.Куда можно обратиться**

1.БУЗ Орловской области «Орловский наркологический диспансер» по адресу: 302001,г.Орёл,ул.Карачевская,д.42а. Телефон: 8(4862)77-07-03 (регистратура), 8(4862)75-10-61(отделение профилактики)

***Что делать родителям?***

1. Обсуждать на семейном совете возникающую проблему.

2. Поговорить с ребенком, избегая угроз и применения физических мер наказания.

3. Постараться создать доверительную обстановку, помочь ребенку рассказать о своем пристрастии к ПАВ.

4. Объяснить опасность употребления ПАВ.

5. Убедить в необходимости обследоваться, установить диагноз и возможные сопутствующие заболевания.

6. Отвести ребенка к специалисту в области наркологии для оказания лечебной, психотерапевтической и реабилитационной помощи.

7. Обеспечить постоянный контроль за поведением ребенка, постараться убедить его в необходимости быть ответственным за свое состояние здоровья.

8. Переговорить с классным руководителем, стараться найти понимание и поддержку в осуществлении вторичных профилактических мероприятий (предотвращения повторных случаев употребления ПАВ, срывов и рецидивов заболевания).

9. Привлекать ребенка к различным спортивным и культурно-массовым мероприятиям.

10. Быть внимательными к поведению друзей и знакомых ребенка, понимая их возможное положительное или отрицательное влияние.

***Что делать родителям?***

1. Обсуждать на семейном совете возникающую проблему.

2. Поговорить с ребенком, избегая угроз и применения физических мер наказания.

3. Постараться создать доверительную обстановку, помочь ребенку рассказать о своем пристрастии к ПАВ.

4. Объяснить опасность употребления ПАВ.

5. Убедить в необходимости обследоваться, установить диагноз и возможные сопутствующие заболевания.

6. Отвести ребенка к специалисту в области наркологии для оказания лечебной, психотерапевтической и реабилитационной помощи.

7. Обеспечить постоянный контроль за поведением ребенка, постараться убедить его в необходимости быть ответственным за свое состояние здоровья.

8. Переговорить с классным руководителем, стараться найти понимание и поддержку в осуществлении вторичных профилактических мероприятий (предотвращения повторных случаев употребления ПАВ, срывов и рецидивов заболевания).

9. Привлекать ребенка к различным спортивным и культурно-массовым мероприятиям.

10. Быть внимательными к поведению друзей и знакомых ребенка, понимая их возможное положительное или отрицательное влияние.