**Наркомания – путь в бездну.**

***Консультация для родителей***

*Сколь бы масштабны ни были мероприятия по борьбе с наркоманией, она продолжает оставаться страшной приметой нашего времени. Сегодня мы адресуем консультацию тем, чьи близкие – в шаге от этой бездны*.

1. Будьте внимательны, приглядитесь к внешности подростка. Важно насторожиться, если вы обнаружили точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки. Отнеситесь со всей серьёзностью к переменам, если внешний облик подростка меняется не в лучшую сторону: появляются неряшливость в одежде, общее похудание, бледность, землистый цвет, покраснение или одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, оживление мимики (или наоборот!), сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, сухость губ или повышенное слюноотделение; неуверенная, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные, порывистые, размашистые движения; повышенная жестикуляция, покачивание в положении стоя или сидя.
2. Обратите внимание на поведение ребёнка. Сигналами неблагополучия могут стать: быстрая утомляемость, малая подвижность, расслабленность конечностей, обмякшая поза при сидении, свисающая голова; стремление к покою, сменяющееся необъяснимым возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью (независимо от ситуации); погруженность в себя, разговоры с самим собой; быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, невнятная речь; неустойчивость эмоционального состояния, внезапные и резкие изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычайными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без понятной причины; неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки; ухудшение памяти и внимания; рассеянность; изворотливость, лживость; заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды. Ч
3. Человек перестаёт уделять внимание тому, что ещё так недавно было важно и ценно. Появляются необоснованные пропуски уроков, безразличное отношение к отметкам; сужение круга увлечений, потеря интереса к прежним занятиям (и отсутствие при этом новых) - спорту, учебе и общению с прежними друзьями; частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются эти странные черты; игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы – ночью.
4. Происходит ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям; постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом возросшие денежные траты.
5. Обращайте внимание даже на обрывки телефонных разговоров детей, особенно если в них появились малопонятные непосвящённым жаргонные слова («травка», «колеса», «план», «приход») и фразы («мне надо», «как там дела», «достал?»).
6. Не оставляйте без внимания внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки, литературе по фармакологии, действию различных лекарств. Не поленитесь пристально изучить комнату подростка во время уборки и вещи – при стирке. Так можно обнаружить предметы и следы, сопутствующие употреблению наркотиков: порошки, капсулы или таблетки (особенно снотворного или успокоительного действия); желтые или коричневые пятна на одежде или теле; шприцы, иглы, марлевые и ватные тампоны, резиновые жгуты, ампулы из-под жидких медицинских препаратов. Обязательным сигналом к действию должны стать свернутые в трубочку или разорванные пополам самокрутки, сухие частицы растений, похожие на пластилин комочки с сильным запахом, странного вида трубки, которые пахнут вовсе не табаком, закопченная ложка, фольга или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи. Ацетон или другие растворители, а также пропитанные ими тряпки, губки и полиэтиленовые пакеты, тюбики из-под синтетического клея и другая тара из-под различных средств бытовой химии в вещах вашего сына или дочери – знак того, что нужно бить во все колокола!

Старшая медицинская сестра Опаркина М.В.

(высшая квалификационная категория)