**Наркомания – страшное, тяжелое заболевание, избавиться от которого очень и очень сложно. С каждым днем в мире появляются новые виды наркотиков, которые с пугающей быстротой находят своих приверженцев.**

**Что должны знать родители о наркотиках?**

Из числа детей и подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами, около 41,2% детей впервые встретились с наркотическим средством в возрастном периоде от 11 до 14 лет (в том числе дома, на дискотеках и клубах — 32%; в компаниях — 52,3%; в учебных заведениях — 5,8%; в одиночестве — менее 4%).

В последние годы, из Китая в Россию заходит непрекращающийся поток новых наркотиков, расходится по стране почтовыми отправлениями, а непосредственная торговля ведется через сеть интернет. Названия этих наркотиков на слэнге: спайсы и соли. Бороться с ними сложно, потому что их с запозданием включают в список запрещенных, а также потому что распространение происходит через интернет, и организаторы сами не прикасаются к наркотикам.

Из всех болезней, разрушающих организм, психику и социальную жизнь человека, наркомания является самой тяжелой.

Чтобы болезнь не коснулась Вас и Ваших близких, нужно быть во всеоружии, ведь беда может прийти неожиданно. Чтобы обезопасить семью, необходимо обсудить с детьми эту страшную болезнь и те последствия, к которым приводит употребление психоактивных веществ.

***Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик… НЕ забывайте говорить ребенку о своем доверии, о своей любви.*** ***Вместе учитесь таким взаимоотношениям, при которых сын или дочка придут к вам не только с радостями и достижениями, но и поделятся проблемами, заботами, сомнениями.***

**Как не пропустить опасные признаки?**

Это должен знать каждый родитель!!! Основные симптомы употребления наркотических веществ:

* состояние опьянения, но спиртным изо рта не пахнет;
* систематическое нарушение координации движений;
* нарушения сна: бессонница или настолько крепкий сон, что не представляется никакой возможности разбудить ребенка или сделать это намного труднее, чем было раньше; · резкие перемены в характере, чрезмерная эмоциональность, не обусловленная реальной обстановкой. Колеблется настроение: от безудержного веселья до депрессии;
* замкнутость. Ребенка перестают интересовать события в семье, в классе;
* ребенок потерял старых друзей, а с новыми не знакомит;
* cокрытие от родителей и учителей мест, которые он посещает, того, с кем и чем будет заниматься, и т. д.;
* увеличение количества прогулов в школе, плохое поведение;
* разговор по телефону сводится к ответам «да», «нет», употребление незнакомых слов;
* попытки всякий раз уйти от разговоров и вообще скрыться с ваших глаз, стремление к уединению;
* стремление все закрыть на ключ: комнату, ящики стола, шкатулки и пр.;
* долгое (вплоть до нескольких суток) отсутствие дома;
* повышенная утомляемость, которая сменяется необъяснимой энергичностью;
* необъяснимое повышение аппетита или, наоборот, беспричинная потеря его, частые простудные заболевания;
* нарушение памяти, неспособность логически мыслить, резкое снижение успеваемости;
* специфический запах от одежды (например, смесь хвои с табаком), незнакомые таблетки, порошки, следы от инъекций;
* неожиданное покраснение глаз, зрачки неестественно сужены или расширены, коричневый налет на языке;
* пропажа денег, вещей, ценностей и т. д.;
* задержания милицией за воровство.

**Что необходимо сделать, если Вы подозреваете, что Ваш ребенок употребляет наркотики?**

Если Вы обнаружили у Вашего ребенка наркотические средства, предположите самое худшее — он пристрастился к наркотикам. Приглядитесь к его поведению. Некоторые поступки могут являться своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и нормальные возрастные изменения подростка.

Постоянно наблюдайте за поведением своего ребенка. Резкие изменения в его поведении должны насторожить Вас. Незаметно проверьте, нет ли других объективных признаков употребления наркотиков. Лучше перестраховаться. Это поможет Вам своевременно заметить беду, когда еще можно поправить положение.

Особенно будьте бдительны в отношении друзей Вашего ребенка. Узнайте о них как можно больше. Постарайтесь увидеть или познакомиться с их родителями (например, на родительском собрании в школе).

В любом случае не стесняйтесь говорить с детьми о проблемах, с которыми может столкнуться человек, потребляющий наркотики (медицинскими, нравственно-этическими, юридическими и т.п.)

Если Вы уверены, что Ваш ребенок употребляет наркотики. Скажите ему прямо о Вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите ему, что Вы против употребления наркотиков и намерены вмешаться в ситуацию. Если Вы не встречаете понимания или сталкиваетесь с негативной реакцией, необходимо прибегнуть к помощи специалиста — нарколога. Не откладывайте решительных действий. Если имеются явные признаки потребления наркотиков ребенком, обращайтесь за профессиональной помощью.

**Как уберечь детей от наркотиков?**

Главное — по мере взросления детей не отдаляться от них, интересоваться их проблемами, вникать в их интересы и, конечно, внимательно относиться к любому возникающему у них вопросу. Родителям следует учитывать, что постепенное взросление детей проходит через два основных этапа.

На первом этапе — в возрасте 12-15 лет – молодые люди начинают обретать прочные связи в своей среде, меньше бывают дома и реже обращаются к родителям. Они начинают сталкиваться с реалиями действительности, пытаются найти основные жизненные ориентиры.

На втором — в возрасте 15-18 лет – наступают первые признаки взросления. Это период самоутверждения и обретения уверенности, но и в этом возрасте молодые люди нуждаются в родителях, в их поддержке, помощи, понимании.

Помните, что отношение детей к проблеме наркотиков в немалой степени зависит от Ваших с ними взаимоотношений.

В конечном счете, принимаемое ими решение в отношении наркотиков напрямую связано с характером Ваших повседневных взаимоотношений и во многом определяется степенью уважения к Вам. Даже у маленького ребенка бывают свои детские проблемы, а у взрослеющего человека тем более. Постарайтесь понять эти проблемы и помочь в их решении.