Употребление ПАВ

ЛЕГЧЕ ПРЕДОТВРАТИТЬ, ЧЕМ ЛЕЧИТЬ

РОДИТЕЛЯМ

ПАВ (психоактивное вещество) — вещество (или смесь), которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния, иногда вплоть до изменённого состояния сознания

Употребление ПАВ

- **ИЛЛЮЗИЯ**
  Ложное ощущение эмоционального и/или физического снятия напряжения
- **ПОДМЕНА ПОНЯТИЙ**
  Смещение границ общепринятых норм в негативную сторону
- **НЕОБРАТИМОСТЬ ПРОЦЕССА**
  Нанесение организму ущерба, не подлежащего восстановлению
- **НЕПРЕДСКАЗУЕМОСТЬ ПОСЛЕДСТВИЙ**
  Невозможность предугадать объемы разрушительного влияния на жизнь и здоровье человека

Материалы по теме

- «Четыре ключа к твоим победам»
- Как говорить с детьми о наркотиках и алкоголе?
- Как оградить детей от наркотиков в Интернете?

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ, ТИПЫ

АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ	— психическая и физиологическая тяга к спиртному
НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ	— потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача
НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ	— патологическое влечение к употреблению табака
ТОКСИКОМАНИЯ	— влечение и привыкание к потреблению веществ синтетического или естественного происхождения

В ЧЕМ ПРОЯВЛЯЕТСЯ (МАРКЕРЫ)

ПРИЗНАКИ ТОГО, ЧТО РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ ПАВ

Внешность:

- непонятные запахи от одежды
- различные высыпания на коже
- расширенные или суженные зрачки
- замедленная или очень быстрая речь
- сухие потрескавшиеся губы
- беспричинное слезотечение, насморк
- покрасневшие или мутные глаза
- нарушение координации движений (пошатывание или спотыкание)
- хронический кашель
- потеря аппетита, похудение

Поведение:

- нарастающее безразличие ко всему
- избегание общения
- подозрительные разговоры по телефону
- использование жаргонных слов, преобладание односложных ответов
- частая и резкая смена настроения
- сонливость или чрезмерная активность
- ухудшение памяти
- просьбы дать «в долг»
- снижение успеваемости в школе, прогулы занятий

ЧТО ДЕЛАТЬ

СТРАТЕГИЯ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОДОЗРЕНИИ НА УПОТРЕБЛЕНИЕ РЕБЕНКОМ ПАВ

ШАГ 1. Не впадайте в панику. Ни в чем не обвиняйте ребенка, не читайте ему мораль, ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте.

ШАГ 2. Понаблюдайте за ребенком внимательно, не демонстрируя чрезмерного волнения и подозрения. Не спешите с категоричными выводами. Бывали случаи, что первое знакомство с ПАВ становилось последним. Постарайтесь определиться, сумеете ли вы сами справиться с решением проблемы.

ШАГ 3. Поддержите ребенка, проявив внимание и заботу; убедите его, что вы действуете в его интересах. Объясните свои намерения, дайте ребенку высказаться по этому поводу.

ШАГ 4. Будьте готовы встретить сопротивление со стороны ребенка, его раздражение. Не верьте обещаниям ребенка, что он сможет справиться с проблемой без специальной помощи. Не допускайте самолечения. Грамотное, квалифицированное лечение может проводить только врач психиатр-нарколог.

ШАГ 5. Попытайтесь уговорить ребенка обратиться к специалисту. В случае отказа, обратитесь за консультацией сами (по возможности, привлеките значимых для ребенка лиц, обеспокоенных его проблемой), составьте совместный план действий.

ШАГ 6. Возможно, употребление ПАВ ребенком – это его попытка решить личные проблемы. В том случае, если подросток захочет поговорить со специалистом наедине, нужно предоставить ему такую возможность. Специалист сможет объективно, правильно оценить ситуацию и предложить наиболее рациональные пути ее решения и выхода из создавшегося положения.

ШАГ 7. Постарайтесь найти как можно больше времени для общения с ребенком и совместных занятий с ним, которые могут стать альтернативой потреблению ПАВ. Интересуйтесь друзьями ребенка.

ШАГ 8. Обратите внимание на то, как вы сами относитесь к курению, употреблению алкоголя и пр. Вы и ваше поведение – образец и пример для ребенка.

ШАГ 9. Если подросток обращается к вам за помощью, не наказывайте его. Ваша задача – помочь ему найти способ изменить жизнь в лучшую сторону. Не оставляйте достижения детей без внимания. Напоминайте им, что все плохое проходит.

ШАГ 10. В случае, если состояние ребенка может быть расценено как тяжелое состояние наркотического или алкогольного опьянения, немедленно вызовите скорую медицинскую помощь.

Ссылки на службы помощи

- Экстренная помощь
- Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь семье и детям
- ППМС-центры

Ярославская областная наркологическая клиническая больница

Телефон доверия
8-800-2000-122