НАРКОМАНИЯ И ПОДРОСТОК

Проблема наркомании в настоящее время во всем мире остается весьма острой и актуальной. Она не является только медицинской, а представляет собой сложную медико-социальную проблему. Девять из десяти наркоманов практически неизлечимы. Многие из них не доживают до 40лет.Подавляющее большинство употребляющих наркотики (свыше 80%) - молодые люди в возрасте 18-30 лет. Но, к сожалению, все чаще к наркотикам прикладываются дети и подростки. Для Беларуси эта проблема весьма актуальна.

**Что такое наркомания, и как происходит приобщение к наркотикам?**

Наркомания - тяжёлое психическое заболевание, возникающее при систематическом употреблении наркотиков.

Почему сегодня наркомания распространена и среди подростков? В первую очередь, потому, что подросток еще не сформировался как полноценная личность, он эмоционально слаб и чрезмерно любопытен. Кроме того, подростку хочется быстрее стать взрослым, отличаться от других своих сверстников и решать проблемы самым легким способом. Но, в силу своей незрелости подросший ребенок не понимает, что вредное пристрастие не помогает решать обычные жизненные проблемы, а приводит к новым, более серьезным. Такое проявление «взрослости», как наркомания, становится губительным для юного человека.

**Почему они это делают?**

* Собственно, почему же определённая часть подростков, зная об опасных последствиях употребления наркотиков, интересуется ими и принимает их?  Мотив первой пробы – любопытство и давление со стороны окружения. Продолжение употребления происходит в связи с желанием оставаться «своим» и появлением сильного влечения к наркотику. Критический возраст начала наркотизации у подростков – 13-15 лет.

 **Как понять, что подросток употребляет наркотик**

* Изменения в поведении. Нарушается сон – много спит или наоборот, не спит.  Становится слишком активным или пассивным, равнодушным.  Беспричинные перепады настроения. Становится лживым. Не хочет проводить время с родителями, «выпадает» из семьи. Заметно повышается аппетит или, напротив, ничего не ест, теряет в весе. Меняется круг друзей, и говорить о новых знакомых подросток отказывается, становится скрытным. Потеря интереса к прежним занятиям, проблемы в школе. Избегает разговоров с родителями на тему: «Что с тобой происходит?». Заметный рост карманных расходов. Из дома пропадают деньги и вещи. Можно обнаружить следы от уколов, но они могут быть не только в локтевых сгибах, но и в паховой области и в подмышечных впадинах.
* Подросток появляется дома в состоянии наркотического опьянения, симптомами которого являются: увеличение или резкое уменьшение зрачка, отсутствие его реакции на свет; мутность или покраснение глаз; смазанность речи, растягивание слов, ускоренная речь; ответы, не соответствующие вопросам. Приходя домой, ребёнок необычно много ест, шатается, избегает беседы и стремится поскорее уйти спать.  Убедиться, (конечно, деликатно) в факте наркотического опьянения можно с помощью специальных тестовых полосок для мочи, продающихся в аптеке.

**Как снизить риск появления этой страшной беды?**

* В подростковом, переходном возрасте дети очень хотят получать удовольствие легкодоступными способами. Алкоголь – один из них, о доступности наркотиков говорить в наше время сложно, но тем не менее и их подростки тоже находят. В профилактических целях родители должны научить ребёнка ценить здоровье, радоваться самой жизни, получать удовольствие от каждого дня и от собственных достижений.
* Культ здорового образа жизни, активного физкультурного отдыха в семье очень важны, личный пример никто не отменял! Желательны совместные мероприятия, походы за грибами, в лес, в музеи и театры, в различные спортивные секции, ежедневные встречи «глаза в глаза» за ужином, завтраком, искренний постоянный интерес к жизни ребёнка.
* Внимательное и постоянное отслеживание эмоционального состояния школьника поможет вам вовремя понять, что происходит с подростком, поддержать его в трудную минуту. Доверительные отношения в семье, когда ребёнок знает, что его понимают и любят таким, какой он есть, всегда справедливо отнесутся к его ошибкам, помогут предотвратить серьёзные проблемы в жизни.
* Полезными будут размышления о сломанных судьбах больных алкоголизмом и наркоманией, об ответственности перед близкими и родными, особенно на примерах знакомых ему людей.
* Необходимо убедить ребёнка в важности умения отказывать сверстникам, говорить в нужный момент слово «нет» твёрдо и даже жёстко, т.к. навязывание «гадостей» в подростковой среде в наше время происходит весьма агрессивно.

Если Вас волнуют какие-либо вопросы, то Вы всегда можете обратиться за анонимной помощью по телефону 62231, либо прийти в кабинет №1, №71 поликлиники.