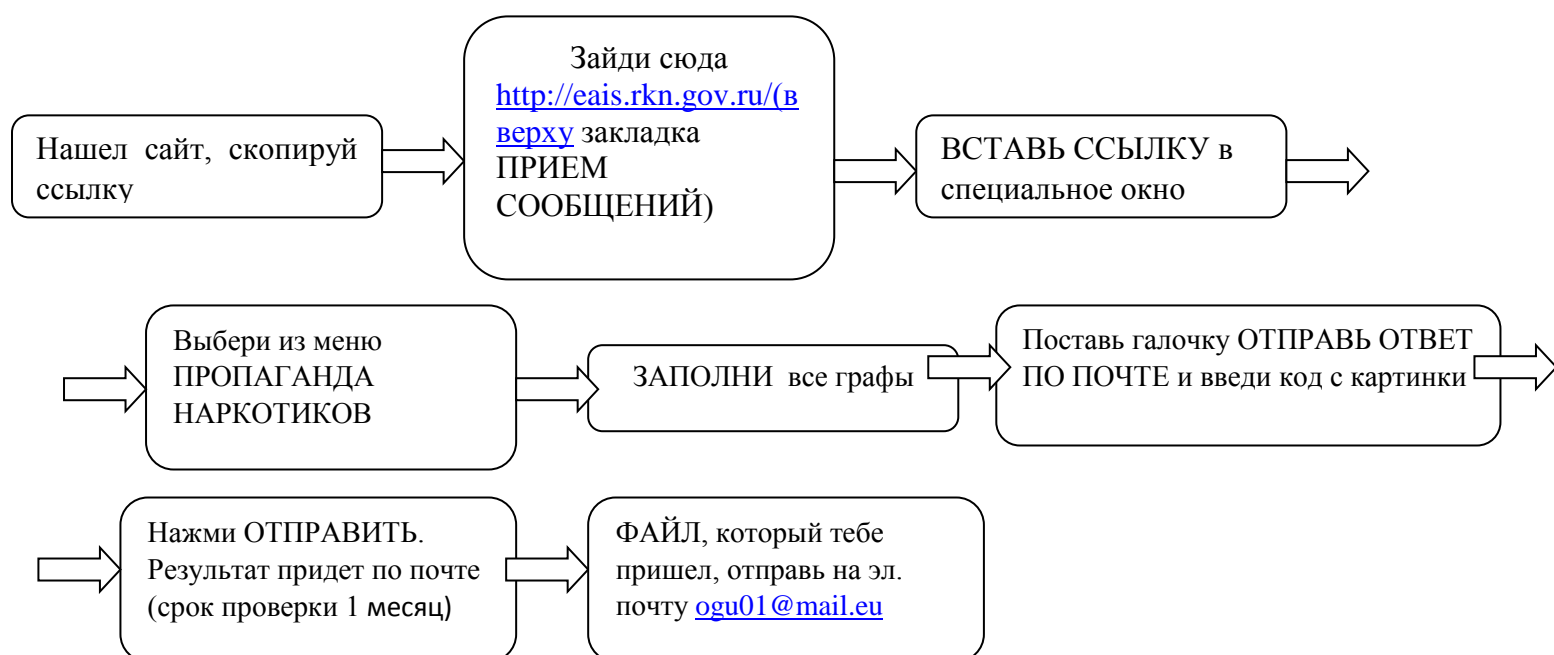


РОДИТЕЛИ - -ВНИМАНИЕ!



РОДИТЕЛИ, ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ, если Ваш ребенок заходит на незнакомые сайты, списывается через скайп или аську с незнакомыми людьми, делает заказы через интернет, оплачивает через терминалы, у него появляются непонятные чеки.



КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ:

Круглосуточный телефон доверия по проблемам наркозависимости

8-800-350-00-95

ОГКУ «Центр профилактики наркомании», телефон: 8(3852)42-83-64,
адрес: г. Иркутск, ул Академическая, д 74, офис 219,

сайт <http://narkostop.irkutsk.ru/>

ГБУ ИО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, профилактики, реабилитации и коррекции», телефон: 8(3952)47-82-74, адрес: г. Иркутск, ул. Павла Красильникова, д54а,

сайт <http://prc38.ru/>

ОГКУ «Центр реабилитации наркозависимых «Воля», телефон: 8(3952)20-20-52, адрес: г. Иркутск, ул Академическая, д74, офис 220,

сайт <http://www.volya-irk.ru>

Телефон доверия ОГБУЗ «Иркутский областной психоневрологический диспансер» 8(3952)24-00-09

СЛУЖБА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ 8(3952)24-00-07
адрес: г. Иркутск, ул. Красноармейская, 12

Ассоциация общественных объединений Иркутской области «Матери против наркотиков», телефон: 8(3952)20-20-52, адрес: г. иркутск, ул. Академическая, д74, офис 220

Дежурная часть ГУВД, телефон: 8(3952)21-65-11, 20-85-70

Управление по контролю за оборотом наркотиков ГУ МВД России по Иркутской области, телефон: 8(3952)21-73-78, 21-73-58, 8 (3952) 78-12-12, адрес: г. Иркутск, ул. Свердлова, д 28

Телефон доверия ГУ МВД по Иркутской области 8(3952) 216-888

Как можно определить что человек курит

Как же определить что близкий Вам человек курит? Существует несколько характерных черт, позволяющих выделить курящего человека среди остальных. Каждому курильщику кажется, что он может легко скрыть свою вредную привычку, но на самом деле о курении может сказать многое:

1. Большинство подростков начинает курить, чтобы казаться взрослее. И со временем их желание исполняется, так как из-за пагубной привычки их облик подвергается изменениям. Никотин, содержащийся в сигаретах,

- негативно влияет на клетки в организме и приводит их к преждевременному состариванию. Помимо этого, он блокирует доступ кислорода ко всем органам, что отрицательно сказывается на коже. Эпидермис становится желтого цвета, появляется большое количество морщин, впадают щеки.
2. Курильщика может выдать сильный кашель. Он имеет много сходств с бронхиальным, но человек не обладает другими симптомами заболевания. Чаще всего приступы кашля случаются по утрам и сопровождаются обильным выделением мокроты, имеющей серый оттенок.
 3. Если Вы задумываетесь над тем, как определить курит ли родной Вам человек, то присмотритесь к его улыбке. Курящих людей “украшают” пожелтевшие зубы и воспаленные десна. Кроме того, после курительного процесса изо рта доносится очень неприятных запах дыма, скрыть который очень сложно даже при помощи жевательной резинки. Поэтому молодых курильщиков часто пугает вопрос о том, может ли стоматолог определить наличие вредной привычки, ведь стоит ему лишь взглянуть на зубы курящего человека, как ответ напрашивается сам по себе.
 4. Определение пристрастия к сигаретам не составит труда, если присмотреться к среднему и указательному пальцу курильщика. Под воздействием табачного дыма они приобретают желтый оттенок.
 5. Человек, пристрастившийся к табачной продукции, не может спокойно усидеть, если не покурит. Иногда, чтобы отвлечь свои мысли от сигарет, он начинает тереть мелкие предметы.

Способы распознавания курильщика

Если у Вас появились подозрения, что ваш ребёнок курит, то распознать это можно, не задавая лишних вопросов. Чтобы убедиться в своей правоте, нужно совершить такие действия:

- взгляните на руки предполагаемого курильщика. Если ногти и пальцы покрылись желтым налетом, то это говорит о наличии вредной привычки;
- присмотритесь к лицу. Изменение цвета кожи, появление морщин, потеря эластичности — все эти признаки указывают на пристрастие к сигаретам;
- изучите одежду. Одежда часто впитывает запах курева, кроме того, на ней могут оказаться прожженные места и следы пепла;
- пустите в дело свой нос. Очень тяжело избавиться от запаха сигаретного дыма, так как он не только скапливается в ротовой полости, но и впитывается в волосы и одежду.

Как узнать, курит ли ребенок

Многих родителей рано или поздно начинает беспокоить вопрос о том, как можно определить, что их ребенок курит. Ведь немало детей невольно становятся жертвами стадного инстинкта и ведутся на поводу у своих друзей. Причин попробовать сигареты может быть много.

Будь то подражание взрослым или простое любопытство, никто не задумывается о том, к чему может привести подобное баловство.

Поэтому очень важно остановить ребенка, пока он превратился в заядлого курильщика.

Как определить, что у Вашего ребёнка есть небольшой секрет?

1. Иногда просто сказать “дыхни” будет недостаточно. Ведь из-за жевательной резинки или кофейных зерен запах сигарет может быть не такой выразительный. Но уже сам факт того, что ребенок чрезмерно употребляет жевательную резинку может свидетельствовать о том, что он пытается перебить ею неприятный запах.
2. Чтобы отчетливее ощущался запах изо рта, можно попросить Ваше чадо дыхнуть в пустую банку. Таким образом сигаретный аромат может пробиться сквозь остальные.
3. Очень тяжело избавиться от сигаретного запаха на руках, поэтому их можно понюхать. Тоже самое касается волос и одежды.
4. Еще одним способом узнать курит Ваш ребенок или нет является проверка его вещей. На дне рюкзака или в карманах может остаться немного табака. Если Вы испробовали все способы, но подозрение так и не исчезло, то самым верным методом станет поход к стоматологу. Врач сможет быстро определить наличие этой пагубной привычки.

Курильщика обычно легко узнать в толпе, но даже если он и научился умело скрывать свое пристрастие к сигаретам, все равно существуют способы узнать правду. Чем раньше оказать помощь человеку в борьбе с курением, тем лучше. Ведь табачная продукция может не только разрушить здоровье курильщика, но и забрать его жизнь.

Методические рекомендации для родителей

«Последствия приема наркотиков и других психоактивных веществ

(ПАВ) на организм несовершеннолетнего»

Последствия от употребления наркотиков и других психоактивных веществ тяжело сказывается на организме человека, особенно несовершеннолетнего, и поэтому актуальной является задача раннего выявления употребления психоактивных веществ еще на начальной стадии.

При раннем выявлении несовершеннолетних, употребляющих наркотические средства и токсические вещества профилактическая работа может проводиться психологом, социальным педагогом, медицинским работником и врачом психиатром-наркологом, как в наркологических учреждениях, так и в учреждениях образования.

Зачастую взрослым, не имеющим медицинского образования, трудно ответить на вопрос: «Употреблял ли человек наркотические вещества?». Для того чтобы развеять сомнения и подозрения, предлагаем вам ознакомиться со следующей информацией:

Первыестораживающие признаки употребления ПАВ:

- Пропуски в школе по непонятным причинам;
- Наличие значительных сумм денег из неизвестного источника;
- Частая, непредсказуемая, резкая смена настроения;
- Неопрятность внешнего вида;
- Исходящий от одежды запах ацетона, растворителя или уксуса;

Общие признаки:

- Смена одноклассников на новых "друзей", которые не заходят на территорию школы, а вызывают подростка с помощью других детей;
- Проведение большого количества времени в компаниях ассоциативного типа;
- Потеря интереса к школьным делам, к спортивным и внеклассным занятиям;
- Появление новой тематики в рисунках, которые дети часто рисуют в тетрадях, книгах (изображение шприцов, мака, паутины, черепов и в основном в черно-белых тонах);

**Очевидные
признаки:**

- Интерес подростка к медикаментам и содержанию домашней аптечки.
- Частые обманы, изворотливость, лживость.
- Наличие шприца, игл, флаконов, марганца, уксусной кислоты, ацетона, растворителей;
- Следы от уколов, порезы; синяки и нарывы в местах скопления вен;
· Наличие неизвестных таблеток, порошков, смолы, травы, пачек лекарств снотворного или успокаивающего действия, папиросы в пачках из-под сигарет, в особенности, когда эти вещи скрываются;
- Бинты, пропитанные массой коричневого цвета;
- Маленькие закопченные ложечки, капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- Жаргон, употребляемый подростками, в котором звучат наркотики.
- Бледность кожи;
- Сильно расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- Замедленная, несвязная речь;

**Физиологические
признаки:**

- Потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- Хронический кашель;
- Плохая координация движений (пошатывание или спотыкания);
- Коричневый налет на языке, отечность.
- Избегание общения с родителями;

**Сведения для
родителей:**

- Постоянные просьбы или требования дать денег;
- Частые телефонные звонки и разговор по телефону специфическим языком;

- Частные уходы из дома;
- Пропажа денег, ценностей, книг, одежды и т.д.;
- Бессонница и беспричинное возбуждение, либо вялость и многочасовой сон.

Так же необходимо учитывать факторы риска, которые способны спровоцировать употребление ПАВ:

- преморбидные особенности характера (аффективная неустойчивость, импульсивность, нестабильность отношений, преобладание чувства одиночества, пустоты, неприятие и недопонимание социальных норм и ценностей, недостаточный самоконтроль и самодисциплина и т.д.);
- фактор нарушенной семейной системы (неполные семьи, вновь созданные семьи и т.д.);
- склонность к девиантному и делинквентному поведению;
- наличие задержки психического и физического развития;
- негативное влияния на подростков групп сверстников;
- злоупотребление спиртными напитками и наркотическими веществами в семье несовершеннолетнего.

В случае выявления у подростка указанных симптомов необходимо обратиться в медицинское учреждение для проведения диагностики.

Способы определения ПАВ в биологических жидкостях организма:

Одним из безопасных методов, позволяющих выявить факт употребления ребенком ПАВ – является исследование с использованием экспресс-тестов на наркотики. Их можно приобрести в любой аптеке, и провести тестирование самостоятельно. Кроме этого Вы можете обратиться в наркологический диспансер (наркологический кабинет муниципального учреждения здравоохранения), в этом случае будет обеспечена консультация специалиста.

Тесты выпускаются в виде одинарных тест-полосок, каждая из которых соответствует определенному наркотику, а также мульти тесты для одновременного выявления нескольких типов наркотиков соответственно, и в виде кассет с прилагающейся пипеткой для забора биосред.

Проведение тестирования - это важно, потому что:

- может снять необоснованные подозрения в употреблении наркотиков, основанные на изменении поведения подростка (скрытность, напряженность в отношениях с родителями, агрессивность, снижение успеваемости и т.д.);
- поможет не упустить период «подсаживания» на иглу или «пробования» наркотиков;
- может стать началом серьезного разговора родителей и молодого человека о последствиях употребления наркотиков и о том, кому выгодно формировать у него такие привычки;
- даст шанс предотвратить развитие наркотической зависимости на ранней стадии употребления наркотиков.

Достоинствами данного метода являются:

Простота и удобство – самодиагностика с помощью тестов позволяет получить результат дома; не требует дорогостоящего оборудования и специальных навыков.

Надежность – достоверность тестов достигает 92–99,8%, при этом каждый диагностический тест имеет встроенный внутренний контроль, позволяющий убедиться в том, что процедура тестирования проведена правильно.

Объективность – никто не заинтересован в обнаружении несуществующей болезни.

Экономичность – экономия времени на проведение обследования.

Анонимность – это особенно важно при выявлении фактов употребления наркотиков.

Своевременность – результат можно получить за считанные минуты и в зависимости от него решать, предпринимать какие-то меры или, благополучно развеяв сомнения, продолжать вести обычную жизнь

В случае выявления у несовершеннолетних указанных симптомов необходимо обратиться в медицинскую организацию для проведения диагностики, консультирования.

Детский телефон доверия, для детей, подростков и их родителей:

8-800-2000-122.

