

Наркомания у подростков: как родители могут распознать проблему и помочь.



Наркомания - одно из самых опасных заболеваний современности, уносящее жизни многих молодых людей. К сожалению, вред от наркотиков часто недооценивается, а зависимость разрушает не только самого человека, но и его семью, близких и друзей. Особенно тяжело, когда речь идет о подростках - ведь именно на этом этапе жизни формируется личность и будущее человека.

Наркотики вызывают чувство эйфории - временного счастья и «отключения» от проблем. Человек начинает искать способ вернуться в это состояние и постепенно теряет контроль. Возникает психологическая и физическая зависимость, что приводит к непреодолимой потребности в веществе. При отсутствии наркотика начинаются мучительные симптомы ломки, которые «лечатся» только новой дозой. Если вы заметили у подростка признаки, которые вызывают у вас беспокойство, обратите внимание на следующие изменения:

- Резкие перепады настроения, агрессивность, замкнутость или наоборот чрезмерная общительность;
 - Снижение успеваемости в школе, утрата интереса к любимым занятиям;
 - Изменение круга общения - новые друзья, секретность, «закрытость»;
 - Проблемы со сном, апатия или чрезмерная активность;
 - Необоснованные финансовые траты, исчезновение ценных вещей из дома;
- Физические признаки: покрасневшие или мутные глаза, проблемы с координацией, необычный запах тела, частые носовые кровотечения.

Порядок ваших действий, если вы подозреваете что подросток принимает наркотики?

1. Оставайтесь спокойными и поддерживающими. Гнев, обвинения или паника лишь усилят отчуждение ребенка. Поговорите с ним спокойно, выразите заботу и желание помочь.
2. Поговорите открыто, без осуждения. Спросите, что происходит, что его беспокоит. Постарайтесь выслушать без перебивания и критики.
3. Установите доверительные отношения. Покажите, что ребенок может к вам обратиться с любой проблемой.
4. Обратите внимание на окружение ребенка. Узнайте, с кем он общается, какие места посещает. Иногда новые знакомства могут быть причиной проблем.
5. Обеспечьте безопасное пространство. Уберите из дома возможные наркотики, алкоголь, ограничьте доступ к деньгам и ценным вещам.
6. Обратитесь за профессиональной помощью. Если подозрения подтвердились или вы не можете справиться сами, обратитесь к врачу-наркологу, психиатру, психологу или в реабилитационный центр.
7. Соблюдайте режим дня. Установите регулярный график сна, питания, учебы и отдыха.
8. Поддерживайте здоровый образ жизни всей семьи. Спорт, совместные прогулки, хобби помогут создать позитивную атмосферу и отвлечь подростка от вредных привычек.

Употребление наркотиков может привести к следующим последствиям:

- Тяжелые повреждения мозга и внутренних органов;
- Психические расстройства, депрессии, снижение интеллекта;
- Социальная изоляция, конфликты в семье, потеря друзей;
- Риск смертельной передозировки или инфекционных заболеваний (СПИД, гепатит);
- Законные проблемы, вплоть до уголовного преследования.

Куда обратиться для помощи и консультации в Санкт-Петербурге?

Телефон кабинета профилактики наркологических расстройств: +7 (812) 235-14-70

Телефон доверия : +7 (812) 714-42-10

Телефон приемного отделения: +7(812) 323-44-61

Адреса отделений медицинской реабилитации:

ОМР-1: СПб, Серебряков пер., 11 телефон: +7 (812) 430-83-79

ОМР-2:СПб, ул. Маршала Говорова, 6/5, телефон: +7(812) 494-47-54,

ОМР-4: СПб, пр-кт Светлановский, д. 58, к.1, телефон: +7(812) 559-17-70

Наркомания - это болезнь, требующая срочного лечения и поддержки. Чем раньше начать лечение, тем выше шанс спасти жизнь вашего ребенка и вернуть его к здоровой полноценной жизни! Если вас волнует поведение подростка, не откладывайте разговор и поиск помощи. Вы - главная опора для вашего ребенка, и ваша поддержка может спасти ему жизнь!