

Что делать при выявлении необычного поведения подростка:

- 1 Обратиться за помощью к специалистам: социальному педагогу, психологу школы, наркологу.
- 2 Не поддаваться панике, даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили другие признаки употребления наркотических веществ или токсических средств.
- 3 Сохранять доверие, не прибегать к угрозам, крику, запугиванию. Это оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы. Поговорите с ним на равных, обратитесь к его личности. Возможно, что употребление этих веществ, для него способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.
- 4 Оказывать поддержку. «Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же люблю тебя» – вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, чтобы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом.
- 5 Поощряйте интересы и увлечения ребенка, которые должны стать альтернативой употреблению психоактивных веществ, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой.
- 6 Подумайте о своем собственном отношении к некоторым веществам (табак, алкоголь, лекарства, принимаемые без назначения врача) и постарайтесь быть ему примером по отказу от употребления этих веществ.
- 7 Найдите возможность совместного проведения свободного времени, которое будет интересно и полезно вам и вашему ребенку.

Помните, что вы не одни в решении этой проблемы!

**ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ МОЖНО
ПО СЛЕДУЮЩИМ ТЕЛЕФОНАМ:**

8-800-200-01-22

телефон доверия службы психологической поддержки для детей, подростков и их родителей (для жителей России бесплатный);

8 (4872) 32-22-85

телефон доверия УМВД России по Тульской области;

8 (4872) 36-63-49

«горячая линия» работает круглосуточно

8 (915) 780-90-32

телефон доверия (пн.–пт. с 8.00 до 18.00)
в ГУЗ «Тульский областной наркологический
диспансер №1»

Министерство здравоохранения
Тульской области

Осторожно, сниффинг!



В последнее время участились случаи отравлений детей и подростков токсическими веществами, которые они вдыхали из газовых баллончиков. Процесс вдыхания паров химических соединений, называется СНИФФИНГ и является разновидностью токсикомании.

Токсикомания переводится, как «токсико» – ядовитые, «манья» – привыкание. Состояние эйфории достигается за счет вдыхания паров различных летучих жидкостей (бензин, ацетон, растворители лака, различные виды клея, очистительные жидкости, аэрозоли) или газов из газовых зажигалок или баллончиков для их заправки). Все эти средства относятся к технической или бытовой химии и их можно приобрести в торговой сети, т.к. их продажа никем не регулируется.

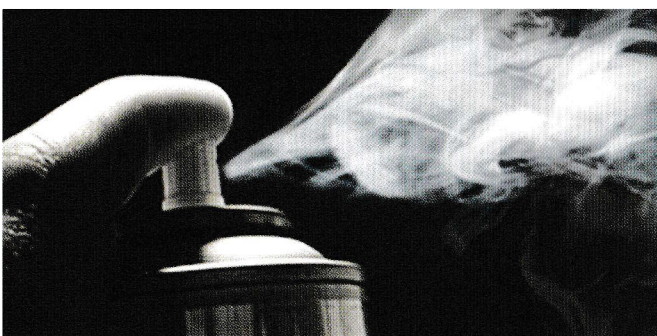
Наибольшая опасность вдыхания токсических веществ заключается в том, что они, минуя желудочно-кишечный тракт и печень, где могли бы частично нейтрализоваться, сразу попадают через легкие в кровь и поступают в головной мозг, вследствие чего опьянение наступает быстрее, чем в случае приёма алкоголя и наркотиков. Поэтому вдыхание газа особенно опасно для детей и подростков, что может привести к удушью и смертельному исходу.

Однако многие молодые люди уверяют себя и других, что летучие химические вещества гораздо безопаснее наркотических средств и, подвергая свое тело различным экспериментам, пытаются «поймать» измененное состояние разума. На самом деле ими движет обычное любопытство и безделье.

По данным главного психиатра-нарколога Минздрава России Е. Брюна, непривычные ощущения, вызванные веселящим газом, связаны с гипоксией или недостаточным поступлением кислорода в различные органы и ткани, в т.ч. в головной мозг, что приводит к невосполнимой гибели клеток головного мозга.

- Состояние опьянения наступает в течение 5–10 минут ингаляции (вдыхания). Краснеют лицо и глаза, начинает першить в горле, появляется насморк, лицо расплывается в блаженной улыбке. Если ингаляция прекращается, то опьянение проходит за 15–20 минут и сменяется вялостью и головной болью.
- Если вдыхание паров вещества продолжается более 5 минут, то вследствие интоксикации головного мозга химическими веществами возникают зрительные галлюцинации. Они носят обычно устрашающий характер. Токсикоманы часто испытывают страх в сочетании с любопытством. При устрашающих видениях (галлюцинациях) «нюхальщик», спасаясь от них, может, например, выброситься в окно.
- При передозировке могут возникнуть судороги с потерей сознания и отеком дыхательных путей. В тяжелых случаях может наступить кома со смертельным исходом.

Последствия отравления организма наступают через несколько недель после частых и продолжительных ингаляций или через несколько месяцев, если ингаляции не так часты.



Среди последствий возможны тошнота, уменьшение аппетита, раздражение слизистой оболочки носоглотки, насморк, постоянные головные боли, плохой сон, головокружение, укачивание во время езды на транспорте.

Наиболее тяжелые последствия интоксикации ингалянтами проявляются ухудшением памяти, трудностью сосредоточения, плохой сообразительностью, затруднением усвоения нового материала. Пассивность и склонность к безделью могут чередоваться со злобностью и агрессивностью. Основной опасностью применения летучих веществ является внезапная смерть, которая наступает от остановки сердца и дыхания. Среди токсикоманов значительно выше, чем среди остального населения, уровень суицидов и смерти от несчастных случаев (падения с высоты, ожоги и т.д.).

Кроме того, употребление летучих веществ нередко провоцирует переход к другим видам зависимости – наркомании и алкоголизму, которые обычно развиваются более злокачественно.

Молодежь в компаниях получает сведения о «привлекательной стороне» действия токсичных средств и весьма скудный – об их опасности, но самое главное они себе говорят: **«Я только попробую и брошу»**, что является самой распространенной ловушкой.

На что обращать внимание родителям:

Соблюдать главное требование: **«Знать, когда, где и с кем ваш ребенок»**. Насторожить вас должны следующие изменения в его поведении: подросток становится скрытным, избегает родителей, ведет какие-то тайные переговоры по телефону, теряет интерес к учебе и друзьям, неизвестно где обитает, становится неуправляемым и агрессивным. Появляются резкие смены настроения, вялость, расстройство деятельности различных систем организма.