

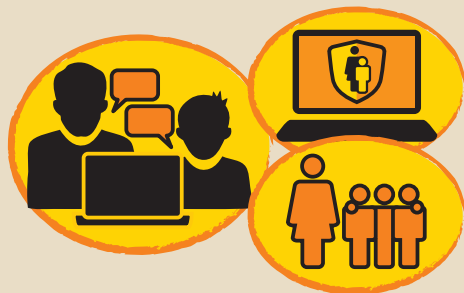


Современные дети много времени проводят в интернете.

### Задача родителей – оградить ребенка от нежелательной информации.

- **РАСКАЖИТЕ** ребенку о возможностях интернета, правилах сетевого поведения и возможных негативных последствиях их нарушения.
- **ДОГОВОРИТЕСЬ**, чтобы ребенок сообщал вам о нахождении нежелательной информации.
- **СОЗДАЙТЕ** для ребенка отдельную учетную запись на компьютере и включите «семейный фильтр» на поисковых ресурсах.
- **УСТАНОВИТЕ** на компьютер, планшет и смартфон приложение, позволяющее фильтровать нежелательный трафик, например, программу «Родительский контроль».
- **ИСПОЛЬЗУЙТЕ** надежную антивирусную программу.
- **ОБЪЯСНИТЕ** ребенку, что не стоит скачивать, устанавливать программное обеспечение, приложения и неизвестные файлы без вашего разрешения.
- **РАСКАЖИТЕ** об опасности общения с незнакомцами в сети.
- **НАУЧИТЕ** ребенка не разглашать в сети личную информацию и бережно относиться к паролям.
- **ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ** на подозрительные денежные переводы на неизвестные счета и электронные «кошельки».
- **ПОСМОТРИТЕ** сайты, которые посещает ваш ребенок, с кем и на какие темы ведет переписку.
- **НАЛАДЬТЕ** контакты с друзьями ребенка.

Родителям важно иметь с ребенком доверительные отношения, занимать его досуг, участвовать в его жизни и чаще проводить время вместе. Стремление к уходу от реального мира и постоянному общению в социальных сетях у такого ребенка будет ниже, чем у ребенка, который не знает, чем занять себя в свободное время.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ РЕБЕНОК НЕ СТАЛ НАРКОМАНОМ

- **ВЫБЕРИТЕ** активную позицию личной ответственности за своего ребенка, свою семью. Не ждите, когда беда постучится в дом. Изучайте специальную литературу, найдите время, чтобы поговорить с вашим ребенком на темы наркомании.
- **СОЗДАЙТЕ** в своей семье атмосферу любви, доверия и безопасности, вырабатывайте ясные и справедливые правила совместной жизни, выполняйте взятые обещания, интересуйтесь заботами и проблемами ребенка, его внутренним миром.
- **РАЗВИВАЙТЕ** в ребенке навыки самостоятельного приема решений, инициативу, собственный взгляд на происходящее. Лучше, чтобы ваш ребенок был ведущим, а не ведомым.
- **УЧИТЕ** подростка справляться с трудностями и неудачами, говорите, что отрицательный опыт, это тоже опыт.
- **УЧИТЕ** ребенка видеть и понимать красоту окружающего мира, получать удовольствие в повседневной жизни (от природы, хорошей книги, общения с интересными людьми и т.д.).
- **ДАЙТЕ** ребенку возможность самому принять решение никогда не прикасаться к наркотикам.

*Ваша роль должна быть не запрещающей, не наставляющей, а поддерживающей, принимающей, информирующей.*

### ДОНЕСИТЕ ДО ВАШИХ ДЕТЕЙ, ЧТО УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ

- вызывает сильные физические муки
- портит здоровье
- снижает умственные способности
- повышает риск заражения СПИДом и другими инфекционными заболеваниями
- лишает успешного будущего и счастливой семейной жизни

*Наркотики – это бизнес, в котором наркоман играет роль пешки, расплачиваясь за свою глупость не только деньгами, но и своей жизнью.*



### ПРОФИЛАКТИКА

В первую очередь профилактику наркомании среди детей и подростков следует выполнять родителям. Уже с **9–10 ЛЕТ** необходимо формировать у детей установку на здоровый образ жизни. Знать, что такое здоровый образ жизни – это одно, вести его – совсем другое. И здесь особенно важен для ребенка пример родителей, совместные увлечения, занятия спортом и активный отдых.

#### ВЫБОРУ В ПОЛЬЗУ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОМОГУТ

- знание форм поведения, которые способствуют благополучию
- желание быть хозяином своей жизни
- положительное отношение к жизни
- развитое чувство самоуважения

Доверительные отношения в семье, внимание и любовь родителей дадут уверенность ребенку, а в будущем – подростку, что в любой ситуации его поймут, поддержат, посоветуют, и, если будет нужно, помогут справиться с трудностями. Начиная с **12-ЛЕТНЕГО** возраста, специфическую профилактику наркомании с детьми, согласно законодательству РФ, могут проводить специалисты. В работе используется устный и печатный материал, аудио- и видеоматериалы о проблеме наркомании, влиянии наркотиков на организм и последствиях болезни.



### ПРИЧИНЫ

Основные причины, приводящие подростка к употреблению наркотиков, – это причины, возникшие в результате **НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

- неадекватная заниженная или завышенная самооценка
- отсутствие четкой цели в жизни, внутреннего стержня
- недостаток заботы и ответственности за себя и свое здоровье
- недостаток любви, понимания и поддержки в семье
- гиперопека со стороны родителей
- отсутствие навыков самостоятельного принятия решений
- повышенная внушаемость
- неумение справляться с трудностями
- неумение получать удовольствие, удовлетворение от повседневной жизни
- конфликты, агрессия в семье



### ОБЩИЕ ПРИЗНАКИ ПОДРОСТКОВОЙ НАРКОМАНИИ

#### ИЗМЕНЕНИЯ ВО ВНЕШНЕМ ВИДЕ

- бледность, отечность кожных покровов
- покраснение глазных яблок
- коричневый налет на языке
- следы от уколов в вены
- специфический запах от одежды, волос, кожи, выдыхаемого воздуха
- неряшливость и неопрятность, пренебрежение личной гигиеной
- длинные рукава одежды независимо от погоды и обстановки

#### ИЗМЕНЕНИЯ В ПОВЕДЕНИИ

- явное проявление скрытности
- увеличение времени пребывания вне дома, на улице
- снижение мотивации к учебе, снижение успеваемости, частые пропуски занятий
- изменение ритма сна и бодрствования: в течение дня подросток вялый и медлительный, ночью проявляет активность
- изменение пищевого поведения: периоды безразличия к пище внезапно сменяются приступами «волчьего» голода
- увеличение финансовых запросов, пытается найти способы удовлетворения возросших материальных потребностей (пропадают деньги из дома, вещи и т.д.)
- появляются новые подозрительные друзья, поведение старых приятелей меняется, разговоры ведутся шепотом, используются непонятные фразы (жаргон, сленг)
- частая и быстрая смена настроения от полной апатии до безудержной энергичности, циклы не связаны с конкретными событиями, настроение не соответствует реальной ситуации и действительности
- наличие у подростка или в его вещах таблеток, ампул, пакетиков и порошков, шприцев, жгутов, свернутых в трубочки денежных купюр

#### СТАТИСТИКА СРЕДИ ПОДРОСТКОВ ПОКАЗЫВАЕТ

- **43%** – под влиянием друзей
- **12%** – из желания убежать от проблем
- **5%** – начинают принимать наркотики из любопытства

#### С ПОМОЩЬЮ НАРКОТИКОВ ПОДРОСТКИ

- отрицают общепринятые нормы поведения
- бунтуют
- пробуют все запрещенное, в том числе наркотики
- убегают от действительности
- живут в своем мире иллюзий и ощущений

## ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

### МЕДИЦИНСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

- развитие психической и физической зависимости
- поражение центральной нервной системы, как следствие, снижение памяти, внимания, интеллектуальных способностей, нарушения речи, мыслительной деятельности (понимания), координации движений, режима сна, потеря эмоционального контроля (резкие перепады настроения)
- депрессии, психозы, психические нарушения различной степени тяжести вплоть до полного распада личности (подобные при шизофрении)
- риск развития сахарного диабета, рака легких
- поражение сердечно-сосудистой системы
- отравление от передозировки, смерть
- снижение иммунитета
- нарушение гормонального фона
- изменение генетического кода, как следствие, негативное воздействие на репродуктивную систему (врожденные аномалии у потомства)

### СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

- разрушение личности: равнодушие к самому себе, своему будущему и близким людям, ослабление воли, преобладание единственной ценности по имени «наркотик», потеря смысла жизни, опустошенность, одиночество
- разрушение социальных связей: потеря семьи, друзей
- потеря работы, учебы, ограничения в получении специальности, невозможность вождения транспорта, получения разрешения на приобретение оружия, запрет на некоторые виды профессиональной деятельности
- связь с криминальными кругами, риск вовлечения в незаконный оборот наркотиков и привлечения к уголовной ответственности, воровство и другие преступления

### УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

- за приобретение, хранение, перевозку и изготовление наркотиков: покупку, получение в дар, использование в качестве средства взаиморасчета, присвоение найденного, сбор дикорастущих растений или их частей, незаконное владение при себе, в помещении, тайнике и других местах
- за культивирование (создание условий для выращивания) растений, содержащих наркотические средства
- за сбыт или попытку сбыта наркотиков: продажу, дарение, обмен, уплату долга, «закладку» в тайнике, ввод «дозы» другому лицу
- за склонение к употреблению наркотиков: умышленное возбуждение у другого лица желания потребления посредством уговора, предложение, дачу совета, обман, психическое или физическое насилие, ограничение свободы и другие действия
- за организацию либо содержание наркопритонов

Правительство Рязанской области.  
Антинаркотическая комиссия Рязанской области.  
Ответственные за выпуск: ГБУ РО «Областной клинический наркологический диспансер», управление по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Рязанской области, прокуратура Рязанской области.  
Отпечатано по заказу министерства печати и массовых коммуникаций Рязанской области в \_\_\_\_\_ (название), \_\_\_\_\_ (адрес) \_\_\_\_\_ Тираж \_\_\_\_\_ экз. Заказ № \_\_\_\_\_ 2017г.

## ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ ИЛИ ОПАСЕНИЯ

### СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ

Подозрительный запах или след от укола еще не означают, что ребенок неминуемо станет наркоманом. Часто подростка вынуждают принять наркотик под давлением. Постарайтесь с первых минут стать не врагом, от которого нужно таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.

### ДОВЕРЯЙТЕ

Не спешите делать выводы. Возможно, для вашего ребенка это первое и последнее знакомство с наркотиком. Поговорите с ним на равных, обратитесь к взрослой составляющей его личности. Не прибегайте к угрозам, крику, запугиванию. Возможно, наркотик для него способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту в жизни.

### ПОДДЕРЖИВАЙТЕ

«Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же люблю тебя», – основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним ни произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом. Как бы ни было трудно, важно, чтобы родители беседовали с детьми о наркотиках и последствиях их употребления.

### ПООЩРЯЙТЕ ИНТЕРЕСЫ И УВЛЕЧЕНИЯ ПОДРОСТКА

Интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. Помните, что сильнее всего на подростка будет действовать ваш личный пример. Подумайте о своем образе жизни, отношении к табаку, алкоголю.

### ОБРАТИТЕСЬ К СПЕЦИАЛИСТУ

Не обязательно сразу к наркологу, можно начать с психолога или психотерапевта. Важно избежать принуждения. Посоветуйтесь с разными врачами, выберите тот метод и того врача, который вызовет у вас доверие.

## ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ И ТЕСТИРОВАНИЕ

### К СОЖАЛЕНИЮ

внешние признаки подростковой наркомании видны тогда, когда ребенок уже «подсел» на наркотики

### НАИБОЛЕЕ ОПТИМАЛЬНЫЙ ВАРИАНТ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ

- выявить зависимость в начале ее формирования
- как можно раньше обратиться за помощью к специалистам

### ПОЭТОМУ

мы обращаемся к вам, уважаемые родители, с просьбой включиться в работу по профилактике наркомании и содействовать проведению профилактических медицинских осмотров в образовательных организациях

### ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ

- проводятся на территории Российской Федерации в соответствии с Приказом Минздрава России от 06.10.2014 № 581н «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также образовательных организациях высшего образования в целях раннего выявления незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ»
- носят профилактический характер, могут уберечь подростков от первых «экспериментов» с наркотиками и предупредить родителей об «увлечениях» детей
- являются добровольными и конфиденциальными, результаты не разглашаются, не имеют юридических последствий при выявлении положительных результатов
- если ребенку не исполнилось 15 лет, согласие на осмотр дают родители, результаты осмотра сообщаются лично родителям
- если ребенку 15 лет и больше, он вправе самостоятельно давать добровольное согласие на осмотр, результаты осмотра сообщаются лично ему или, при условии его согласия, родителям

### БЕСПЛАТНОЕ АНОНИМНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ НА НАЛИЧИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

- проводится только для несовершеннолетних лиц
- необходимо собрать мочу ребенка и сдать ее для исследования
- анализ будет отправлен под порядковым номером без указания личных данных
- результаты вы получите также без указания личной информации
- лабораторный анализ позволяет выявить наличие и концентрацию основных групп наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов
- прием материалов проводится ГБУ Рязанской области «Областной клинический наркологический диспансер» с понедельника по пятницу с 8.00 до 20.00 по адресу: *Центр медицинской помощи и реабилитации для детей и подростков: г. Рязань, проезд Яблочкова, 5а, тел.: (4912) 25-95-27, 25-63-47*

### ЭКСПРЕСС-ТЕСТ НА НАЛИЧИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

- можно провести в домашних условиях, купив тест в аптеке
- выпускается для определения одного и нескольких видов наркотиков
- позволяет обнаружить наличие наркотика в моче через несколько дней после его потребления
- может дать ложные результаты при нарушении условий хранения и правил проведения исследования, истечении срока годности, при приеме некоторых медикаментов

*Если вы получили положительный или сомнительный результат, рекомендуем провести повторное анонимное тестирование в ГБУ Рязанской области «Областной клинический наркологический диспансер»*

## СИСТЕМА ПОМОЩИ

Если вы убедились, что подросток не может справиться с зависимостью от наркотика самостоятельно, и вы не в силах ему помочь, обратитесь к специалисту.

### В РЯЗАНСКОМ ОБЛАСТНОМ КЛИНИЧЕСКОМ НАРКОЛОГИЧЕСКОМ ДИСПАНСЕРЕ РАБОТАЮТ:

«ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ» (4912) 25-95-27

Режим работы: с понедельника по пятницу с 8:00 до 20:00 часов.

### ПРИ ЗВОНКЕ НА ЭТОТ НОМЕР

- из любого населенного пункта Рязанской области
- со стационарных или мобильных телефонов
- дети, подростки и их родители, иные граждане

### МОГУТ ПОЛУЧИТЬ

- экстренную психологическую помощь специалистов диспансера
- информацию о расположении, возможностях и порядке оказания наркологической помощи

*Психологическая помощь по телефону оказывается анонимно и бесплатно.*

### В ЦЕНТРЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И КОРРЕКЦИИ:

оказывается консультативная помощь несовершеннолетним от 7 до 18 лет, склонным к употреблению психоактивных веществ.

Адрес: г. Рязань, ул. Халтурина, 10. Телефон: (4912) 25-18-58, 25-10-33

Прием ведут специалисты: врач-педиатр, психолог, психиатр-нарколог, педиатр, социальный педагог.

### ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ И РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ С НАРКОЛОГИЧЕСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ

Адрес: г. Рязань, проезд Яблочкова, 5а

Телефон регистратуры: (4912) 25-63-47

Телефон кабинета амбулаторного приема

пациентов: (4912) 25-83-79

Лечение наркомании – процесс сложный и длительный, в котором задействованы не только врачи-наркологи, но и психотерапевты, психологи, социологи и другие специалисты. Проводимые лечебные мероприятия направлены на устранение корня физической и психологической зависимости. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребенка может потребовать от вас серьезных и длительных усилий.

## ЧТОБЫ СПАСТИ ЧЬЮ-ТО ЖИЗНЬ

**ЕСЛИ ВЫ ЗНАЕТЕ,  
КТО И ГДЕ  
РАСПРОСТРАНЯЕТ  
НАРКОТИКИ,  
СООБЩИТЕ НАМ!**

(4912) 21-63-07

круглосуточно

«ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»

УМВД России по Рязанской области  
62.мвд.рф//для граждан//прием обращений

(4912) 25-20-85

круглосуточно

ДЕЖУРНЫЙ ПРОКУРОР

прокуратуры Рязанской области  
prokuratura62@yandex.ru