1 марта Международный день борьбы с наркотиками

 **Подросток и наркотики**

Наркомания – это эпидемия века, которая распространяется среди подростков и детей. Проблема вызывает страх, боль, негатив, сочувствие и если задуматься, то можно её предотвратить вовремя.

 Подростковый период – это время бурь и страстей, становления и принятия себя и мира. Подростки имеют собственное мнение о взрослых, переживают личные драмы, волнуются по поводу своих отношений с противоположным полом, а потом чувствуют себя неоцененными, разочарованными.

 И тут в их жизни **появляются наркотики,** которые меняют их сознание, снимают барьеры в общении со сверстниками**,** заставляя смотреть на себя и на свою внешность иначе, чувствовать себя уверенным и раскрепощенным. Подросток не думает о последствиях, а пробует. Так и начинается катастрофа.

**Основные мотивы:**

- внутренние мотивы: стремление к новым впечатлениям, желание пережить приключение, быть «своим» в компании, поиск методов «отключения» от реальности, ухода от неприятностей, желание иметь собственный реальный опыт;

- внешние обстоятельства: проблемы в учебе, семейные проблемы, конфликты с педагогами, сверстниками, родителями, алкогольная и наркотическая зависимость родителей, «гипер или гипоопека в семье, статус «золушки» или «козла отпущения» в семье.

 Подросток не способен справиться с трудностями самостоятельно и отстраниться от ситуации он не может, поэтому ищет способы ухода от проблем, а наркотики дают иллюзию такого ухода. Большая часть подростков попадает от желания уйти от реальности. При котором явной зависимости не наблюдается. Взрослые должны знать, что это временное явление. Поэтому надо вовремя оказать помощь сыну или дочери, если вовремя не оказать помощь может наступить наркомания-серьезная психическая и физическая зависимость от наркотических веществ.

 Важно обращать внимание на любые изменения в поведении подростка. Главной особенностью подростка в этот период является скрытность и все же, если родители проявят в этот период бдительность можно обнаружить некоторые характерные **признаки наркотизации:** частую смену настроения без явных поводов, раздражительность, агрессивность, лживость, скрытность, частые приступы усталости, вялость, сонливость, появление «новых подозрительных» приятелей, проблемы с аппетитом, апатию, подозрительных трат, появление в сумке непонятных предметов (чайных ложек и т.д.), следы от уколов или порезы на теле, пятна на одежде.

 Если Вы заподозрили признаки наркомании сохраняйте спокойствие, не устраивайте скандалов, этим Вы лишь усугубите ситуацию и отвернете от себя ребенка. Добейтесь доверительных отношений, не отталкивайте ребенка от себя агрессией. Пообещайте ему, что поймете его и примите правду какой бы она не была. Убедите ребенка сходить к специалисту, чтобы выявить степень зависимости и определить какие он употребляет наркотические препараты. Не бойтесь обратится к психологу. Помогите ребенку найти новые интересы, они помогут отвлечься от пагубной привычки и сменить круг знакомых. Будьте с ним откровенны, вместе выбирайте клинику и врача, обсуждайте варианты терапии, говорите с ним, как со взрослым человеком, который должен выздороветь. Не оставляйте его одного, обеспечьте постоянное общение с ним, но не слежку. Показывайте, что вы ему доверяете, дайте ему шанс самому исправить свои ошибки.

 Помните, что наркотики – это проблема, которую легче предотвратить. Лучший способ профилактики – это **внимание к подростку**, к его жизни и к его проблемам. Будьте другом для своего ребенка и тогда ему не захочется «сесть на иглу». Спросите себя, когда Вы в последний раз проводили с ним время, когда обсуждали его проблемы, с кем дружит и в кого влюблен. Если нет, то скорее исправьте ситуацию. **Вы очень нужны своему ребенку!**

Врач-валеолог

Борисовской ЦРБ В.И. Коновалова