

Информация для подростков:

В какой бы ситуации ты не оказался, помни: ты не один!

Если ты оказался в сложной жизненной ситуации, тебе одиноко и не с кем поделиться своими проблемами

НЕ ДУМАЙ, ЧТО ТЫ ОДИН И НИКОМУ НЕ НУЖЕН!

Прими правильное решение –

- позвони по единому телефону доверия
- поделись со взрослым, которому доверяешь.

НЕ МОЛЧИ, РАЗГОВАРИВАЙ, НЕ УХОДИ В СЕБЯ!!!!

ЗНАЙ: У всех людей бывают сложные ситуации, НО ВЫХОДИ ИЗ НИХ С ЧЕСТЬЮ И ДОСТОИНСТВОМ, ОСТАВАЙСЯ ЧЕЛОВЕКОМ.

Не стоит портить свою жизнь (или подвергать её смертельной опасности), пытаясь найти выход в **ПРИСТРАСТИИ К ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ.**

Это тебе кажется, что ты **БАЛУЕШЬСЯ, ВРЕМЕННО.** Практика показывает, что подростки часто становятся **БОЛЬНЫМИ и РАБАМИ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК, ПОПРОБОВАВ ЛИШЬ ОДИН РАЗ!!!!**

Задумайся:

**ЖИЗНЬ ТВОЯ!
ТЕБЕ РЕШАТЬ:
БЫТЬ РАБОМ
ИЛИ СВОБОДНЫМ ЖИТЬ!**

РОДИТЕЛЯМ:

Токсикомания (от греч. *toxikon* – «яд» и *mania* – «сумасшествие, безумие») - заболевание, возникающее в результате регулярного употребления психоактивных веществ (химических и растительных веществ, лекарственных препаратов и т. д.).

Токсикомания характеризуется психологической и физической зависимостью, изменением психики человека и различными психическими расстройствами, которые могут привести к полной деградации личности.

Проблема злоупотребления алкоголем и наркотиками среди подростков и молодежи освещается достаточно широко - как в прессе, так и в специальной литературе. Гораздо меньше публикаций посвящено токсикомании.

Для их обозначения применяется множество терминов: ингалянты, летучие органические соединения, летучие ароматические вещества, средства бытовой химии. Наиболее часто встречающееся название - летучие растворители.

Они представляют собой обширную группу летучих органических жидкостей, а также газов, которые могут вдыхаться с целью получения состояния эйфории. К летучим веществам наркотического действия (ЛВНД), иначе – «ингалянтам», относятся бензин и разнообразные растворители препаратов бытовой химии, например красок. Иногда в качестве ингалянта применяют бытовой горючий газ.

Ужасная мода пришла к детям в наше время. Дети пьют и нюхают газ из зажигалок! Причем дети, начиная с 10 лет! С магазинных полок пропадают туалетные освежители воздуха и газ для заправки зажигалок. Подростки выбирают для самоуничтожения новые модные тренды.

Двое школьников в Улан-Удэ отравились газом из зажигалки, в Новороссийске 11-летняя девочка отравилась газом от зажигалок... Ростовский подросток до смерти надыхался газом из зажигалки... На Алтае ребенок умер от отравления газом... В Брянске школьники отравились газом, один погиб... Оперативные сводки, публикуемые российской прессой, продолжаются. Возраст погибших от юга России до Крайнего Севера – от 8-ми лет. За 2013 год от этого только в России погибло не **менее 20 подростков**.

Дети, желающие «только попробовать», вовсе не собираются умирать. Но умирают.

Так же опасны клеи типа «Момент».

Признаки отравления газами: головная боль, головокружения, состояние опьянения, слабость, тошнота, рвота, остановка дыхания.

Развитие зависимости

В первую очередь при злоупотреблении ингалянтами надо отметить существование феномена групповой психической зависимости.

Это означает, что вдыхание токсических веществ происходит преимущественно в одной и той же компании и совместное опьянение становится основным способом проведения досуга. Каждая встреча с членами группы неизбежно напоминает подростку об ингалянте и вызывает желание применять его вновь и вновь. В компании сверстников (особенно в первое время) ребята редко стремятся достигнуть глубоких степеней опьянения (обычно достигается только 2-я фаза), после чего одурманивание прерывается.

На начальных этапах еще существует страх перед последствиями употребления, опасение за свою жизнь. В то же время под влиянием или под давлением группы подросток может продолжать вдыхания, даже не имея на то большого желания («быть как все», «не отставать от других», «не быть слабаком»).

Индивидуальная психическая зависимость при регулярном применении летучих веществ также формируется достаточно быстро - **в течение 1-2 месяцев.**

Мотивом выступает желание повторить опьянение, увидеть «мультики» (галлюцинации). Возрастает частота употребления, тяга (влечение) усиливается при разговорах о применении, запахе и виде вещества. Наблюдается рост переносимости, увеличивается потребление вдыхаемого средства за один прием. Находясь вне интоксикации, такие подростки жалуются на скуку и душевный дискомфорт.

Как уберечь детей от употребления ПАВ (психоактивных веществ)

- **Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.**
 - Учитесь видеть мир глазами ребенка.
 - **Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.**
 - Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.
 - **Не запрещайте задавать вопросы. Выражайте свое мнение.**
 - Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.
- Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- **Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.**