

# Как уберечь детей от наркотиков?

## Как определить, употребляет ли ребенок наркотики?

Сложно представить нечто более ужасное для любого родителя, чем наркозависимость ребенка. Несколько десятилетий слаженная работа врачей, психологов, социальных работников и педагогов направлена на поиски ответа на вопрос о том, как уберечь детей от наркотиков, как не допустить самого страшного, как спасти тех, кто оступился и свернул с пути. Эта проблема настолько многогранна, что однозначного ответа у ученых нет до сих пор. А между тем последствия детской наркомании куда более тяжелые, чем взрослой.

Правило, гласящее, что лучшим лекарством является профилактика, здесь работает на все 100%. Но как донести до упрямого подростка главную суть? Где найти нужные слова? И что делать, если самое страшное произошло, куда бежать, где искать помощи?

Данные статистики в России, по данным Министерства здравоохранения, не менее 15% подростков впервые знакомятся с запрещенными препаратами в возрасте до 14 лет. Употребление наркотиков детьми такого возраста приводит к формированию физиологической зависимости и устойчивой привычки. По мнению специалистов, чем раньше произошло злосчастное знакомство, тем крепче окажется связь. Наиболее распространены среди подростков наркотики растительного происхождения на основе каннабиса (конопли).

### Главная группа риска.

Первоочередными претендентами на роль хронических наркоманов являются выходцы из неблагополучных семей. Наркомания среди несовершеннолетних, родившихся и выросших среди наркоманов и алкоголиков, необычайно высока во всем мире. Ребенок, с детства видевший определенную социальную среду, растет в убеждении, что она нормальна, и сам стремится стать ее частью.

Такие дети нередко начинают знакомство с наркотиками рано. Среди них распространена практика вдыхания паров клея, курения конопли, а также частей растений, вымоченных в ацетоне и других химических растворителях.

Обратная сторона богатства. Невероятно, но группой риска № 2 являются выходцы из совершенно другого мира, который смело можно назвать противоположным. Дети богатых родителей рискуют стать зависимыми практически так же, как беспризорники. Здесь список наркотических средств более широк. Ценник на некоторые препараты просто космический, но это не останавливает ребенка, не знающего цену деньгам и жаждущего новых впечатлений, в руках которого оказываются солидные суммы. Знакомство может начаться с той же конопли (конечно, более качественной), ЛСД, амфетамина, экстази. Распространены смеси на основе различных наркотических веществ, называемые «миксами» и «солями».

### Наследственность

Как и алкоголизм, наркомания является наследственным заболеванием. Ученые давно это установили, но пока не могут определить конкретный механизм воздействия препарата на гены. В группе риска не только дети наркоманов, но и выходцы из пьющих семей. У детей алкоголиков тоже есть повышенные шансы «сесть на иглу». Недавние исследования показали, что у несовершеннолетних наркомания протекает в более тяжелой форме. Привыкание наступает в разы быстрее, последствия приносят большие муки, реабилитация сложнее и продолжительнее. А о полном выздоровлении в большинстве случаев речь не идет.

## Другие факторы

Понять, как уберечь детей от наркотиков, поможет анализ факторов риска. Специалисты относят к ним следующие:

- осложненная беременность матери,
- тяжелые роды;
- сотрясения головного мозга, ЧМТ, особенно многократные;
- воспитание в неполной семье;
- чрезмерная занятость родителей, отсутствие внимания с их стороны;
- психические заболевания в семье;
- ранняя самостоятельность (12-13 лет);
- угнетающая родительская гиперопека;
- неконтролируемый доступ к деньгам.

Данные получены на основе анализа статистики наркологических центров. Перечень говорит лишь о повышенных рисках, а не о том, что упавший с качелей в раннем детстве человек непременно станет наркоманом. Даже отягченная наследственность не является приговором. Нередки случаи, когда дети алкоголиков и наркоманов выросли убежденными трезвенниками.

## Разберемся в причинах

Специалисты, изучающие вопрос о том, как уберечь детей от наркотиков, в первую очередь стараются проанализировать причины. Почему те самые пятнадцать подростков из сотни впервые заинтересовались необычной папиросой или таблеткой? Что двигало ими, почему они не прошли мимо соблазителя? Сказывается романтизация образа наркомана, противопоставляющего себя обществу, пребывающего в поиске новых ощущений, границ расширения сознания. Современные модные тенденции меняются в лучшую сторону. В тренде красивая кожа, здоровые волосы, подтянутое тело. Но если в компании, окружающей подростка, принято считать, что наркотики не приносят вреда, а лишь помогают повеселиться и расслабиться, велик риск попадания в те самые 15%.

Искажение информации приводит к формированию неверных устоев. Поэтому задача родителя и педагога заключается в том, чтобы донести до ребенка истину как можно раньше, и как можно более убедительно. Что ребенок должен знать о наркотиках? Специалисты не советуют впадать в крайности. Как недостаток знаний, так и их излишек ни к чему хорошему не приведет. Не нужно давать ребенку полный список наркотических средств с подробным описанием эффекта каждого из них. Подростку не стоит рассказывать, что от ЛСД бывают галлюцинации и можно увидеть то, чего на самом деле нет, а от травки хочется веселиться и смеяться. А вот самим необходимо познакомиться с перечнем средств и психотропных препаратов, подлежащих контролю на территории государства (постановление Правительства РФ от 30.06.1998, № 681).

Необходимы другие методы. Рассмотрим на примере. Рассказывая о вреде наркотиков, старайтесь говорить на понятном языке. В силу отсутствия жизненного опыта и познаний в области физиологии, подросток попросту не в состоянии представить умирающие клетки мозга. А вот пигментные пятна и жуткие язвы на местах инъекций его могут здорово впечатлить.



Искажение информации приводит к формированию неверных устоев. Поэтому задача родителя и педагога заключается в том, чтобы донести до ребенка истину как можно раньше, и как можно более убедительно. Что ребенок должен знать о наркотиках? Специалисты не советуют впадать в крайности. Как недостаток знаний, так и их излишек ни к чему хорошему не приведет. Не нужно давать ребенку полный список наркотических средств с подробным описанием эффекта каждого из них. Подростку не стоит рассказывать, что от ЛСД бывают галлюцинации и можно увидеть то, чего на самом деле нет, а от травки хочется веселиться и смеяться. А вот самим необходимо познакомиться с перечнем средств и психотропных препаратов, подлежащих контролю на территории государства (постановление Правительства РФ от 30.06.1998, № 681).

Главная задача разговоров о наркотиках сводится к тому, чтобы убедить ребенка в опасности, необратимости, серьезности проблемы. Это сделать сложно, но реально.

### **Ответственность перед законом**

К этому фактору многие подростки относятся с опаской. Страх ареста и уголовной ответственности является мощным сдерживающим фактором. Объясните ребенку, каким клеймом может стать привлечение по статье за хранение и распространение наркотиков. В будущем это помешает поступить в хорошее учебное заведение, устроиться на желанную работу.

### **Денежный вопрос**

Нередко дилеры подсаживают новых клиентов на наркотики, угощая их бесплатно. Но так продлится недолго. Цель распространителя – обзавестись новым источником дохода. Причем чем дальше, тем больше денег понадобится на пагубную привычку.

Здесь стоит отметить, что ребенок, не зарабатывающий денег, весьма смутно представляет, как будет финансировать пагубное пристрастие. Не будет лишним напомнить, что если ему придется заниматься вымогательством или воровством, это раскроется очень быстро. А за такие деяния тоже предусмотрена ответственность перед законом.

### **Иммунологическая опасность**

Рассказывая о вреде наркотиков, упоминайте о сопутствующих факторах. По данным минздрава, абсолютное большинство инъекционных наркоманов больны гепатитом С или В. Наибольшее количество инфицирований ВИЧ происходит с помощью иглы. И если некоторые формы гепатита излечимы, то против ВИЧ современная медицина бессильна. Подайте ин-

формацию в доступной форме, расскажите об этих болезнях, подчеркивая, что они неизменно сопровождают наркоманию.

## **Влияние на интеллект**

О том, что хронический наркоман не способен к интеллектуальному труду, детям известно. Проблема в том, что многие подростки противопоставляют героину и кокаину «легкие наркотики». Специалисты установили, что травка редко вызывает физиологическое привыкание, однако ее регулярное употребление «для расслабления» губит память, ослабляет скорость реакции, снижает способность мыслить аналитически.

Внушайте с детства, что влияние наркотиков на развитие ребенка имеет необратимые последствия. Любой вид препаратов блокирует нормальное функционирование мозга, что впоследствии просто закрывает дорогу в нормальную жизнь.

## **Косвенные признаки**

Наблюдайте за сыном или дочерью, отмечайте малейшие изменения в поведении. При этом не перегибайте палку, помните о нормальных гормональных всплесках, неуверенности в себе, стрессах, сопровождающих половое созревание.

Однако стоит проявить особую бдительность, если вы систематически замечаете следующее:

- резкую смену настроения;
- беспричинную смешливость или плаксивость;
- повышенный интерес к деньгам при отсутствии значимых покупок;
- подозрительные предметы среди детских вещей (пустые блистеры, флаконы от лекарств, маленькие пакетики с зиппером, шприцы);
- 
- нетипичный темп речи;
- дезориентация в пространстве, потеря координации при отсутствии запаха алкоголя;
- странные слова в разговорах с друзьями по телефону, похожие на шифры;
- необоснованные регулярные задержки на улице.

Старайтесь быть в курсе, с кем дружит и общается подросток. Подозрительное окружение – повод насторожиться.

Наркотические вещества растительного происхождения, как правило, имеют выраженный запах. От многих наркотиков меняется реакция зрачка на свет.

## **Как определить, употребляет ли ребенок наркотики?**

Сделать это несложно. Если вы подозреваете, что чадо находится в состоянии наркотического опьянения, попросите сделать что-то простое, но требующее концентрации внимания:

- прочитать небольшой текст,
- написать список покупок,
- пересказать сюжет серии фильма,
- описать образ книжного героя.

Под кайфом это сделать непросто. Однако подобных тестов недостаточно. Наверняка подтвердить или опровергнуть наличие в крови наркотика может только специальный анализ мочи или крови.

## **Что делать, если худшее подтвердилось?**

Не упрекать. Не позволять ребенку отстраниться. Ругать и наказывать вы будете потом. А первостепенная задача сводится к оказанию помощи. Ребенок должен чувствовать, что вы рядом, что на вас можно положиться, а ваша поддержка безоговорочна.



Важно выдернуть подростка из пагубной компании. Если в вашем случае возможен контакт с родителями других детей, подверженных тому же влиянию, постарайтесь его наладить. Действовать сообща легче. Не стоит пытаться справиться с бедой самостоятельно. Консультация врача, а в некоторых случаях даже госпитализация, необходима.

### **Можно ли верить рекламе?**

Нередко можно встретить красочные буклеты того или иного реабилитационного центра для наркозависимых, обещающего помочь избавиться от проблемы за неделю-две. Профессиональные наркологи настаивают на том, что подобное невозможно. По данным ВОЗ, лишь у 10-15% наркоманов есть шанс полностью излечиться. Российские наркологи располагают современными средствами, способными поднять этот процент вдвое, но процесс займет намного больше времени, чем 2 недели, кроме того, потребует немалых финансовых вложений. Только медицинской помощи явно недостаточно, необходима длительная психологическая реабилитация. Если худшие опасения подтвердились, не стоит замалчивать проблему ради спасения репутации семьи. Нужно немедленно искать хороший реабилитационный центр для наркозависимых и готовиться пройти нелегкий путь к исцелению вместе с ребенком.

### **Альтернативы**

Как видим, наркомания не является смертным приговором, но статистические данные просто шокируют. Шанс на спасение небольшой, но он есть. Поэтому важна своевременная профилактика, достаточное внимание, искренние отношения в семье и откровенное общение с взрослеющим человеком.

Поощряйте хобби. Не отказывайте ребенку в его праве на организованный досуг. Позвольте мальчику посещать понравившуюся секцию. Даже если стоимость услуг тренера кажется вам немаленькой, поверьте, это ничто в сравнении с ценой реабилитации, которая будет выражена не только в деньгах, но и в потраченных нервах, загубленном здоровье, потерянной юности. Не препятствуйте девочке учиться ухаживать за собой, овладевать азами макияжа; прививайте интерес к шитью и рукоделию. Для многих юных дам именно страх перед потерей красоты оказывается главным мотиватором в пользу отказа от знакомства с наркотиками.



Специалисты не даром говорят, что профилактика является определяющим фактором в поиске ответа на вопрос о том, как уберечь детей от наркотиков. Старайтесь быть другом дочери или сына, поощряйте развитие, увлекайте и мотивируйте собственным примером. Это значительно повысит шансы на то, что страшная беда обойдет вашу семью стороной.