**ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ЗНАКОМСТВА**

**ПОДРОСТКА С НАРКОТИКАМИ**

**Изменения настроения:**

* немотивированная смена настроения;
* апатия;
* внезапные приступы агрессивности.

**Изменения во внешнем виде:**

* бледная кожа, синие круги под глазами, часто выступающий пот; • неестественно расширенные или суженные зрачки; • расчесы на коже.

**Изменения поведения:**

* продолжительный сон;
* приступы сильного голода;
* изменение круга общения: отказ от прежних друзей, появление новых приятелей, избегающих контактов с взрослыми членами семьи;
* изменение сферы интересов. Прежние увлечения теряют свою привлекательность. Подросток без предупреждения исчезает из дома, пропускает школу, бросает секцию или кружок.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ ТРЕВОЖНЫЕ ПРИЗНАКИ?**

Спокойно и доброжелательно поговорите с подростком. Объясните ему, что именно вас тревожит, попросите объяснить происходящее.

Если опасения остаются, обратитесь за помощью в подростковый наркологический кабинет. Там можно получить профессиональную консультацию, сделать анализ. Такая помощь может быть оказана анонимно.

# МЕЖДУ ПРОЧИМ

***Около 60% родителей узнают о том, что их дети употребляют наркотики тогда, когда подростку требуется медицинская помощь. Родители признаются, что уже давно замечали неладное, однако сама мысль о том, что в их семье случилась беда, приводила их в ужас, и поэтому взрослые сами для себя старались придумывать более или менее правдоподобные объяснения происходящего.***

**КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА**

**ОТ ЗНАКОМСТВА С АЛКОГОЛЕМ?**

* Постарайтесь, чтобы маленький ребенок не был свидетелем взрослых застолий.
* Расскажите своему ребенку об опасных последствиях знакомства с алкоголем. Ваша беседа не должна превратиться в запугивание — используйте конкретные примеры, подтверждающие ваши слова и вызывающие доверие у ребенка.
* Научите своего ребенка говорить «Нет» в ответ на опасное предложение.
* Помогите ребенку интересно и содержательно организовать свой досуг. Поддерживайте его в поиске и формировании своего круга интересов.
* Сохраняйте доверительные и близкие отношения с ребенком. Ваш ребенок должен быть уверен, что вы всегда поддержите и постараетесь понять его.

 **ДЕТИ-ПАССИВНЫЕ КУРИЛЬЩИКИ**

* Пассивное или активное курение во время беременности может привести к ее прерыванию или появлению серьезных нарушений внутриутробного развития ребенка; • На 28% повышается риск мертворождения и смертности новорожденных; • Риск рождения ребенка с низким весом в два раза больше, чем у некурящих;
* Происходит недостаточное образование молока.

У детей-пассивных курильщиков **существено снижается иммунитет.**

Они чаще:

* болеют респираторными заболеваниями;
* страдают заболеваниями среднего уха;
* страдают хроническими бронхитами;
* страдают от бронхиальной астмы

Курение одного и, особенно, обоих родителей увеличивает в несколько раз вероятность курения ребенка в будущем.

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ. БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

**Адрес ГАУЗ «РЦОЗиМП»: Адрес Центра здоровья** 420021, г. Казань, ул. С. Садыковой, д. 16 **ГАУЗ «РЦОЗиМП»:**

тел.: (843) 278-96-11 420021, г. Казань, ул. С. Садыковой, д. 16 e-mail: rcmp.rt@tatar.ru тел.: (843) 570-55-08

e-mail: rcmp.rt@tatar.ru

**ГАУЗ «РЦОЗиМП» в социальных сетях:**

https://rcmp.tatarstan.ru/

@iazdorov https://vk.com/club202773375 iazdorovkazan/ГАУЗ «РЦОЗиМП»

ГАУЗ«РЦОЗиМП» https://ok.ru/group/61833883549814

© Фолиант, 2021

Тираж 60 000. Заказ № 85/4-а. Отпечатано ООО «Фолиант»

420111 г. Казань, ул. Профсоюзная, 17в