**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЭТО СЛУЧИЛОСЬ**

Мысль о том, что твой ребёнок употребляет наркотики, вызывает у каждого родителя бурные эмоции. Предполагая данное, родители часто совершают необдуманные действия, которые могут только усугубить ситуацию.

**1. Не поддавайтесь панике.** Остановитесь, обдумайте сложившуюся ситуацию и найдите в себе силы для её решения. Криком, запретами, наказаниями Вы ничего не добьётесь. Не пытайтесь бороться с наркоманией в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны. Если Вы столкнулись с этой бедой, **обязательно нужно обратиться к специалисту.**

**2. Постарайтесь собрать максимум информации** (что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности), о компании, где принимал наркотики, о том, куда можно обратиться.

3. **Работайте только со специалистом**. Ни в коем случае не допускайте самолечения. Организуйте встречу с авторитетными для ребёнка людьми и специалистами. Пусть значимые для него люди расскажут о важности обращения к профессионалам. И помните: с наркоманией не шутят! Грамотное, а главное, эффективное лечение может проводить только квалифицированный специалист в специализированном учреждении.

**4. Начните с себя!** Проведите анализ Ваших семейных отношений. Что произошло в семье, какие были созданы условия, которые повлекли за собой обращение ребёнка к наркотику?

**5. Измените своё отношение к ребёнку**.

Эта ситуация должна заставить Вас осознать, что Ваш ребёнок – уже не малыш. Рядом с Вами взрослый человек, который по самонадеянности и неосознанности столкнулся с серьёзной бедой.

**5. Не поддавайтесь на манипуляции**.

Не реагируйте на уговоры и шантаж. Донесите до ребёнка мысль о том, что Вы действуете так только в целях его безопасности. Напомните ему как он вам дорог, как вы его любите.

6. **Научитесь снова доверять своему ребёнку** после того, как он прекратит приём наркотиков. Не нужно говорить о наркотиках, не стоит о них напоминать.

9. **Помогите ребёнку вернуться к жизни и построить будущее**.

Разговаривайте со своим ребёнком! Ваша поддержка сейчас – лучшая помощь ребёнку.

УМВД России по Забайкальскому краю

**Что делать, если это случилось….**

**Рекомендации для родителей**

**Признаки употребления наркотических средств и психотропных веществ**

**1. Физиологические признаки:**

- бледность кожных покровов;

- расширение или сужение зрачков;

- покрасневшие или мутные глаза;

- замедленная, несвязная речь;

- потеря аппетита или чрезмерное употребление пищи;

- нарушение координации движений.

**2. Поведенческие признаки**:

- частая непредсказуемая смена настроения;

- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;

- уходы из дома, прогулы школы по непонятным причинам;

- прекращение общения с близкими прежде людьми;

- снижение успеваемости в школе;

- постоянные просьбы дать денег;

- пропажа из дома ценных вещей;

- частые телефонные звонки;

- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;

- лживость, изворотливость;

- неопрятный внешний вид;

- проведение большей части времени в компании асоциального типа.

**3.Очевидные признаки:**

- следы от уколов, синяки, порезы;

- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;

- маленькие закопченные ложечки;

- капсулы, пузырьки, жестяные банки;

- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;

- папиросы «Беломор» в пачках из-под сигарет;

- пустые пластиковые бутылки с коричневым налетом.

**ГУЗ «Краевой наркологический диспансер»** занимается лечением от наркотической зависимости.Возможна анонимная консультация и помощь нарколога.

Телефоны: 31-11-82, 31-12-23.

**ГУ Центр диагностики и консультирования «Семья»**

Телефоны: 89144389050, 89143695080.

Если Вам стали известны факты употребления или распространения наркотических средств и психотропных веществ либо информация о лицах, их совершающих, вы можете сообщить:

-**в дежурные части территориальных органов МВД России на районном уровне**:112,102,02;

- **телефон доверия УМВД России по Забайкальскому краю**: 23-55-66.

**Конфиденциальность гарантируется!**