

Памятка для родителей

Что делать, если ребенок употребляет психоактивные вещества?

Уважаемые родители! Что делать, если это произошло — ваш ребенок употребляет наркотики? Соберите максимум информации.

Вот три направления, по которым вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

- всё о приеме наркотиков вашим ребёнком: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности;

- всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;

- всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

Ни в каком случае не ругайте, не угрожайте, не бейте. Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Меньше говорите — больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания "посадить" ребенка, "сдать" его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению.

Не допускайте самолечения. Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.

Если вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет алкоголь, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу. Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные силы, они вам еще пригодятся. Тем более, что выплеском эмоций добиться чего-то будет сложно.

Представьте себе, как вы бы себя вели, заболел ваш ребенок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже.

Если состояние здоровья или поведение ребенка доказывают, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время решительных действий.

Что нужно знать о первой помощи человеку, поражённому наркотиками

Вызовите Скорую помощь по тел. 103, до прибытия постарайтесь соблюдать следующие правила:

1. Поддерживайте человека в спокойном и удобном состоянии.
2. Не оставляйте одного человека, если его тошнит, положить его следует так, чтобы голова была повернута в сторону, а не опрокинута назад, тем самым исключается возможность захлебнуться рвотными массами.
3. Следите за дыханием. Если губы и кончики пальцев начали синеть, значит, дыхание прекращено.
4. Соблюдайте дистанцию. Перед тем, как приблизиться или прикоснуться, объясните, что вы собираетесь делать.
5. Говорите в ясной, успокаивающей манере.
6. Не позволяйте поражённому наркотиками человеку ходить, бегать и вообще двигаться. Прежде всего, не разрешайте ему садиться за руль.
7. Не давайте ничего в рот (пищу, жидкости или лекарства) с целью приведения в чувство (единственное, что может отрезвить человека - это время).
8. Не ставьте человека под холодный душ: шок может привести к потере сознания, падению и увечью.
9. Не принуждайте человека делать что-то без трезвого помощника.
10. Не смейтесь, не насмехайтесь, не вызывайте гнева, спора или угрозы.