

сическим веществам. В рамках профилактики зависимостей следует сформировать у ребёнка правильное представление о дружбе. Слепое подражание и отказ от собственного «Я» ничего общего с дружбой не имеют. Если старшеклассник или лидер употребляет токсические вещества, значит он раб вредных привычек, а также слабый и беспомощный человек, находящийся под маской сильного и крутого парня. Каждый человек, особенно дети и подростки, должны знать, что мужество, сила и характер заключаются в том, чтобы суметь сказать «НЕТ» опасным соблазнам.

Первичную профилактику необходимо начинать на три года раньше возможного возникновения проблемы употребления психоактивных веществ. Средний возраст начала употребления токсических веществ – 11-14 лет, профилактическая работа – с 9 лет. Не стоит надеяться, что ваш дом проблема обязательно обойдёт, ибо она может коснуться каждого...

**Самое главное –  
решать проблемы сразу,  
не откладывая в долгий ящик.**



Тел. 38-05-09, 28-20-45

ТКО

ГБУЗ РМ «Республиканский наркологический диспансер»

Управление Федеральной службы по контролю  
за оборотом наркотиков по Республике Мордовия



**Токсикомания...**  
**Как остановить беду?**  
**(для родителей и педагогов)**

**Токсикомания** – один из самых злокачественных видов наркомании. Это злоупотребление токсическими газообразными веществами, употребляемыми путём вдыхания. По токсичности, с летучими веществами не может сравниться ни один наркотик. Токсикомания у подростков это не самый лучший, но вполне действенный, по их мнению, способ уйти от реальности. Более того, большая часть токсикоманов считает своё увлечение вполне безвредным. Знайте, **токсикомания – это болезнь**, а не проявление безволия. Люди, находящиеся под воздействием летучих токсических веществ часто получают травмы, ожоги, становятся жертвами дорожно-транспортных происшествий. Изменяется поведение, характер, развитие личности останавливается. Появляются проблемы с законом.

**Признаками острой интоксикации** средствами бытовой химии являются покраснение кожных покровов, отёчность лица, затруднённое дыхание через нос. Язык часто обложен желтоватым налётом, глаза блестят, зрачки расширены. Отмечаются нарушения координации движений и дрожание рук. Речь отрывистая, ответы на вопросы обычно короткие. Характерно состояние некоторой оглушённости, несмотря на возможную активность подростка. Настроение может быть как благодушно весёлым, так и злобно-тоскливым. Иногда чувствуется резкий «химический» запах, следы клея на лице, одежде подростка.

#### **Общие признаки употребления токсических летучих веществ:**

- снижение интереса к учёбе, обычным увлечениям
- появляется отчуждённость, эмоционально «холодное» отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость
- возможны эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия
- компания, с которой стал общаться подросток, зачастую состоит из лиц старшего возраста
- наличие специфического химического запаха от одежды и изо рта

- изменение аппетита – от полного отсутствия до резкого усиления, обжорства. Периодически тошнота, рвота.
- неестественно суженные или расширенные зрачки

#### **Последствия употребления:**

- разрушаются клетки головного мозга, что приводит к снижению интеллекта, нарушению внимания, памяти, способности к обучению, слабоумию
- нарушается работа дыхательного центра, отчего развивается удушье, синдром внезапной остановки дыхания
- нарушение сердечного ритма, сердечные боли, остановка сердца
- происходит токсическое поражение тканей печени, поджелудочной железы, селезёнки, почек
- разрушаются ткани костного мозга, что приводит к снижению иммунитета

#### **Беды может не случиться, если:**

- в семейных отношениях есть благополучие и гармония, эмоциональная и духовная близость, а также взаимное уважение
- здоровое и оптимальное воспитание (высокие требования и контроль, при участии эмоциональной поддержки детей родителями и учителями)
- здоровая адаптация ребёнка к условиям школы
- положительные отношения с преподавателями и сверстниками.

В подростковом возрасте особенно велика вероятность вовлечения в разные зависимости, так как для подростков характерны любопытство к неизведанному, повышенная восприимчивость, слабая воля и отсутствие самокритики. Всем детям присуще любопытство, это нормально, но задача родителей в том, чтобы научиться направлять и ограничивать это качество. Нужно привить ребёнку, что риск может быть благородным, если он имеет высокую цель. Ведь никто не станет из любопытства кидаться под машину, или прыгать с крыши небоскрёба, все знают, что это опасно для жизни. Точно такое же отношение должно сформироваться у ребёнка по отношению к ток-