**Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков**

В работе по профилактике важно как можно раньше увидеть первые признаки проблемы употребления наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Некоторые признаки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения у подростка. Тем не менее, должны вызвать тревогу такие изменения в образе жизни, поведении или внешнем виде подростка, как:

- неустойчивость эмоционального состояния, колебания настроения от эмоционального подъема и эйфории до вспышек раздражительности, злобы, агрессии, враждебности без определенной причины;

- состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, снижение реакции, ухудшение памяти и внимания, рассеянность, возросшие тревожность, беспокойство;

- изменения в интеллектуальной сфере: очевидная лживость, изворотливость, цинизм, скрытность и лукавство в поведении, неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;

- неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины;

- изменения, связанные с нарушением режима дня, появление сонливости в дневное время и бессонницы - ночью;

- стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;

- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и преподавателям, неуправляемость;

- необоснованное снижение посещаемости учебного заведения, плохая успеваемость и безразличное отношение к отметкам;

 - сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;

- частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные в данном разделе;

- стремление к уединению и уходам из дома;

- ничем не объяснимое позднее возвращение домой в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного, и последующее за этим трудное пробуждение по утрам;

- изменение внешнего вида, неряшливость, запущенность в одежде, признаки отсутствия должной гигиены;

- общее похудание, сухость, шелушение, дряблость кожи, тусклость и ломкость волос;

- появление общих признаков интоксикации: бледность, землистый цвет или покраснение кожных покровов, маскообразность и одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, покраснения глаз, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность, либо наоборот, оживление мимики, сухость губ или повышенное слюноотделение;

 - неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные, порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя (особенно явное при закрытых глазах);

- малая подвижность, общая расслабленность, стремление к покою, либо напротив, возбуждение, чрезмерная подвижность, энергичность, бесцельные движения, перебирание вещей, неусидчивость (независимо от ситуации);

- нарушения речи: быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, бессвязная, смазанная, невнятная, нечёткая речь;

- тремор (мелкая дрожь) конечностей, частый насморк, хронический кашель;

- нарушения аппетита, постоянная жажда, снижение веса;

- мыслительные процессы замедлены или, наоборот, ускоренный темп мышления;

- погруженность в себя, разговоры с самим собой, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т.п.;

- точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;

- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом необъяснимые большие денежные траты;

- пропажа денег, вещей из дома или в классе (кражи, совершаемые ребенком, являются тревожным сигналом наркотической опасности);

- малопонятные разговоры по телефону, с использованием сленгового жаргона («травка», «колеса», «план», «аптека», «баян», «вата», «закладка», «корабль», «медленные», «кислота», «перец», «соль», «дурь», «фен», «быстрые», «скорость», «спиды», «первый», «чек» и т.п.) и обрывков фраз («мне надо», «как там дела?», «достал?» и т.п.), появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника, обозначающего коноплю);

- обнаружение у подростка следов или предметов, сопутствующих употреблению наркотиков: желтых или коричневых пятен на одежде или теле; порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия), ампул и пузырьков из-под жидких лекарственных форм препаратов; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов; мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков с сильным запахом, странного вида трубок, которые пахнут вовсе не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под синтетического клея, баллончиков для заправки зажигалок и другой тары из-под различных средств бытовой химии;

 - запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т.д.);

- внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки, литературе по фармакологии, действию различных лекарств, стремление завязать знакомство с работниками аптек и учреждений здравоохранения, повышенный интерес к изучению тех или иных лекарственных препаратов в сети Интернет;

- частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления, в том числе позитивное отношение к «легализации» наркотиков в некоторых зарубежных странах.

Любой из перечисленных признаков в отдельности не всегда может достоверно свидетельствовать об употреблении подростков или молодым человеком наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение. В таких случаях родителям необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

По возможности старайтесь чаще беседовать с подростками на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чём бы вы ни говорили с подростками, постарайтесь ненавязчиво **дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности**.

Если есть опасность приобщения подростка к наркотикам, или уже возникли проблемы, связанные с их приемом, необходимо немедленно принять все меры, направленные на предупреждение дальнейшего вовлечения в наркотизацию.

Помогите ему самостоятельно принять решение, убедите совместно обратиться за помощью к специалисту врачу-наркологу!

**Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик в первый раз.**