**Берегите своих детей!**

**Памятка для родителей**

**и педагогов**

***«ОСТОРОЖНО, СНИФФИНГ!»***



**СНИФФИНГ** **– это форма токсикомании,** при которой состояние токсического опьянения достигается в результате вдыхания паров химических соединений используемого в бытовых приборах газа, летучих веществ, которые имеют свободное обращение в гражданском обороте (клей, газ из зажигалки, дезодоранты, освежители воздуха, очистительные жидкости и т.д.)

Наибольшая опасность этих летучих наркотических веществ заключается в том, что они, минуя желудочно-кишечный тракт и печень, где могли бы частично нейтрализоваться, сразу попадают через легкие в кровь и поступают в головной мозг, поэтому опьянение наступает быстрее, чем в случае приёма алкоголя.

**Как родителям распознать, что ребенок или подросток увлекается сниффингом?**

**1.** Ощущается запах вещества от одежды и волос ребенка (если это клей, дезодорант и т.д.).

**2**. Надо обратить внимание на цвет лица: если оно красное, горячее, отёчное, то вполне возможно, что ребенок мог надышаться токсическими веществами.

**3**. После употребления того или иного наркотического вещества у всех людей расширяются зрачки. После газа ребенок, как правило, ведет себя как пьяный, но запаха алкоголя вы не почувствуете.

**4**.Надо обращать внимание на психическое состояние: если ребенок перевозбужден или ведет себя агрессивно, или же наоборот появилась вялость и апатия – это тоже может быть признаком употребления чего-нибудь наркотического. После интоксикации у ребенка может возникнуть охриплость голоса, слабость, тошнота, рвота, головокружение, вплоть до потери сознания.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, если вы подозреваете ребенка или подростка в употреблении токсических веществ?**

**1**.Вы - взрослый человек и при возникновении беды **не имеете права на панику** или истерику. Разберитесь вситуации, ведь бывают случаи, когда ребенок или подросток начинает принимать токсины или наркотики под давлением отрицательной компании или есть другие причины.

**2**.**Сохраните доверие и окажите поддержку**

«Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же

люблю тебя и хочу помочь» - вот основная мысль, которую вы должны донести до ребенка или подростка. Если он признался вам, значит, ищет поддержки.

**3**.**Не занудствуйте.** Бесконечные разговоры о вреде, токсикомании, наркотиках, обвинения абсолютно бесполезны и могут дать только обратный эффект - вызвать интерес.

**4**.Пусть ваш ребёнок будет всегда в поле зрения. **Вы должны быть в курсе**, где он, что делает после школы и каковы его друзья. Поощряйте полезные интересы и увлечения ребенка, приглашайте его друзей к себе домой.

**5.Если у вас появились сомнения** относительно поведения и здоровья своего ребенка, то необходимо уговорить его пойти к врачу наркологу, для проведения полного обследования, сдачи анализов. При необходимости проводить ежемесячный осмотр, консультироваться с психотерапевтом, психологом.

**6.Как только ребенок начал лечиться**, все разговоры о вредных веществах в вашей семье должны быть прекращены, исключая случаи, когда ребенок или подросток сам желает поговорить об этом.

