

**ЗА ЗДОРОВЬЕ
И**



**БЕЗОПАСНОСТЬ
НАШИХ ДЕТЕЙ**

КАК ПОНЯТЬ???

*Что Ваш ребенок
употребляет наркотики:*

Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная речь;
- плохая координация движений;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи.

Поведенческие признаки:

- уходы из дома и прогулы в школе по непонятным причинам;
- снижение успеваемости в школе;
- трудность в сосредоточении, ухудшение памяти;
- частые и неожиданные смены настроения;
- повышенная утомляемость;
- частое вранье, изворотливость, ложь, беспричинные возбуждение и вялость;
- бессонница или сонливость;
- пропажа из дома ценных вещей, денег.

Очевидные признаки:

- следы от уколов, порезы, синяки;
- свернутые в трубочку бумажки;
- капсулы, пузырьки, баночки.

ЧТО ДЕЛАТЬ???

*Если Вы подозреваете, что
Ваш ребенок употребляет наркотики:*

- Не впадайте в панику!
- Понаблюдайте за ним внимательно, не демонстрируя чрезмерного волнения и подозрения!
- Не читайте мораль, ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте его!
- Поддержите Вашего ребенка, проявив понимание и заботу!
- Объясните ребенку всю опасность пути, на который он встал!
- Обсудите вместе планы дальнейших действий!
- Обязательно обратитесь к специалисту!

КАК СЕБЯ ВЕСТИ???

Чтобы помочь ребенку:

- Отношения с ребенком должны строиться на твердых правилах. Он точно должен знать, как Вы отнесетесь к той или иной его выходке или проступку и что предпримете в ответ.
- Вы должны быть исключительно правдивы с ребенком. Если он знает, что ему могут солгать, он не будет ни доверять Вам, ни выполнять Ваши условия.



- Не стоит скрывать правду о том, что Ваш ребенок употребляет наркотики, от родни и друзей. Он может пользоваться их неосведомленностью, чтобы выманивать деньги на наркотики.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ???

- Установите с ребенком доверительные отношения. Разговаривайте с ребенком, обсуждайте его проблемы. Умейте выслушать внимательно.

- Будьте тверды и последовательны в вопросах воспитания.

- Не делайте все за ребенка, поощряйте его инициативу и самостоятельность.

- Оказывайте поддержку. "Мне не нравится то, что ты делаешь, но я люблю тебя и хочу тебе помочь" - основная мысль, которую Вы должны донести до ребенка.

- Подумайте о своем собственном отношении к некоторым вещам (табак, алкоголь). Ведь Вы являетесь примером в поведении ребенка.

- Договоритесь с ребенком, чтобы он Вас информировал, где, как и с кем проводит время. Обговорите время, в которое он должен вернуться домой, требуйте исполнения этого правила.

ЦЕНТРЫ ЗДОРОВЬЯ

**1. Центр здоровья на базе ГУЗ
«Волгоградская областная
клиническая больница №3»**

г. Волгоград, ул. Циолковского, 1
т. (8442) 97-82-06
время работы 8.00-19.00

**2. Центр здоровья на базе ГУЗ
«Волгоградский областной
врачебно-физкультурный
диспансер №1»**

г. Волгоград, ул. Ломакина, 26
т. (8442) 63-42-81
время работы 8.00-19.00

**3. Центр здоровья на базе ГУЗ
«Волгоградский областной
врачебно-физкультурный
диспансер №2»**

г. Волгоград, ул. Быкова, 11
т. (8442) 71-48-88
время работы 8.00-19.00

**Если Вам необходима
психологическая, юридическая,
медицинская помощь,
ОБРАЩАЙТЕСЬ:**

- **ГБУ СО «Волгоградский
областной центр
социальной помощи
семье и детям «Семья»**
400007, г. Волгоград,
ул. Таращанцев, 1 «А»,
тел.: 8 (8442) 76-24-24, 76-07-52
www.telefondoveria.ru
- **УФСКН по Волгоградской области**
400131, г. Волгоград,
ул. Рокоссовского, 1 «К»,
тел.: 8 (8442) 37-36-35
www.34.fskn.gov.ru
- **ГБУЗ «Волгоградский областной
клинический наркологический
диспансер»**
тел.: 8 (8442) 29-28-24
www.narkolog.oblzdrav.ru
- **ГБУЗ «Волгоградская областная
наркологическая больница»**
тел. 8 (8442) 36-82-46
www.narko-hospital.oblzdrav.ru