

Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков

1. Вызвать «Скорую помощь»
2. Повернуть на бок. Очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс.
3. Следить за характером дыхания до прибытия врачей.
4. При частоте дыхательных движений меньше 8-10 в минуту – искусственное дыхание «изо рта в рот»

Научи ребенка говорить «НЕТ!»

1. Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю.
2. Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями.
3. Спасибо, нет. Если выпью (приму наркотик), то потеряю власть над собой.
4. Спасибо, нет. Мне не нравится вкус алкоголя (наркотика).
5. Спасибо, нет. Это не в моём стиле.
6. Спасибо, нет. Мне нужно рано вставать.
7. Спасибо, нет. У тебя нет ничего другого?
8. Спасибо, нет. Я за здоровый образ жизни!

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа имени Н.Р. Ирикова с. Зилаир" муниципального района Зилаирский район Республики Башкортостан



Памятка для родителей
"Защити детей
от наркомании"

2025 год

Наркомания – заболевание, возникающее в результате злоупотребления наркотическими веществами. Это психическая и физическая зависимость от наркотиков. Эта болезнь, которая практически не лечится. Наркоман не может жить без наркотиков. Наркотик становится частью обмена веществ в его организме. Многие переоценивают силу своей воли, думая, что смогут попробовать наркотики, а потом завязать. Но наркотик сильнее человека и забирает его навсегда.

Как Вы можете распознать признаки наркомании у Ваших детей?

Обратите внимание на неожиданные изменения в поведении подростка:

- резкое снижение или повышение активности;
- потеря интереса к учебе, увлечениям, пропуски занятий;
- необъяснимая раздражительность, лживость, рассеянность;
- появление подозрительных приятелей, резкое изменение круга друзей;
- появление скрытости в поведении, отказ сообщать о своем местонахождении;
- позднее возвращение домой в необычном состоянии;
- трудное пробуждение по утрам, невнятная речь;
- потеря аппетита, снижение веса, сонливость.

Помните, что некоторые из перечисленных здесь признаков употребления наркотиков совпадают с типичными особенностями подросткового поведения.

Вас должно насторожить:

- исчезновение денег или ценностей из дома;
- увеличение требуемой суммы денег на карманные расходы;
- наличие у подростка медикаментов, шприцев, ампул, тюбиков из-под клея;
- непривычные запахи, пятна на одежде, следы на теле подростка.

Почему люди принимают наркотики?

Статистика показывает:

- 45% начинают принимать наркотики из любопытства;
- 43% под влиянием друзей;
- 12% из желания убежать от проблем.

Основные причины, приводящие подростка к употреблению наркотиков (кроме генетической предрасположенности и родовой травмы) – **причины, возникшие в результате неблагоприятных семейных отношений:**

- Неадекватная заниженная или завышенная самооценка;
- Отсутствие четкой цели в жизни, отсутствие заботы о себе и о своем здоровье;
- Недостаток любви и поддержки в семье;
- Эмоциональная боль, разочарование в семье от психической (а иногда и физической) травмы, полученной в детстве от родителей;

- Гиперопека со стороны родителей, отсутствие навыков самостоятельного приема решений, повышенная внушаемость;
- Низкая устойчивость к стрессам, неумение справляться с трудностями;
- Неумение получать удовольствие, удовлетворение от повседневной жизни;
- Отсутствие нравственных ценностей, внутреннего стержня.

Если вы хотите, чтобы в поведении молодых что-то изменилось, то прежде всего придется подумать о своем поведении. Сердясь или теряя самообладание во время беседы, вы не достигнете желаемой цели. Важно до начала разговора продумать, в чем проблема, чья это проблема, и какого изменения поведения вы желаете.

Разговор будет легче, если:

- вы дадите понять, что прежде всего заботитесь о здоровье, безопасности и самочувствии ребенка;
- внимательно выслушаете их мнения и аргументы. Молодые не всегда видят проблемы в употреблении наркотиков. Прежде, чем сделать выводы, следует выяснить, что для них значат наркотики;
- вы постараетесь спокойно описать свои чувства - это поможет разъяснить вашу позицию;
- вы говорите с ними, а не о них. Не читайте лекции.