

### **Как вовремя распознать само начало потребления наркотиков:**

- неадекватное настроение;
- немотивированная быстро возникающая веселость, переходящая в вялость (как бы сонливость) и заторможенность;
- обнаружение ребенка в состоянии опьянения, но без запаха алкоголя;
- обнаружение у ребенка психологии употребления наркотиков: "защита" или "оправдание" употребления наркотиков различными "доводами" (примерно так, как алкоголики "защищают" и "оправдывают" свой алкоголизм).

### **Эффекты и последствия употребления курительных смесей:**

- сопровождается кашлем (обжигает слизистую);
- сухость во рту (требуется постоянное употребление жидкости)
- мутный либо покрасневший белок глаз (очень важный признак, наркоманы это знают, поэтому носят с собой «Визин» и другие глазные капли);
- нарушение координации;
- дефект речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки);
- заторможенность мышления (тупит);
- неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании (если сильно обкурился, минут на 20-30);
- бледность;
- учащенный пульс;
- приступы смеха.

### **Главный способ уберечь детей от употребления наркотиков, в частности от курительных смесей, спайсов, это непрерывно воспитывать их в понимании, что:**

- любой наркотик - это яд и вред;
- любое предложение наркотика — это агрессия против тебя, твоего будущего;
- о любом предложении тебе наркотика надо немедленно сказать родителю, учителю, школьному психологу;
- надо иметь навыки твердо и уверенно отказаться от любого предложения наркотика (стоит самим натренировать их у ребенка);
- если наркотик предлагает знакомый или друг, надо попробовать отговорить его от употребления;

Надо проводить беседы со своим ребенком о вреде наркотиков.

**После выявления признаков начала употребления ребенком наркотиков (спайсов) надо тотчас, без гнева и паники честно признать этот факт вместе со специалистами наркологической службы, школьным психологом разработать и реализовать план помощи своему ребенку.**