***Памятка для родителей***

***ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О СПАЙСе,***

**чтобы предупредить его употребление**

**и связанные с ним последствия**

В последнее время появляется большое количество новых синтетических курительных смесей (на слэнге –спайс), поставляемых в продажу в виде с нанесенным химическим веществом и обладающих психоактивным действием, аналогичным действию марихуаны. Они чрезвычайно опасны, так как доступны, просты в употреблении и разрушают психику человека. Распространение осуществляется в основном через Интернет.

***Мы обязаны защитить наших детей!***

***Необходимо знать, что при употреблении спайса наблюдается:***

* действие наркотика может длиться от 20 минут до нескольких часов;
* кашель из-за ожога слизистой;
* сухость во рту, требующей постоянное употребление жидкости;
* мутный либо покрасневший белок глаз;
* нарушение координации;
* заторможенность речи либо словоохотливость;
* заторможенность мышления;
* неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании;
* бледность кожи;
* учащенный пульс;
* резкая смена настроения (от приступов смеха до ярости без видимых причин).

***Основная примета***: подросток начинает пропускать уроки, падает успеваемость, уходит из дома на целый день, сутки, лжет. Появляются друзья, о которых не рассказывает. При разговоре по телефону уходит в другую комнату, или говорит, что наберет позднее. Уходит от контакта с родителями, от любых серьезных разговоров, отключает телефон. При постоянном употреблении курительных смесей становится очевидным снижение умственной способности, появляется неопрятность в одежде, уходе за собой. Постоянно просит деньги, залезает в долги начинает воровать из дома деньги и ценные вещи. Теряет чувство реальности, испытывает навязчивые состояния: тревогу, страх, манию преследования.

***Важно.***
Алкоголь, в том числе и пиво, потенцирует действие наркотика. Часто подростки употребляют алкоголь, чтобы скрыть наркотическое опьянение.

***Из опыта:***

*Ни один из употребляющих курительные смеси не считает себя наркоманом. У него напрочь отсутствует самокритика, у них трудно идет мыслительный процесс, они общаются только с себе подобными, поэтому убеждены, что курят все.*

*В начале употребления хватает одной – двух затяжек. Затем увеличиваются частота употребления и доза. С этого момента развивается психическаяи физическая зависимость и наркоман не может обходиться без смеси и испытывает невероятный дискомфорт и беспокойство, если наркотика нет при себе.*

*Приходят в себя очень долго. Как правило, проходит несколько месяцев, прежде чем начинают адекватно оценивать происходящее.* ***Возможны необратимые последствия употребления курительных смесей!***

***Что нужно делать,***

***если вы обнаружили симптомы употребления спайса:***

1. Не впадайте в отчаяние, не замыкайтесь в себе.
2. Никого не обвиняйте и успокойтесь!
3. Откровенно поговорите с ребенком, будьте готовы к негативным реакциям. Постарайтесь узнать, как долго и что употребляет ваш ребёнок.
4. Поговорите с теми, кто может дать Вам практический совет.
5. Обратитесь к специалистам-наркологам и к тем, кто сталкивался с такими проблемами.

**Не пытайтесь справиться с бедой сами!**

**Куда обратиться:**

* **Амбулаторное детско-подростковое отделение наркологического диспансера: г. Оренбург, ул. Невельская, д. 4 «ж».**

**тел. (3532) 57-24-68;**

* **Круглосуточное стационарное отделение медико-социальной реабилитации для зависимых от ПАВ:**

 **г. Оренбург, ул. Невельская, д. 4 «ж». тел. (3532) 40-46-79;**

* **«Телефон доверия» для зависимых людей и их родственников 8(3532) 57-26-26 –.**

 Материал подготовлен Психологической лабораторией ГБУЗ «ООКНД»