**Подросток под «кайфом». Памятка для встревоженных родителей**

Как действовать родителям, если они заподозрили, что их ребенок начал употреблять наркотические средства, рассказал **главный нарколог Министерства здравоохранения Свердловской области, член Общественного совета при ГУ МВД России по Свердловской области Олег Забродин.**

**– Олег Валентинович, сколько сейчас в Свердловской области наркозависимых?**

– На 1 января 2024 года у нас в области зарегистрировано 6 874 человек с диагнозом «синдром зависимости от наркотических веществ» и 4 269 человек – с эпизодическим употреблением наркотиков. В целом заболеваемость у нас не выше, чем в других регионах, и повторяет тенденции по УрФО и РФ в целом.
Минздрав Свердловской области наряду с другими ведомствами реализует комплекс мероприятий, направленных на улучшение ситуации, связанной с ростом количества смертельных отравлений наркотическими средствами и психотропными веществами. Это заметно отразилось на статистике в сторону улучшения: на 01.01.2024 года было зарегистрировано 525 случаев смертельных отравлений наркотиками, показатель составил 12,8 случаев на 100 тыс. населения, что ниже показателя АППГ на 18,8 % (629 случаев, т.е. 15,2 случаев на 100 тыс. населения). Отравления связаны, как и в прошлые годы, с употреблением таких наркотических средств, как морфин, кодеин, героин, метадон, а также синтетических психостимуляторов.

**- Какие наркотики сейчас наиболее часто встречаются?**

- 10–20 лет назад самым популярным наркотиком был героин, его употребляла молодежь в возрасте 20–30 лет. Времена изменились, сейчас наркоторговцам стало сложнее поставлять героин – его сложно перевозить через границу, вследствие этого стали больше продавать синтетические наркотики.

Продать и купить наркотические вещества стало проще через интернет, поэтому сейчас большой процент наркоманов — это молодые люди 15–20 лет, страдающие зависимостью от синтетических средств, таких как спайсы, соли и т. д. В этом есть большая опасность по нескольким причинам. Во-первых, химические заменители наркотиков обладают колоссальной токсичностью, а во-вторых, люди в молодом возрасте не способны критически воспринимать свои поступки. Зачастую у них не сформирована мотивационная схема, а при употреблении наркотиков мотивация ослабляется. Молодежь — основная мишень наркобизнеса

**- Как действуют наркотики на подростков?**

- Наркотики оказывают мощное влияние на неокрепший детский организм. Страдает не только центральная нервная система, но и организм в целом. У подростков очень быстро формируется психологическая зависимость от всех видов наркотиков – они вовлечены в этот процесс с самого первого момента, затем присоединяется токсический эффект.

У подростка не только все время меняется настроение и взгляд на окружающую действительность. Под действием наркотиков изменяется мотивационная часть личности взрослеющего человека. Кроме того, доказано, что употребление синтетических веществ в течение 1,5–2 лет приводит к слабоумию.

**- Какие признаки употребления наркотиков могут заметить родители?**

- Родители должны обращать внимание на любые изменения в поведении своего ребенка. Нарушается сон – он много спит или, наоборот, не спит. Подросток становится слишком активным или пассивным, равнодушным.  Могут быть беспричинные перепады настроения, ребенок становится лживым, не хочет проводить время с родителями, «выпадает» из семьи. Заметно повышается аппетит, или, напротив, подросток ничего не ест, теряет в весе. Меняется круг друзей, и говорить о новых знакомых подросток отказывается, становится скрытным.

 Если сын или дочь были хорошистами, а стали резко неуспевающими, надо разобраться – почему это произошло. Или ребенок был активным и веселым, а стал замкнутым, перестал делиться своими мыслями, часто проводит время в одиночестве. Самая большая ошибка всех родителей состоит в том, что они это часто списывают на переходный возраст. Конечно, подростковый период является самым критическим в жизни человека, но иногда дело не в переходном возрасте, а в употреблении наркотических средств.

**- Если родители заподозрили, что ребенок стал наркоманом, можно ли воспользоваться экспресс-тестами на содержание в организме наркотиков?**

- Да, такие тесты продаются сейчас в аптеках, они очень удобны в применении. Но надо заранее обговорить такое тестирование с детьми, а не ставить их перед фактом. Иначе может произойти еще большее отдаление друг от друга.

Попробуйте поговорить со своим ребенком и объяснить, что вы ему доверяете, но так как вы переживаете за его здоровье, то периодически будете проводить медицинское тестирование. Можно привести такой пример: директор авиакомпании доверяет своим летчикам, но перед вылетом все пилоты в обязательном порядке проходят медосмотр.

**- Если тест показал положительный результат, то есть обнаружил наркотики, как действовать дальше?**

– Паниковать не стоит, в некоторых случаях результаты теста могут быть ложноположительными. В любом случае надо обратиться за медицинской помощью к врачу-психиатру-наркологу в филиал «Детство» Областной клинической психиатрической больницы на ул. Индустрии, 100а. Там проведут более точные исследования, и если результат подтвердится, то специалисты-наркологи окажут необходимую психологическую и медицинскую помощь. Некоторые родители боятся огласки и не обращаются в официальные учреждения, но хочу отметить, что на учет в наркологическую службу ставят только с согласия родителя или законного представителя ребенка.

Родители также сами могут обратиться за консультацией к психологу кабинета профилактики наркологических расстройств Областной наркологической больницы по адресу: г. Екатеринбург, пр. Ленина, 7 и вместе со специалистом проработать алгоритм действий по отношению к зависимости ребенка.

**– Как предупредить употребление наркотиков у подростков?**

– Самая главная профилактика наркомании – это нормальные доверительные отношения в семье, искренний постоянный интерес к жизни ребенка. Желательны совместные мероприятия, походы в лес, в музеи и театры, ежедневное общение. Родители могут помочь организовать досуг школьника, например, увлечь его спортом на своем личном примере.

Важно интересоваться – чем увлекается ваш ребенок. Если он начал читать литературу, слушать музыку и искусство, где пропагандируют наркотики, надо вовремя среагировать и предложить ему другие направления.

Если подросток знает, что его понимают и любят таким, какой он есть, всегда справедливо отнесутся к его ошибкам, это поможет предотвратить интерес к наркотикам и избежать серьезных проблем в жизни.

**РЕЗУЛЬТАТЫ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

Популярными местами первых проб наркотических веществ, по мнению респондентов, стали следующие места: в гостях у друзей и знакомых, на улице, во дворе, подъезде, а также в развлекательных местах: в клубах и на дискотеках. Наиболее распространенным способом распространения наркотических веществ респонденты назвали интернет и знакомые места распространения наркотических веществ. Самыми распространенными наркотическими веществами являются «трава» и «соль», менее распространенными героин и мефедрон. Мотив выбора именно этих наркотических веществ – легкодоступность и низкая стоимость. Основными причинами употребления для респондентов является: интерес и желание испытать новые ощущения, а также желание поддержать компанию. Первые пробы наркотиков у респондентов происходят совместно с ближайшим окружением, т. е. с друзьями, знакомыми, коллегами по работе, учебе.