

Жизнь без наркотиков
ОСТОРОЖНО - НАРКОТИКИ!

Памятка по профилактике наркомании

Наркомания - опасное заболевание не только для самого человека, но и для общества.

ВАЖНОСТЬ профилактики наркомании крайне важна. Наркоманию легче предупредить, чем потом вылечить. Ведь



лечение наркомании часто безрезультатно. **СЕМЬЯ:** профилактика наркомании должна начинаться с семьи. Важнейшим моментом, по-прежнему, остается пример родителей, в особенности в том, что касается трезвого образа жизни. Важно, чтобы родители понимали, что профилактика наркомании может уберечь их ребенка от наркомании. Профилактика наркомании возможна при наличии открытого общения и доверительных отношений в семье. Если ребенок оступился, что-то сделал неправильно, обычно его накажут, а не помогут разобраться и исправить ошибку. Поэтому профилактика наркомании должна начинаться с уважения к личности ребенка, с открытого общения и взаимопонимания в семье. Тогда будет результат.

ШКОЛА: профилактика наркомании в школе и других учебных заведениях должна быть обязательной. Профилактика должна осуществляться в доступной детям форме, вызывать отклик у подростков и формировать у них однозначную позицию отказа от наркотиков.

Профилактика наркомании, осуществляемая в назидательной и запугивающей манере, вряд ли даст результат. Профилактика должна быть систематической, а не разовой акцией. Она должна носить массовый характер. Успешная профилактика наркомании может быть представлена в виде лекций, плакатов, бесед с подростками.



Советы родителям по снижению риска употребления наркотиков ребенком (подростком).

- 1. Не паникуйте.** Постарайтесь с первых минут стать не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.
- 2. Сохраните доверие.** Не спешите делать выводы. Возможно, для вашего ребёнка это первое и последнее знакомство с наркотиком. Будет лучше, если вы поговорите с ним на равных, обратитесь к взрослой его личности. Возможно, что наркотик для него способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.
- 3. Оказывайте поддержку.** «Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я, всё же люблю, тебя» - вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка
- 4. Обратитесь к специалисту.** Если вы убедились, что подросток не может справиться с зависимостью от наркотика самостоятельно и вы не в силах ему помочь, обратитесь к специалисту.

Не обязательно сразу к наркологу, лучше начать с психолога или психотерапевта. **Наркомания - опасное заболевание не только для самого человека, но и для общества.**



Учебно-консультационный центр
по защите прав потребителей,
гигиенического обучения и воспитания населения
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»
г. Барнаул, ул. Привокзальная.47,
E-mail: uk-centr7@altcge.ru
Телефон: (3852)503032