



Сегодня наркомания поразила все страны мира. По самым приблизительным оценкам специалистов, от 3 до 4% жителей планеты употребляют наркотики. Угрожающими стали последствия наркозависимости, растет число несовершеннолетних наркоманов, женщин. Средний возраст детей- юных наркоманов достиг уже 13-14 лет.

Каждый год 26 июня отмечается Международный день борьбы с наркозависимостью и незаконным оборотом наркотиков, учрежденный Генеральной Ассамблеей ООН на 42-й сессии в 1987 году. Он отмечается в знак выражения своей решимости усиливать деятельность и сотрудничество для достижения цели создания международного общества, свободного от наркомании.

В городе Санкт-Петербург ключевым звеном оказания медицинской помощи при наркологических заболеваниях является СПб ГБУЗ «Городская наркологическая больница» <http://nhosp.ru/>. Наркологическая помощь включает в себя профилактику, диагностику, лечение и медицинскую реабилитацию.

Методы борьбы с наркоманией обязательно должны включать в себя широкое распространение информации о наркотических средствах, возникновении болезненной зависимости от наркотиков и последствий от их употребления. Только так можно уберечь от этой беды подрастающее поколение.

Как и при любой болезни при соблюдении определенных профилактических мер можно уберечь ребенка от употребления табака, алкоголя и наркотиков. Необходимо:

– общаться друг с другом. Родителям необходимо быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.

Как правильно говорить с ребенком о наркотиках?
<http://www.takzdorovo.ru/articles/5067164/>

– выслушивать друг друга. Умение слушать означает: быть внимательным к ребенку, выслушивать его точку зрения, уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним.

– ставить себя на место ребенка.

– проводить время вместе (заниматься вместе спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать совместный досуг: поход в кино, на рыбалку, совместный просмотр телевизионных передач и пр.).

– дружить с его друзьями.

– помнить, что ваш ребенок уникален. Когда ребенок чувствует, что родители радуются его достижениям, повышается уровень его самооценки. А

это, в свою очередь, заставляет заниматься ребенка чем-то более важным и полезным, чем употребление наркотических веществ.

– подавать пример. Употребление родителями так называемых «разрешенных» психоактивных веществ (алкоголь, табак) открывает детям дверь и для «запрещенных».

Как помочь наркозависимому:

Наркомания – серьезная зависимость, которую лучше распознать на ранних стадиях. Однако что делать, если ваш близкий оказался в такой тяжелой ситуации?

С чего начать: для начала необходимо узнать, какие наркотики принимает зависимый. Понимая все признаки, последствия, характеристики и динамику развития наркомании, можно научиться эффективней, реагировать на ее симптомы. Обязательно сходите на консультации к специалистам – помимо необходимой информации, это поможет вам избежать одиночества в борьбе с наркозависимостью, а также вселит уверенность, что в этой борьбе можно победить.

Поговорите с наркозависимым человеком. Борьба с наркоманией ваших близких заключается в том, чтобы оказать им профессиональную медицинскую помощь. Наркозависимость не лечится в домашних условиях. Помогите подвести зависимого к необходимости срочно начать лечение, не откладывая это «на понедельник». Если разговор не идет, и вы чувствуете, что собеседник занял оборонительную позицию, не желая касаться этой темы – оставьте разговор до следующего раза, чтобы не провоцировать отрицательную реакцию. Вместо этого, поговорите с близкими, родственниками о планировании принудительного медицинского вмешательства.

Воздержитесь угрожать, стыдить или читать лекции. Вне зависимости от того, насколько вы близки, зависимость всегда будет сильнее, поэтому слова лишь незначительно влияют на наркомана. Угрозы не приведут к восстановлению, наоборот, только принесут вред. Это не означает, что членам семьи не нужно указывать наркоману на последствия – вы должны пытаться открыть ему глаза на реальность болезни.

К сожалению, лечение от наркомании – долгая и тяжелая борьба и для зависимого, и для его близких.

В Санкт-Петербурге работает Круглосуточный наркологический телефон доверия для взрослых 714-42-10 и для детей и подростков 576-10-10

Так же информацию о вреде наркотиков, мерах профилактики можно найти на сайте МВД: https://мвд.рф/мвд/structure1/Glavnie_upravlenija/gunk/

Будьте здоровы!