**Министерство здравоохранения Республики Беларусь**

**УЗ «Витебский клинический центр психиатрии и наркологии»**

**Подростковое наркологическое отделение**

**Уважаемые родители!**

***Сами ведите здоровый образ жизни***

***Любите своего ребенка и принимайте его таким, какой он есть***

***Не опоздайте! Вовремя предоставьте ребенку всю необходимую информацию***

Про психоактивные вещества (ПАВ) нужно говорить с раннего детства. Для этого нет ограничения в возрастной норме. Поэтому сами старайтесь, как можно больше узнать о ПАВ.

Постарайтесь разобраться в трудной для подростка ситуации, умейте поставить себя на место детей. Часто детям кажется, что с этими проблемами раньше никто не сталкивался.

Не лишайте ребенка собственного мнения, так как часто излишняя жестокость со стороны родителей может вызвать «бойкот», непонимание со стороны детей.

Проявляйте здоровый интерес к тому, в каких компаниях ваши дети проводят время, кто их друзья, чем они занимаются. Активно участвуйте в организации досуга своих детей.

Постарайтесь выработать четкую установку у вашего ребенка, когда ему предлагают попробовать ПАВ:

*Мне это не нужно…*

*Я знаю, что это опасно для меня…*

Если у вас возникли подозрения, что ребенок употребляет ПАВ вы должны обратить внимание на:

*- резкие изменения поведения ребенка (уклончивые ответы по телефону, потеря интереса к старым друзьям, появление в речи новых терминов, неопрятный внешний вид одежды);*

*- ухудшение памяти, внимания и успеваемости в школе;*

*- пропажа из дома денег и ценностей;*

*- лживость, изворотливость, уход от поставленных вопросов;*

*- частая смена настроения;*

*- бледность или покраснение кожных покровов;*

*- расширенные или суженные зрачки;*

*- покрасневшие или мутные глаза;*

*- несвязанная или замедленная речь;*

*- отсутствие аппетита, а иногда и чрезмерное употребление пищи;*

*- нарушение координации движений;*

*- состояние опьянения без запаха алкоголя, или слабый запах летучих растворителей (клей, бензин).*

**Не откладывайте проблемы, не тяните время - только обращение к специалистам поможет Вам сделать правильный выбор в сложившейся ситуации.**

****

**Анонимное консультирование подростков и их родителей**

**по вопросам наркологической помощи**

**68-94-38**