

## **Осторожно – sniffing!**

### **Новый вид токсикомании среди детей и подростков от 7 до 15 лет**

#### **Что важно знать родителям о sniffing.**

##### **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Опасные развлечения в виде вдыхания газа из баллончиков для заправки зажигалок либо газовых баллонов стали довольно распространенными в подростковой среде.

Чаще всего дети дышат газом из баллончиков для заправки зажигалок или из туристских баллончиков. Состав у них примерно одинаковый: бутан, изобутан и пропан в разных пропорциях. Такая летучая смесь сама по себе не является наркотической, либо особо токсичной, но вытесняя кислород при вдыхании смеси, вызывает измененное состояние сознания из-за кислородного голодания головного мозга. Это может вызывать приятные или неприятные ощущения, галлюцинации и т. д., о которых подростки рассказывают друг другу и приобщают этими рассказами более младших сверстников. Даже однократное вдыхание токсичного газа может привести к смерти от удушья, паралича дыхательного центра в мозге, токсического отека головного мозга, закупорки дыхательных путей рвотными массами, отека легких в ответ на проникновение паров газов для зажигалок в бронхи и альвеолы. Пропан, бутан, изобутан при вдыхании способны вызвать аритмию, и остановку сердца. Систематическое кислородное голодание быстро сказывается на работе головного мозга, приводя к необратимому снижению интеллектуальных способностей ребенка и ухудшению памяти и привыканию. Подростки не в состоянии сосредоточиться на уроке, резко отстают по программе, не способны осваивать новый материал. Круг интересов подростка ограничивается единственным стремлением вдохнуть еще раз пары ядов.

Токсикомания – это такое же заболевание, как алкоголизм и наркомания.

У детей оно начинается со злоупотребления каким-нибудь психоактивным веществом: будь то клей, бензин, бытовой газ или что-то другое.

**Sniffing** – это форма токсикомании, при которой состояние токсического опьянения достигается в результате вдыхания паров химических соединений используемого в бытовых приборах газа, летучих веществ, которые имеют свободное обращение в гражданском обороте.

Наибольшая опасность этих летучих наркотических веществ заключается в том, что они, минуя желудочно-кишечный тракт и печень, где могли бы частично нейтрализоваться, сразу попадают через легкие в кровь и с её током поступают в головной мозг, поэтому опьянение наступает быстрее, чем в случае приёма алкоголя. Как и при любом опьянении, сначала страдает кора полушарий головного мозга, затем мозжечок, и в самую последнюю очередь – продолговатый мозг. Если опьянение доходит до продолговатого мозга, это может вызвать остановку дыхания и смерть. Ещё до того, как будет затронут продолговатый мозг, у человека могут начаться тошнота и рвота, но при длительном регулярном злоупотреблении токсическим веществом в больших количествах тошнота и рвота появляются намного позднее.

#### **Как родителям распознать, что ребенок начал дышать газом, клеем ?**

Внимательному родителю это трудно не заметить.

Во-первых, сразу ощущается сильный запах вещества от одежды и волос ребенка (запах клея и т.д.).

Во-вторых, надо обратить внимание на цвет лица: если оно красное, то вполне возможно, что ребенок мог надыхаться.

В-третьих, после употребления того или иного наркотического вещества у всех людей расширяются зрачки. После газа ребенок, как правило, ведет себя как пьяный, но запаха алкоголя вы не почувствуете. Также надо обращать внимание на психическое состояние: если ваш ребенок перевозбужден или ведет себя агрессивно, или же наоборот появилась вялость и апатия – это тоже может быть признаком употребления чего-нибудь наркотического. Помимо этого, после интоксикации у ребенка может возникнуть тошнота, рвота, головокружение, вплоть до потери сознания.

Опознать по внешним признакам, что ребёнок нюхает газ (не в момент опьянения, а чуть позже) очень сложно, так как после употребления смеси газов, не остается запаха, и их действие проходит быстро. Подростки 11-15 лет чаще всего токсикоманят после учебы, прячась в укромные места, или делают это дома, пока родители ещё на работе.

Однако, выявить детей, увлекающихся «газовой токсикоманией», при достаточной вашей внимательности всё-таки можно, и признаки её такие:

- верхняя часть тела, голова обычно горячие на ощупь (прилив крови), лицо отёчное;
- раздражение слизистых верхних дыхательных путей (нос – красный);

- вокруг губ, особенно в уголках рта, отмечается кайма раздражения кожи;
- охриплость голоса;
- слабость, тошнота и рвота;
- грубые расстройства поведения: агрессия, обман и т.д.

Если вы обнаружили дома своего ребёнка потерявшим сознание, а при нём находятся газовый баллончик или зажигалка, то пострадавшего необходимо эвакуировать на свежий воздух, уложить пострадавшего на спину, расстегнуть стягивающую одежду, приподнять ноги, дать понюхать нашатырный спирт; если ребёнок пришел в себя, не давать ему уснуть, напоить его сладким крепким чаем.

Если у вас появились сомнения относительно своего ребенка: вы почувствовали запах от одежды, внешний вид или поведение стали странными, то необходимо уговорить его прийти в наркологический диспансер. Здесь проведут полное обследование, возьмут анализы и определяют психоактивное вещество и его влияние на организм. Если врачам не удастся определить это вещество (оно вывелось из организма), то с согласия родителей могут поставить школьника на учет в группу риска и наблюдать за ним. Будут проводить ежемесячный осмотр, брать анализы, с детьми будет работать психолог.

### **Как обсудить с подростком эту проблему?**

Первым делом, необходимо решиться поговорить с ребенком на эту тему. Но разговор должен вести не только родитель, необходимо, чтобы и подросток высказал свое мнение по этому поводу. Если родитель строго запретит (но не объяснит), то тем самым может вызвать интерес к тому, что запрещено. Начать разговор на данную тему сложно. Нужно не только рассказать об их вреде, но и максимально доходчиво объяснить. Родители должны быть последовательны и разделять общее мнение о вреде курения, алкоголя, наркотических веществ.

Если родитель никак не может начать разговор о сигаретах и алкоголе, лучшим выходом будет случайное упоминание о них. Например, когда по телевизору показывают передачу или фильм, связанный с данными веществами, можно использовать случай и самому все рассказать.

**Независимо от ситуации ведите себя достойно.**

Вы — взрослый человек и при возникновении беды не имеете права на панику или истерику. Разберитесь в ситуации, ведь бывают случаи, когда ребенок начинает принимать токсины или наркотики под давлением, ему угрожать, бить, «поддавливать».

**Сохраните доверие к своему ребенку.**

Если ребенок признался вам, значит, ищет поддержки. Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к крикам, угрозам, запугиванию. Это, скорее всего, оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Найдите в себе силы и постарайтесь в дальнейшем стать своему ребенку союзником, а не врагом.

**Оказывайте поддержку.** «Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же люблю тебя» — вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом. Поощряйте его правильные интересы и увлечения ребенка, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И наконец, помните, что сильнее всего на подростка будет действовать ваш личный пример. Всегда мотивировал его держаться подальше от сигарет, алкоголя и наркотиков.

### **Уважаемые родители!**

Только вы можете спасти своих детей! Задумайтесь, если ваш ребёнок не пьёт и не курит, это не значит, что поводов для беспокойства нет.

Пусть ваш ребёнок будет всегда в поле зрения. Вы должны быть в курсе, где он, что делает после учебы и каковы его друзья.

Объясните опасность газа, покажите видео (в интернете есть), сообщите о смертях. Быть может, это остановит именно вашего ребёнка от предложения «дыхнуть»!

Если вы предполагаете, что ребенок употребляет алкоголь, токсины, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к специалистам.