

SÄG NEJ TILL DROGER

Всім дорослим - Ви можете змінити ситуацію,
в яку потрапила молода людини!

Привіт, важливий дорослий!

Ви знали, що найчастіше підлітки утримуються від вживання тютюну, алкоголю та наркотиків, бо вони не хочуть розчарувати своїх батьків та інших дорослих, які відіграють важливу роль в їх житті?

Якщо ви чітко покажете власне ставлення, шанси того, що ваша дитина навіть не захоче пробувати, зростають. Дослідження свідчать, що підлітки, яким подобається в школі, які відвідують позакласні заходи та мають добрі стосунки з сім'єю, рідше починають вживати тютюн, алкоголь та інші наркотики.

Для снаги батькам та дорослим потрібні мужність і наполегливість, а також знання внутрішнього і зовнішнього світу дітей та підлітків. Не треба думати, що це стосується інших і не торкнеться вашої, тому що це стосується всіх нас.

Ось кілька порад і рекомендацій.

Важливі заходи зі сторони дорослого:

- Розмовляйте з дитиною щодня, будьте допитливими, ставте запитання та слухайте.
- Встановлюйте чіткі межі та перевіряйте. Не пропонуйте і не купуйте алкоголь. Залучіть до розмови старших братів, сестер та друзів.
- Підтримуйте контакт з дитиною у вільний час, вечорами та на вихідних. Познайомтеся з друзями вашої дитини та їх батьками. Разом можна встановити спільні межі.
- Підвозьте, забирайте, будьте на зв'язку, не лягайте спати, поки дитина не повернеться додому.
- Якщо ви відчуваєте занепокоєння - довіртеся своїй інтуїції, дійте і звертайтеся за допомогою при перших ознаках, які потребують уваги.

Алкоголь

Алкоголь - наркотик, з якого більшість дітей та підлітків починали раніше і починають сьогодні. Алкоголь – це отрута, він негативно впливає майже на всі органи людини. Підлітки особливо вразливі до такого впливу, тому що тіло і мозок продовжують розвиватися. Підлітки, які вживають алкоголь, іноді потрапляють в халепу і опиняються в ризикованих ситуаціях. Вони можуть перетворитися в злочинців або стати жертвою злочину. Існує зв'язок між алкоголем та іншими наркотиками. Підлітки, які вживають алкоголь, частіше пробують наркотики в порівнянні з підлітками, які не вживають алкоголь.

Вам відомо, що серед підлітків Лідчепінга, крім алкоголю, тютюну та нікотинових продуктів, найпоширенішим наркотиком є канабіс, наркотичні препарати та закис азоту? Всі вони можуть призвести до підвищеного ризику виникнення психічних і фізичних проблем.

Алкоголь часто з'являється на святах та випускних вечірках. Коли підліток збирається провести вечір в компанії, батькам/опікунам варто залишатися тверезим і бути готовим поїхати за ним.





Наркотики

Наркотики - це заборонені речовини, які завдають шкоди здоров'ю і викликають звикання. Сьогодні наркотики легко доступні, питання більше не в тому, чи зустрінеться ваша дитина з наркотиками, а в тому, коли це трапиться. Наркотики можна знайти в інтернеті та соціальних мережах, вони вживаються усіма суспільними прошарками. Дитина з будь-якої сім'ї може зустрітися з наркотиками і спробувати їх.

Канабіс

Найпоширенішим наркотиком серед молоді є канабіс. Канабіс – це збірний термін, де найпоширенішими сортами є гашиш і марихуана. Багато молодих людей, які курять марихуану, кажуть, що їм це приносить задоволення, вони

відчують радість та веселість, крім того це їх заспокоює та розслабляє. Однак канабіс має і небажані ефекти. Він вражає головний мозок, це може призвести до неухважності та розсіяності. Людині може бути важко пам'ятати недавні події, навчатися. Інші серйозні наслідки можуть виражатися у тривожності, панічних атаках та депресії.

Вживання канабісу може призвести до цілого ряду соціальних наслідків: проблем у школі, зміни кола друзів та конфліктів вдома. Вживання підлітком наркотиків може бути перешкодою при пошуку роботи або отриманні водійських прав.

Багато людей вперше пробують канабіс, перебуваючи у стані алкогольного сп'яніння. Все частіше канабіс вживається разом з трамаadolом, який є наркотичним препаратом. Найпоширеніший спосіб дістати канабіс – через друзів або друзів друзів, іноді на приватних вечірках.

Наркотичні препарати

Ліки, які класифікуються як наркотичні препарати, дозволяється вживати виключно за призначенням лікаря. При неправильному застосуванні таких ліків споживач може зашкодити собі або стати залежним. Заборонено вживати наркотичні препарати, прописані іншій людині.

Наркотичні препарати оп'янюючої дії:

Бензодіазепіни, снодійні або седативні препарати, такі як Ксанакс та Собрил.

Опіоїди, знеболювальні, такі як трамадол і оксиконтин.

Тютюнові та нікотинові вироби

Тютюн видобувається з рослини, яка містить нікотин. Він є токсичним і викликає сильну залежність. Деякі продукти містять нікотин з рослини тютюну, але не ціле листя тютюну. Прикладами тютюнових виробів є тютюнові подушечки (снюс), сигарети та кальян. Прикладами нікотинових продуктів є нікотинові подушечки (білий снюс) та електронні сигарети (вейпи), частота вживання яких різко зросла серед молоді в останні роки.

Тютюнові та нікотинові вироби швидко викликають залежність, якої важко позбутися, крім того між вживанням тютюну та вживанням алкоголю та наркотиків існує тісний зв'язок. Дослідження показують, що ті, хто утримується від тютюну, набагато рідше пробують інші наркотики. Батьківське «ні» має значення.



Закис азоту

Закис азоту використовується у сфері охорони здоров'я, проте у продажу є немедичний закис азоту. На відміну від немедичного закису азоту, закис азоту, який використовується в охороні здоров'я, змішується з киснем. Використання закису азоту для оп'янюючого ефекту може викликати кисневу недостатність, а при повторному застосуванні може призвести, серед іншого, до пошкодження нервів. Немедичний закис азоту можна придбати як в магазинах, так і в інтернеті. Без вікових обмежень - закис азоту не класифікується як наркотик. Закис азоту можна придбати як в маленьких картриджах сріблястого кольору, так і у великих синіх картриджах.

Азартні ігри

Азартні ігри включають все: від лотерейних квитків до гри в онлайн-казино. Згідно із законом у Швеції в азартні ігри можна грати тим, кому вже є 18 років. Залежність від азартних ігор схожа на залежність від алкоголю чи інших наркотиків, оскільки система заохочення мозку працює подібним чином. Ігрова залежність означає виникнення негативних наслідків від азартних ігор для людини: проблеми з грошима, стосунками та здоров'ям.

**Хочете дізнатися
більше про алкоголь,
інші наркотики та
азартні ігри?**



www.drugsmart.se



Зверніть увагу!

Це неправда, що, пропонуючи дітям алкоголь, батьки можуть зменшити загрози, пов'язані з його вживанням. Дослідження свідчать про протилежне: молоді люди, яким батьки пропонують алкоголь, вживають більше алкоголю, ніж ті, хто не отримує алкоголь від батьків. Згідно з опитуваннями більшість молодих людей також вважають неправильним, коли батьки купують алкоголь своїм дітям.



Батькам іноді важко зрозуміти, чи вживає підліток канабіс. Втома, байдужість, почервоніння очей, тяга до солодкого та перепади настрою можуть бути ознаками того, що ваша дитина вживає наркотики, проте це також може означати, що ваша дитина просто підліток!



Сприйняття ризиків, пов'язаних з вживанням різних препаратів, змінилося в негативну сторону. Сьогодні все менше молодих людей вірять, що вживання алкоголю, тютюну чи наркотиків пов'язано з ризиками. Тому ми повинні підвищувати обізнаність про ризики та шкідливі наслідки вживання алкоголю, наркотиків, допінгу, тютюнових та нікотинових виробів та азартних ігор.



Тривожною тенденцією є продаж та розповсюдження наркотиків в інтернеті та соціальних мережах. Цікавтеся та зрозумійте, як працюють і використовуються різні соціальні мережі.



Ви можете повідомити поліцію, зберігаючи повну анонімність!

Вам відомо, чи вашій дитині приходять повідомлення про продаж наркотиків, на що дитина витрачає гроші?

Обмежений доступ до алкоголю та наркотиків

Потрібно, щоб більше людей дізналося, як просто залишити анонімну інформацію, – перейдіть до polisen.se, у верхній частині стартової сторінки ви побачите посилання. Розповідайте, як просто це робиться, іншим дітям, батькам, дорослим, наприклад, працівникам шкіл або молодіжних центрів дозвілля. Таким чином ще більше людей зможуть допомогти поліції вилучити наркотики зі шкіл та інших місць перебування молоді.



Якщо ви хвилюєтеся або у вас є інформація, ви можете повідомити поліцію, це можна зробити анонімно через службу прийняття інформації на polisen.se

Схованки – як їх знайти

Сигаретні пачки – поширене місце для приховування косяків та інших препаратів. Ще однією схованкою є пакети з жуйкою – багато людей жують жуйку або використовують парфуми, щоб приховати запах. Існує чіткий зв'язок між вживанням



канабісу та курінням сигарет – якщо утримати підлітка від куріння, шанси на те, що він не буде вживати канабіс, зростають.

Папір для самокруток дуже поширений серед молоді, яка курить канабіс. Папір для самокруток в кишенях майже завжди означає вживання канабісу.



Поліція все частіше знаходить трамадол. Порожні упаковки знаходять постійно, це означає, що молоді люди вживають трамадол.



Так званий млинок використовується для подрібнення канабісу перед скручуванням косяка. Відкривши його, можна знайти сліди марихуани - зеленого сорту канабісу.

Цифрові ваги для зважування наркотиків



зазвичай вказують на те, що людина продає наркотики. На вагах часто залишаються сліди наркотиків. Такі люди зазвичай мають при собі багато готівки. Незважаючи

на те, що значна частина продається через Swish, продавець хоче мати готівку.



Дилери користуються простими моделями телефонів - це також може бути ознакою того, що людина почала продавати наркотики.



Маленькі червоні пакетики в кишенях часто містять залишки наркотиків.

Недокурений косяк часто ховають в сигаретних пакетах.



НІКОЛИ НЕ ПІЗНО ЗВЕРНУТИСЯ

за допомогою

Якщо ви підозрюєте, що ваша дитина почала вживати тютюн, алкоголь, інші наркотики або має проблеми з азартними іграми – знайдіть в собі хоробрість поставити питання та звернутися за допомогою. Причина, яка викликає занепокоєння, має другорядне значення - найважливіше діяти. Покажіть, що вам не байдуже, будьте наполегливими і не здавайтеся. Припинити вживати наркотики набагато легше на ранніх стадіях залежності. Поговоріть зі школою та іншими закладами, які відвідує підліток. Ніколи не пізно звернутися за допомогою. **Ви не самі!**

Ви можете отримати більше інформації тут

Консультаційні центри
Соціальні послуги
Вчителі та медичний кабінет
Секретарі на місцях
Джерело – Батьківська
підтримка
Молодіжна приймальня

Відскануйте QR-код, щоб перейти
на www.lidkoping.se/nejtilldroger



Або зателефонуйте до Контактного
центру 0510-77 00 00

SÄG NEJ TILL DROGER

Ця брошура розроблена у співпраці між муніципалітетом Лідчепінг та поліцією у Вестра Скарборг.



У вас є інформація? Допоможи собі і друзів!

Поділіться інформацією через анонімну форму в інтернеті.
Ця інформація допомагає поліції запобігати злочинності та боротися з нею.

У співпраці між:

