

Szanowni Państwo

Rodzice i Opiekunowie Dzieci i Młodzieży

W czasie wakacji młodzież narażona jest na kontakt z różnego typu używkami, w tym nowymi narkotykami tzw. dopalaczami. Badania wśród uczniów pokazują, że co dziesiąty nastolatek próbował dopalaczy – czyli substancji psychoaktywnych o nieprzewidywalnym składzie chemicznym, zagrażającym zdrowiu i życiu.

To może dotyczyć też Twojego dziecka, dlatego apelujemy o zwrócenie uwagi na SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE MOGĄCE WSKAZYWAĆ NA ZAŻYWANIE SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH:

pojawienie się wśród rzeczy dziecka nowych przedmiotów i produktów mogących służyć do przyjmowania substancji psychoaktywnych np. fifki, zapalniczki, łyżeczki, bibułki, kawałki okopconej folii aluminiowej, igły i strzykawki, waciki, paczuszki w foliowych opakowaniach, kleje, tabletki, proszek, sproszkowane zioła, bryłki itp.

zmiany psychiczne oraz zamiana dotychczasowych zachowań i zwyczajów:

- stany nietrzeźwości,
- osłabienie lub utrata zainteresowań, zaburzenia snu,
- wahania nastroju (drażliwość, płaczliwość itp.),
- zmienna mowa (powolna, zamazana lub przyśpieszona), trudności w koncentracji uwagi,
- zachowania i reakcje nieadekwatne do sytuacji,
- chwiejny, powolny chód lub pobudzenie ruchowe,
- zastyganie w nienaturalnych pozycjach,
- gorsze wyniki uczenia się czy w pracy,
- wagarowanie, opuszczanie pracy,

zmiana dotychczasowych znajomych, poszukiwanie nowych grup i aktywności, w których obecne są narkotyki np. dyskoteki, zloty, festiwale muzyczne itp., rozluźnienie więzi z rodziną, zakłócanie porządku publicznego, zmiany w wyglądzie, sprawianie wrażenia osoby chorej np. przeziębionej, kaszlącej, stany euforii i zmęczenia, zmiana nawyków żywieniowych, zmiany skórne np. miejsca po wkłuciach do naczyń żylnych, zadrapania, ślady po oparzeniach papierosami, przebarwienia palców, „szkliste oczy”, źrenice zwężone, rozszerzone, nieruchome, słodki zapach z ust.

RODZICU PAMIĘTAJ!

Przyczyny zażywania dopalaczy podawane przez młodych ludzi to: chęć upodobnienia się do grupy, zaspokojenie ciekawości, dla rozrywki czy z powodu

nudy. Dlatego dobre relacje w rodzinie, jasno wytyczony system wartości, życzliwość i akceptacja, codzienny kontakt, rozmowy i zainteresowanie sprawami Twojego dziecka pomogą uchronić je przed kontaktem z narkotykami.

Gdzie szukać pomocy:

Masz wątpliwości czy Twoje dziecko zażywa niebezpieczne i nieznane substancje? Chcesz dowiedzieć się więcej na temat skutków zażywania dopalaczy? Chcesz wiedzieć więcej na temat możliwości leczenia i terapii? Gdzie uzyskać pomoc i wsparcie?

Poniżej znajduje się lista numerów telefonów, gdzie każdy może uzyskać pomoc.

800 060 800 – Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego

801 199 990 – Telefon Zaufania Narkomania

801 889 880 – Telefon Zaufania Uzależnienia behawioralne

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

800 12 12 12 – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

116 111 – Telefon Zaufania dla dzieci i młodzieży