



ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ (КАК ОГРАДИТЬ РЕБЕНКА?)



ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ЗНАКОМСТВА ПОДРОСТКА С НАРКОТИКАМИ



Изменения настроения:

- немотивированная смена настроения;
- апатия;
- внезапные приступы агрессивности.



Изменения во внешнем виде:

- бледная кожа, синие круги под глазами, часто выступающий пот;
- неестественно расширенные или суженные зрачки;
- расчесы на коже.



Изменения поведения:

- продолжительный сон;
- приступы сильного голода;
- изменение круга общения: отказ от прежних друзей, появление новых приятелей, избегающих контактов с взрослыми членами семьи;
- изменение сферы интересов. Прежние увлечения теряют свою привлекательность. Подросток без предупреждения исчезает из дома, пропускает школу, бросает секцию или кружок.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ ТРЕВОЖНЫЕ ПРИЗНАКИ?

Спокойно и доброжелательно поговорите с подростком. Объясните ему, что именно вас тревожит, попросите объяснить происходящее.

Если опасения остаются, обратитесь за помощью в подростковый наркологический кабинет. Там можно получить профессиональную консультацию, сделать анализ. Такая помощь может быть оказана анонимно.

МЕЖДУ ПРОЧИМ

Около 60 % родителей узнают о том, что их дети употребляют наркотики тогда, когда подростку требуется медицинская помощь. Родители признаются, что уже давно замечали неладное, однако сама мысль о том, что в их семье случилась беда, приводила их в ужас, и поэтому взрослые сами для себя старались придумывать более или менее правдоподобные объяснения происходящего.

ГАУЗ «Детская городская поликлиника №2»

Медицинский психолог Сафиуллина Гузель Замилевна

Кабинет 227 (прием по записи в регистратуре по средам с 13:00)

Пн., Пт. 8-12

Вт., Чт. 14-18

Ср. – день выходов в учебные заведения (профилактические мероприятия)

Тел. для смс 8 953 481 37 01

Вейп – новая форма обмана!

Электронные сигареты и вейпы позиционируются производителями как «безопасная альтернатива курению», однако этот маркетинговый ход по созданию позитивного образа сомнительного товара – манипуляция потенциальными потребителями.



Большинство устройств для «парения» являются электронными средствами доставки никотина. Эти устройства генерируют пар, содержащий никотин, пропиленгликоль, глицерин, ароматические и вкусовые добавки. Нередко в составе вейпов заявлено об отсутствии никотина, но это не равносильно отсутствию вреда здоровью от их курения («парения»). Никотин – далеко не единственное вещество, которое представляет опасность.

Действие электронных средств доставки никотина. Аэрозоль, вдыхаемый потребителем, вне зависимости от содержания в нем никотина, образуется из раствора пропиленгликоля и глицерина, в который добавляют ароматизаторы: ментол, кофе, фрукты, сладости, алкоголь и другие. Микрочастицы этих химических веществ быстро достигают легочных альвеол, поступают в артериальную кровь и разносятся кровотоком по всем органам, нарушая их нормальную работу.

Производители заявляют, что ароматизаторы являются натуральными, разрешенными к употреблению человеком. Однако разрешены они к употреблению с пищей, а их действие на организм при вдыхании разогретых паров приводит к поражению слизистой оболочки носоглотки, гортани, трахеи, развитию хронического воспаления верхних и нижних дыхательных путей, острым аллергическим реакциям.

«Парение» в подростковом возрасте повышает риск развития бронхиальной обструкции – патологического состояния, при котором воздух не может поступать в достаточном количестве, что провоцирует приступ удушья.

Никотин оказывает токсическое действие на центральную нервную систему, сердце, сосуды, органы пищеварения.

При «парении» формируется поведенческий стереотип курения, зависимость от электронных средств доставки никотина. Повторное использование никотинсодержащих вейпов и электронных сигарет приводит к психическим и поведенческим расстройствам, связанным с потреблением психоактивных веществ.



Вейп не исключает пассивное курение. При «парении» в окружающем воздухе накапливаются токсичные вещества, многие из которых оказывают канцерогенное действие на организм человека, т.е. способны вызывать рак.

Что происходит с организмом?

Вдыхание разогретых паров, содержащих множество вредных химических элементов, приводит к хроническому раздражению дыхательных путей, нарушению нежной структуры легочной ткани. В дальнейшем это неминуемо приводит к развитию хронической обструктивной болезни легких – прогрессирующего неизлечимого заболевания с формированием хронической сердечной недостаточности. Парение вейпов сопровождается снижением местного и общего иммунитета курильщиков, поэтому они часто страдают вирусными и бактериальными респираторными заболеваниями.

Парение, также как и курение, является фактором риска развития онкологических заболеваний, в первую очередь страдает полость рта, дыхательные пути, легкие.

«Парение» во время беременности влечет разрушительные последствия как для плода, так и для беременной женщины.

Электронные средства доставки никотина несут скрытую опасность внезапного взрыва при нарушении их обычной работы. Об этом свидетельствуют многочисленные публикации в СМИ. Взорвавшийся в руках курильщика прибор становится причиной ожогов и травм лица, верхней половины туловища, рук потребителей и окружающих людей, несет риск возникновения пожаров.



В случае никотинового отравления, травм и ожогов лица и тела, острой аллергической реакции – безотлагательный вызов скорой медицинской помощи

Только врач может определить тактику при отравлениях, аллергиях, травмах и ожогах!

Правовое регулирование электронных средств доставки никотина

Использование электронных средств доставки никотина регулируется ФЗ-15 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака», на них распространяются запреты и ограничения как и на другую табачную продукцию: продажа запрещена несовершеннолетним лицам, запрещено использование на отдельных территориях, в помещениях и на объектах.

а еще не всегда понимает, что агрессивное поведение в интернете наносит вред в реальной жизни, причем не только жертве, но и тем, кто травит или является свидетелем.

Как защититься от кибербуллинга?

Подумай, прежде чем что-либо размещать в интернете: фотографии, видео и другие материалы могут стать общедоступными и быть использованы против тебя. Хочешь ли ты, чтобы твоё фото, видео о тебе увидели через 10 лет? Помни о своей репутации.

Остерегайся сообщать привлекательную для мошенников информацию о своей семье: данные о родителях и близких, сведения о финансах, материальных ценностях, паролях, номерах банковских счетов и т.п.

Если ты не будешь делать что-то в реальной жизни, не стоит это делать в онлайн. Когда ты грубишь, сплетничаешь, угрожаешь в интернете, ты провоцируешь других на такое же поведение.

Попробуй оставаться вежливым или просто промолчать. Тебе станет приятнее. Негативные эмоции проговори с близкими тебе людьми или другим безопасным способом, кроме интернета.

Помни о том, что не все говорят о себе правду в интернете. Критически относись к информации, распознавай попытки злоупотребления неопытностью и доверчивостью, попытки вовлечения в сомнительную деятельность.

Веб-камеру включай только при общении с теми, кого ты хорошо знаешь: нечестные люди могут использовать увиденное в своих целях.



- Ограничь доступ к своему компьютеру и другим средствами интернет-связи: от твоего имени смогут действовать недоброжелатели.
- Сообщи родителям о любых угрозах или тревогах, связанных с интернетом.
- Сохраняй подтверждение ситуаций нападения, травли, агрессивных воздействий в твой адрес. Блокируй агрессоров.
- Никогда не встречайся лично и в одиночку с незнакомцами из сети.

Психологическая поддержка молодёжи (14-35 лет):

Очно

МБУ «Центр психологической помощи детям и молодёжи «Диалог»
(бесплатно, анонимно)
58-36-78

Получите психологическую поддержку по телефонам доверия:

Заочно

Программа «Травма Net»
8 (495) 916-30-00

Линия помощи «Дети онлайн»
8 (800) 250-00-15

Федеральный детский телефон доверия (для детей и их родителей)
8 (800) 200-01-22

МБУ «Центр экстренной психологической помощи по телефону детей и молодёжи «Молодёжный телефон доверия»
(круглосуточно, бесплатно, анонимно)
на русском языке **52-96-96**
на татарском языке **52-55-52**



МЕЖДЕПАРТАМЕНТАЛЬНЫЙ КОМИТЕТ
ПРАВ ДЕТЕЙ



ДИАЛОГ
ДЕТЕМ

#КИБЕРБУЛЛИНГ



Травля в интернете (или кибербуллинг) — это целенаправленное и систематическое агрессивное поведение по отношению к человеку в Сети.

Но кибербуллинг — это не только прямые оскорбления в интернете.

Травля может принимать разные формы.

Подумай, встречалось ли тебе что-то подобное.

Подчеркни один из четырех вариантов ответа.

Исключение, т. е. бойкот. Жертву намеренно не допускают к играм, встречам или другим совместным занятиям, разговорам онлайн. Демонстративно удаляют или не предлагают вступить в важные чаты.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Фрейнинг: хейтеры получают контроль над учетной записью подростка в социальных сетях и публикуют нежелательный контент от его имени.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Домогательство (киберсталкинг): человеку постоянно отправляют оскорбительные или угрожающие сообщения лично либо от имени группы. В некоторых случаях киберсталкинг может сопровождаться преследованием вне Сети и даже физическим насилием.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали



Хейписловинг: жертве причиняют физическое насилие и снимают это на мобильный телефон, а потом выкладывают в интернет.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Тролинг: унижение и провокация при помощи некорректной лексики и оскорблений на интернет-форумах и в социальных сетях.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали



Посмотри восемь реальных историй от подростков о травле в интернете. Узнай, с какой ситуацией столкнулись парни и девушки и что помогло им справиться с проблемой. Тексты читают популярные блогеры, музыкант, киберспортсмен и др.

Диссинг: хейтер публикует порочащую (компрометирующую) информацию о жертве, чтобы испортить ее репутацию или навредить ее отношениям с другими людьми.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Аутинг: намеренное разглашение личной информации подростка без его согласия, чтобы унижить. Даже чтение сохраненных сообщений на телефоне подростка можно считать аутингом.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Груминг: ситуация, когда взрослый человек представляется доброжелательным ровесником, чтобы втереться в доверие к подростку и стать его другом. Жертва делится с таким «другом» очень личной информацией, которая впоследствии может стать поводом для шантажа.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Кетфининг: создание фальшивых профилей жертвы в социальных сетях на основе украденных фотографий и других личных данных. Это делается для личной выгоды или причинения физического, психологического вреда.

Сталкивались Участвовали
 Видели/слышали Не знали

Несмотря на то, что кибербуллинг происходит в интернете, он имеет вполне реальные последствия и влияет на жизнь каждого участника.

Неудивительно, что травмы от оскорбительных сообщений сравнивают с реальными травмами: синяками, разбитым носом, сломанным пальцем.

Почему так много людей ведет себя агрессивно в Сети?

- Хотят показать, что они сильнее.
- Пытаются самоутвердиться за чужой счет.
- Таким образом скрывают собственные страхи.
- Из-за скуки.
- Хотят отомстить за обиду.
- Считают, что это весело ...

Причин для существования кибербуллинга немало.

Объединяет их то, что зачастую хейтар:

- хочет выделиться, но не знает, как это сделать;
- не понимает чужие эмоции, собственные для него тоже загадка;
- не умеет справляться со своими чувствами и эмоциями;



Синдром – форма токсикомании

СИНДРОМ – форма токсикомании, характерное выделение ярких химических соединений (бутил, метулакс и прочие), используемых в бытовых приборах (например, в газовых зажигалках), иногда других летучих веществ бытовой химии.

Синдром представляет угрозу для жизни, здоровья и безопасности детей и подростков, приводит к необратимым изменениям во всех системах и органах человека, вызывает психофизиологическую зависимость от экзогенного вещества.



Отравляющее действие токсических веществ!

Летучие химические вещества очень токсичны. Гип, используемый в бытовых зажигалках, оказывает на человека отравляющее действие; приводит к острому отравлению, поражению внутренних органов, может стать причиной внезапной смерти.

Что происходит с организмом?

Опасность летучих токсических веществ заключается в том, что они попадают в легкие, в затем в кровь, вызывая жгуче-раздражающий эффект и нечист, где может бы частично нейтрализоваться. С током крови токсические вещества поступают в головной мозг.

При этом газ накапливается из легких в мозг, развивается кислородное голодание, которое имеет за собой гемокризулизм, мозговые отеки. Чем сильнее интоксикация организма, тем сильнее интеллект: гингивит, галлюцинации, потеря сознания, рвота.

Прямое токсическое действие на центральную нервную систему приводит к нарушению координирующей роли структур головного мозга, нарушению двигательного и сенсорно-интеллектуального центров, развитию мозжечкового кризиса и др.

Выделение паров бытовой химии приводит к хроническим головным болям, нарушению внимания, памяти, мышления. Развиваются депрессивные состояния с выраженной апатией и раздражительностью. Происходит остановка физического и психического развития, в дальнейшем – полная дегенерация личности. Стремительно утрачивается способность к обучению, снижается интеллект, развивается крайнее социальное одиночество. Формируется тяжелая токсическая зависимость.

Страдает физическое здоровье: появляются мышечный тремор, потливость, похолодание, нарушения сердечно-сосудистой деятельности, развивается хроническое заболевание органов дыхания, нарушаются функции почек и печени.

СИНДРОМ ВЫЗЫВАЕТ ЗАВИСИМОСТЬ!



Выявление признаков синдрома

- в легких запах: бензолацетон, ацетон, диметилацетон;
- отечность лица, покраснение глаз;
- раздражение и покраснение области рта, носа, слизистых верхних дыхательных путей;
- онемение языка, кашель;
- слабость, головная боль, тошнота и рвота;
- потеря прежних интересов;
- атрофия круга общения;
- нарушения высших корковых функций (память, мышление, интеллект);
- расстройства поведения: лживость, скрытность, прогулы;
- эмоциональные расстройства: агрессивность, раздражительность, конфликтность.

Первая помощь при отравлении

Человек, находящийся в состоянии интоксикации, представляет угрозу для себя и окружающих.

Состояние отравившегося летучими органическими веществами может сопровождаться острым мозговым кровоизлиянием или двигательной гипервозбудимостью, галлюцинациями, нарушением сознания, ориентировки во времени, месте и пространстве. Нарушается координация движений, утрачивается возможность целенаправленных действий.

Поэтому важно обеспечить человека, находящегося в состоянии отравившегося: убрать источник и удалить предметы, обеспечить покой и свободный доступ свежего воздуха!



Необходима безотлагательная помощь
старшей медсестры поликлиники

Только врач может определить тактику
при отравлении токсическими веществами!

Никотинсодержащая продукция – новая форма обмана!

Никотинсодержащая продукция – агрессивно навязываемый новый вид потребления бездымных форм табака или синтетического никотина. Это может быть сосательные формы табака (снос) или никотиновые «паки» без табака, жевательные никотиновые «конфеты».

Зачастую, всю эту продукцию называют «сносом», однако это только сосательная форма табака, розничная и оптовая продажа которого запрещена Федеральным законом 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Сосательный табак представляет собой паки (пакетики), содержащие синтетический никотин, ароматизаторы и вспомогательные вещества, зачастую представляющие угрозу для здоровья человека (например, свинец).



Продажа «сносов» ориентирована в первую очередь на детей и молодежь: стильная упаковка, ароматизаторы и вкусовые добавки, которые маскируют неприятный вкус и запах сырья, надпись «не содержит табак», направленная на манипуляцию сознанием подростка, не обладающим в силу своего возраста достаточными знаниями о вреде никотина, убеждающая в «безвредности данной продукции».

Однако действующим веществом сноса, как и в табачных изделиях, является никотин. Лабораторные исследования указывают на многократное превышение в сносе предельно допустимой дозы нико-

тина, содержащейся в одной сигарете. Концентрация никотина в 1 паке может соответствовать 30 одновременно выкуренным сигаретам. Дозозависимое токсическое действие никотина даже при однократном применении может представлять угрозу жизни и здоровью человека.

Действие никотинсодержащей продукции. Всасывание никотина начинается практически сразу через слизистую оболочку полости рта. Поступление токсических веществ в кровь продолжается в течение всего времени рассасывания или жевания никотинсодержащей продукции. С повышением концентрации никотина в крови усиливается его токсическое действие, прежде всего на центральную нервную систему, сердце, сосуды, органы пищеварения.

Что происходит с организмом?

Клиническая картина отравления никотином проявляется с первых минут после поступления в организм, появляются признаки нарушения нервной системы: повышенная возбудимость, тремор, сердцебиение, потливость, бледность кожных покровов, увеличение частоты дыхательных движений.

Дальнейшее поступление никотина приводит к нарастанию симптомов отравления: появляются тошнота, рвота, головокружение, головная боль. Нарастают признаки нарушения сознания – от легкого оглушения до полной потери ориентации во времени, месте и пространстве. Усиливается тахикардия, возможны сердечные аритмии, одышка, судорожные подергивания, вплоть до судорожного припадка.



Лабораторные исследования показали, что в случае внутрижелудочного поступления никотина (т.е. проглатывания) гибель животного наступает через 2-4 минуты.

Повторное потребление никотинсодержащей продукции вызывает хроническое отравление организма. Никотин является фактором риска, способствующим развитию онкологических заболеваний, приводит к снижению врожденного и приобретенного иммунитета.

Курение и употребление другой никотинсодержащей продукции во время беременности влечет разрушительные последствия как для плода, так и для беременной женщины.

Никотин имеет высокий аддитивный потенциал (вызывает зависимость). Его аддитивный потенциал превосходит другие психоактивные вещества, на фоне повторного потребления никотина быстро развивается психическая и физическая зависимость.



Первая помощь пострадавшему

При отравлении никотином необходимо обеспечить свободный доступ кислорода: расстегнуть или снять тесную одежду, открыть окно, обеспечить приток свежего воздуха. Возможно потребуется промывание желудка или искусственный вызов рвоты.



В случае никотинового отравления детей и подростков – безотлагательный вызов скорой медицинской помощи

Только врач может определить тактику при тяжелом отравлении никотином.