

Что важно знать родителям о курительных смесях?

Сегодня на многих сайтах можно увидеть рекламу волшебного травяного сбора для курения – спайс. Продавцы обещают повышенную работоспособность, легкость во всем теле, хорошее настроение и многое другое. К сожалению, они умалчивают об одном важном обстоятельстве – эта травяная смесь является одним из самых опасных курительных наркотиков.

Что же представляет собой так называемый «Spice»?

Продажа смесей Spice осуществлялась в странах Европы с 2006 года (по некоторым данным — с 2004) под видом благовоний преимущественно через интернет-магазины. Первые упоминания о курительных смесях в России появились в 2007 году.

«Спайс» – один из брендов синтетических курительных смесей, поставляемых в продажу в виде травы, имеет несколько вариантов, различающихся по силе действия. Обладает психоактивным действием, схожим с эффектом каннабиса (конопли). Кроме того, существуют аналогичные смеси, продаваемые под брендами K2, LegalBuds, YucatanFire, Smoke, Skunk, Sence и Genie, Соль для ванн, Благовония, Специи, Цветы.

Подобные травяные смеси содержат от 10 до 60 растительных компонентов иногда экзотических, а иногда совсем обыкновенных, вроде белой кувшинки или алтея. Некоторые из этих растений содержат биологически активные вещества, которые могут обладать определенным психоактивным действием, например так называемые энтеогены – растения, способные изменять сознание. Но основное действие на психику человека и формирование зависимости обусловлено не растительными компонентами, а синтетическими веществами различной химической природы, близкими к тетрагидроканнабинолу - ТГК (основному действующему веществу каннабиса), так называемыми синтетическими каннабиноидами. К январю 2014 в странах Европы проводится мониторинг 105 синтетических каннабиноидов.

Комбинации действующих веществ в разных видах смесей и сила воздействия различаются, но в любом случае значительно, в 10 раз, превышают действие ТГК.

Как распознать?

1. Форма продажи.

Смеси расфасованы в пакеты размером приблизительно 5 на 7 см, содержащие по 3 г смеси; в обертках от сигарет, в пакетиках для бижутерии, в спичечных коробках.

2. Внешний вид смеси.

Смесь трав, горошины мелкого душистого перца, мелкая «стружка» красного цвета. Запах травы. При курении издает неприятный синтетический запах.

3. Способы употребления.

Употребляется путем курения с использованием кальяна, бонга, курительных трубок, сигарет, пластиковых бутылок 0,5л. (фольга на горлышке и небольшое отверстие у дна) или просто пипеток (стеклянная часть, спаенная с частью пластикового футляра).

3. Как хранится у потребителей.

Часто хранится под видом лекарственных смесей в картонных коробках – «грудной сбор» и т.п.

Как выглядит опьянение курительными смесями?

Психоактивный эффект при курении возникает гораздо быстрее, чем при курении марихуаны, практически мгновенно. Все спайсы так или иначе являются модификаторами сознания и обладают не только наркотическим, но и токсическим эффектом.

- Со стороны психики:

- отрешенность от внешнего мира, контакт затруднен, речь непоследовательная, невнятная,
- общая заторможенность, вялость, сонливость, замкнутость, молчаливость,
- трудность управления своим телом
- выраженное чувство страха, споявлением чувства ужаса на лице,
- панические атаки и даже кратковременные потери сознания,
- на лице выражение недоумения, растерянность, улыбка, сменяющаяся страхом,
- периодически выкрикивают какие-то повторяющиеся слова.
- крайняя неустойчивость настроения, дикий плач, рыдания
- по поведению и высказываниям прослеживается бредовая настроенность,
- периодически возбуждение в пределах постели!!!

- со стороны органов и систем:

- мышечный тонус снижен, слабость.
- выраженная сухость во рту,
- расширенный зрачок, красные, «стеклянные», темные глаза
- судорожные подергивания - либо бледность, либо покраснение кожных покровов(50/50)
- озноб
- выраженное сердцебиение, учащение дыхания
- потливость
- гипотония
- повышение температуры тела
- может быть тошнота, рвота- нарушение координации, «валится, ноги не держат»
- проблемы смочеиспусканием

Эффекты опьянения сохраняются около 6 часов, иногда частично проявляются и на следующий день.

По данным специалистов у всех пациентов после употребления курительных смесей в течение нескольких месяцев сформировалась выраженная психическая зависимость в виде навязчивых мыслей и снов о наркотике, неодолимом влечении к ежедневному употреблению, утратой количественного контроля. В ситуации лишения наркотика отмечалось значительное снижение настроения со склонностью к гневливости, агрессивности.

Осложнения при передозировке:

- возбуждение,
- эпилептические припадки,
- нередко психотические расстройства («спайсофрения») – неприятные галлюцинации,
- резкое повышение артериального давления,
- суицидные мысли.

Большинство врачей сходятся во мнении, что передозировка СК более опасна, чем высокие дозы препаратов марихуаны. Имеются сообщения об одном случае развития острой почечной недостаточности и двух случаях ишемического инсульта у здоровых субъектов после передозировки синтетических каннабиноидов.

Как влияет курение на поведение ребенка?

- появляются конфликтность, раздражительность,
- закрытость,
- перепады настроения,
- снижение успеваемости,
- прогулы в школе,
- сужение круга интересов,
- апатия,
- отсутствие планов на будущее,
- проблемы с законом.

В настоящее время синтетические каннабиноиды, являющиеся действующими веществами спайсов, запрещены в России и большинстве стран мира, включая США и страны Европейского союза.

Что делать, если ребенок употребляет курительные смеси?

- при подозрении на опьянение курительными смесями необходимо срочно вызвать скорую медицинскую помощь в целях избегания последствий тяжелых осложнений,
- после выхода из состояния опьянения как можно быстрее обратиться к специалистам наркологической службы (психиатру наркологу, психологу), которые помогут разобраться с тем, что происходит с ребенком, определить тяжесть расстройства и пути выхода из сложившейся ситуации.

Для педагогов:

Что делать при подозрении на опьянение курительными смесями?

- срочно вызвать скорую медицинскую помощь в целях избегания последствий тяжелых осложнений,
- срочно вызвать родителей и рассказать о своих подозрениях,
- после выхода из состояния опьянения мотивировать родителей и подростка как можно быстрее обратиться к специалистам наркологической службы (психиатру наркологу, психологу), которые помогут разобраться с тем, что происходит с ребенком, определить тяжесть расстройства и пути выхода из сложившейся ситуации.

Общие рекомендации для родителей и педагогов по профилактике употребления ПАВ среди детей и подростков:

Постарайтесь быть более внимательными к своему ребёнку, проявляйте больше любви, тепла и ласки, чаще говорите ему, что вы любите и скучаете без него.

1. Помните о том, что у вашего ребёнка тоже есть свои проблемы. Дайте ему возможность выговориться, обсудить вместе с вами то, что его тревожит и огорчает. Каждый день выделяйте время для беседы с ребёнком, чтобы он мог рассказать вам о том, что произошло за день. Спокойно обсудите с ним сложные конфликтные ситуации, объясните, как надо поступать в том или ином случае, помогите понять причины поступков других людей.
2. Заведите традицию беседовать с ребёнком перед сном. Когда малыш уже в постели, присядьте рядом, погладьте его по голове, возьмите его ладошки в свои руки и спокойно поговорите о чём-то приятном. Вспомните, например, летний отдых в деревне: теплое летнее солнышко, смешного поросенка и т.д.
3. Никогда не высказывайте в присутствии ребёнка-дошкольника своих опасений относительно начала его обучения в школе, не пугайте школой. Ваша тревога и опасения обязательно передадутся ребёнку, послужат причиной формирования «школьной тревожности» – устойчивого состояния тревоги и страха в отношении всего, что связано со школой и учением.
4. Не срывайтесь и не кричите на ребёнка. Даже если он совершил что-то, на ваш взгляд, ужасное, держите себя в руках, старайтесь говорить ровным, спокойным голосом. Дети, чьи родители постоянно кричат и ругаются, перестают их слышать.
5. Пересмотрите свои требования к ребёнку, всегда ли они обоснованы, не слишком ли много вы хотите от него? Полезно вспомнить себя в этом возрасте и «пропустить» требования к своему ребёнку через собственные детские переживания. Только при этом постарайтесь быть объективными. Взрослым свойственно идеализировать своё прошлое!
6. Большое значение для лечения и профилактики неврозов имеет правильный режим ребёнка.
7. Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, а не ребенком в целом.
8. Можно осуждать действия ребенка, а не его чувства. Раз они (чувства) возникли, значит, для этого есть основания.
9. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастает в неприятие его.
10. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи. Своим невмешательством Вы говорите ему: "С тобой все в порядке! Ты справишься!".
11. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.
12. Личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается по собственному желанию и с интересом.
13. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.
14. Позволяйте Вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться "сознательным".
15. Активно слушайте ребенка ("возвращайте" ему в беседе то, что он Вам поведал, при этом обозначив его чувство).
16. Если ребенок своим поведением вызвал у Вас отрицательные переживания, обязательно скажите ему об этом.
17. Когда Вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о СЕБЕ и о СВОЕМ переживании, а не о ребенке и его поведении (Я не люблю, когда дети неаккуратны, МНЕ стыдно от взглядов соседней...).
18. Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Посмотрите, что Вы можете изменить в окружающей обстановке.
19. Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка (снизьте уровень "родительских амбиций").
20. Правила (ограничения, запреты) должны быть в жизни каждого ребенка.
21. Правил (ограничений, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.
22. Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с основными потребностями ребенка.

23. Тон, в котором сообщается запрет, должен быть дружелюбно-разъяснительным, а не повелительным.
24. Лучше наказывать ребенка, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.
25. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания. Ребенок постоянно ищет его и даже борется за него.

Причины непонимания детей и родителей

Большинство проблем поведения детей и их взаимоотношения со взрослыми разрешимы, если удастся найти подходящий стиль общения в семье.

Как общаться с ребенком?

Правильное общение родителей с детьми помогает повысить уверенность ребенка, его чувство собственного достоинства. В любом возрасте дети должны чувствовать уверенность в том, что они могут рассказать родителям обо всем, что происходит в их жизни. Как достичь этого?

- Принимайте ребенка таким, какой он есть. Любить детей нужно не из-за внешних или внутренних качеств, а за то, что они есть. Не бойтесь говорить ребенку, что он вам дорог и важен.
- Не стройте общение только из рассказа о чем-либо или поучении. Общение – это умение выслушать мнение ребенка, понять его эмоциональное состояние. Если Вы чем-то заняты и не можете выслушать ребенка, не делайте вид, что слушаете его. Скажите, что заняты, что поговорите с ним позже.
- Общаясь с ребенком, старайтесь не прерывать его, сохраняйте зрительный контакт, используйте язык жестов, улыбайтесь.