

Подростки, употребляющие алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества

Что такое подростковое употребление психоактивных веществ?

Многие подростки пробуют алкоголь, табак или наркотики. Некоторые подростки пробуют эти вещества всего несколько раз и останавливаются. Другие не могут контролировать свои влечения или тягу к ним. Это расстройство, связанное с употреблением психоактивных веществ. Расстройство, связанное с употреблением психоактивных веществ, от умеренного до тяжелого иногда называют зависимостью.

Подростки могут пробовать ряд веществ, включая сигареты, алкоголь, бытовую химию (ингалянты), лекарства, отпускаемые по рецепту и без рецепта, а также запрещенные наркотики. Подростки употребляют алкоголь больше, чем любое другое вещество.

Почему подростки употребляют наркотики и алкоголь?

- Они хотят соответствовать друзьям или определенным группам.
- Им нравится, как это заставляет их чувствовать.
- Они считают, что это делает их более взрослыми.
- Подростки склонны пробовать новое и рисковать, поэтому они могут принимать наркотики или употреблять алкоголь, потому что это кажется захватывающим.
- Подростки, члены семьи которых имеют проблемы с алкоголем или другими наркотиками, с большей вероятностью будут иметь серьезные проблемы с употреблением психоактивных веществ. Кроме того, большему риску подвержены подростки, которые чувствуют, что они не связаны со своими родителями и не ценят их.
- Подростки с низкой самооценкой или проблемами эмоционального или психического здоровья, такими как депрессия, также подвергаются повышенному риску.

Какие проблемы может вызвать употребление психоактивных веществ подростками?

1. Употребление психоактивных веществ может привести к серьезным проблемам, таким как плохая успеваемость, потеря друзей, проблемы дома и длительные проблемы с законом.
2. Употребление алкоголя и наркотиков — основная причина смерти или травм подростков, связанных с автокатастрофами, самоубийствами, насилием и утоплением.
3. Употребление психоактивных веществ может повысить риск беременности и инфекций, передаваемых половым путем (ИППП), включая ВИЧ, из-за

незащищенного секса. Даже случайное употребление алкоголя подростком увеличивает риск будущих проблем с алкоголем и наркотиками.

Даже случайное употребление некоторых лекарств может вызвать серьезные проблемы со здоровьем, такие как передозировка или повреждение мозга. Многие запрещенные наркотики сегодня производятся в домашних лабораториях, поэтому они могут сильно различаться по силе. Эти препараты также могут содержать бактерии, опасные химические вещества и другие небезопасные вещества.

Каковы признаки употребления психоактивных веществ?

Важно знать признаки того, что ваш подросток может употреблять алкоголь, наркотики или другие вещества. Некоторые из признаков включают:

- Красные глаза и жалобы на здоровье, например, чрезмерная усталость. Если ваш подросток часто пользуется безрецептурными глазными каплями, возможно, он пытается скрыть покраснение глаз, вызванное курением марихуаны.
- Меньший интерес к школе, снижение успеваемости и пропуск уроков или школы.
- Новые друзья, которые мало интересуются своей семьей или школьными занятиями.
- Пропитанные химикатами тряпки или бумаги, которые могут означать, что ваш подросток вдыхает пары. Другими признаками этого являются пятна краски или других пятен на одежде, руках или лице вашего подростка.

Что делать, если вы узнали, что ваш ребенок употребляет алкоголь, табак или наркотики?

Если ваш подросток употребляет алкоголь, табак или наркотики, отнеситесь к этому серьезно. Одна из самых важных вещей, которую вы можете сделать, — это открыто поговорить с подростком о проблеме. Убедите его или ее сделать то же самое. Старайтесь не использовать резких, осуждающих слов. Оказывайте в это время максимальную поддержку.

В большинстве случаев враждебная, злая встреча лицом к лицу отталкивает вашего подростка от семьи. Если вы не знаете, что делать или чувствуете дискомфорт, обратитесь за помощью к педиатру, психологу или психиатру.

Тип лечения, в котором нуждается ваш подросток, зависит от уровня употребления психоактивных веществ. Например, если ваш подросток пробовал наркотики или алкоголь всего несколько раз, откровенный разговор с ним или с ней о проблеме может быть всем, что вам нужно сделать. Но если у вашего подростка есть расстройство, связанное с употреблением психоактивных веществ, то ему или ей необходимо обратиться к врачу, психологу или обоим. Если ваш подросток физически зависим от наркотиков или алкоголя, ему или ей может потребоваться курс детоксикации или лечение, в котором это вещество заменяется лекарствами. Медицина работает лучше всего, если она сочетается с индивидуальным консультированием, семейным консультированием или и тем, и другим.

После лечения часто происходит возврат к употреблению психоактивных веществ, называемый рецидивом. Это не неудача со стороны вашего подростка или программы лечения. Выздоровление от расстройства, связанного с употреблением психоактивных веществ, сложно и требует времени. Знайте, что могут быть неудачи, которые вашему подростку придется преодолевать по шагам.

Можно ли предотвратить употребление подростками психоактивных веществ?

Чтобы предотвратить употребление психоактивных веществ:

- Как можно раньше поговорите со своим ребенком о том, чего вы ожидаете от его и поведения по отношению к алкоголю, табаку и другим наркотикам. Если ваш подросток думает, что вы разрешите употребление психоактивных веществ, он с большей вероятностью попробуют наркотики, алкоголь и другие психоактивные вещества.
- Займите подростка интересными занятиями, например, спортом, церковными программами или другими занятиями.

Ожидайте, что ваш подросток будет соблюдать правила домашнего хозяйства. Установите разумные последствия для поведения, которое необходимо изменить, и последовательно устраняйте их.

Продолжайте разговаривать со своим подростком. Хвалите своего подростка даже за мелочи, которые он или она делает хорошо.

Знайте друзей своего ребенка. Наличие друзей, которые избегают сигарет, алкоголя и наркотиков, может быть лучшей защитой вашего подростка от употребления психоактивных веществ.