

Дети, алкоголь и наркотики

Введение

Дети пьют алкогольные напитки и употребляют наркотики – это факт. Пока не в массовом порядке, но активно и повсеместно: пьяные подростки есть и в провинциальных поселках, и в сверкающих мегаполисах. Социальный статус не принципиален: «под градусом» или «наркотой» попадают дети как из социально неблагополучных, так и из хороших, обеспеченных семей. Причины разные: плохое воспитание, подростковый нигилизм, желание попробовать «запретный плод», стремление быть «не хуже других» или похвастаться своей «крутизной» и пр. Последствия известны – проблемы со здоровьем, полицией, плохая учеба, отсутствие жизненных устремлений, скандалы дома и т.п. Далее – кому как повезет: одного успеют вылечить от алкоголизма и наркомании (затратив массу денег и времени), другой попадет в колонию за пьяную драку, третий совершит суицид из-за похмельной депрессии и т.д. Вывод прост: проблему легче предупредить, чем бороться с ее последствиями. Каждый педагог и родитель должен уметь защитить своих детей от алкоголизма и наркомании. О том, что для этого нужно сделать, вы узнаете после изучения данного курса.

Почему дети пьют или употребляют наркотики.

Чтобы бороться с явлением, необходимо уяснить породившие его причины. В этом случае можно будет своевременно предпринимать превентивные меры для защиты детей от пьянства и наркотиков.

«Семейные традиции».

Большинство употребляющих алкоголь детей впервые попробовали его в кругу семьи. Полбокала шампанского на Новый год или стакан пива за ужином – такие «невинные» на первый взгляд дозы алкоголя становятся первой ступенькой на пути к алкоголизму. Ситуация усугубляется тем, что дети не видят в этом ничего предосудительного, что логично: если уж родители наливают спиртное – значит, это как минимум не вредно. Потом бесполезно доказывать, что «можно только чуть-чуть дома, а с друзьями или в гостях – ни-ни», ибо «ящик Пандоры» уже открыт. Можно не сомневаться, что в дальнейшем ребенок будет пробовать спиртное при каждом удобном случае. Возможно, он не будет искать его специально – но и отказываться от предложений не станет. Плохо не только предлагать детям спиртное, но и употреблять его на их глазах – даже в малых количествах. Например, если у вас есть желание употребить субботним вечером одну-две рюмки спиртного, что в принципе немного для взрослого человека – делайте это так, чтобы дети не видели. Они еще не понимают, что такое много или мало алкоголя: они просто видят, что отец или мать его употребляют, поэтому делают вывод, что пить – это хорошо.

Стадный инстинкт.

В подростковом возрасте зависимость детей от мнения сверстников возрастает в геометрической прогрессии. Поэтому часто вредные привычки детей обусловлены не только плохим воспитанием и негативным примером родителей, но и стремлением показаться «крутым» в кругу друзей или как минимум быть не хуже всех. И здесь многое зависит от того, какой пример подадут местные «авторитеты». Это может быть курение, употребление спиртного или наркотиков, развязное поведение и т.п. Есть и другие примеры: в некоторых

подростковых компаниях крутым и модным считается быть физически сильным, владеть приемами единоборств, знать секреты интернета, разбираться в современной музыке и т.п. К сожалению, таких положительных примеров немного, и в большинстве случаев именно плохое поведение становится объектом для подражания. Борьба с этим сложно по двум причинам: во-первых, мнение друзей для подростка всегда важнее мнения родителей, во-вторых – ситуация может проясниться лишь тогда, когда ребенок уже успел пристраститься к алкоголю или наркотикам (тем более что в юном возрасте привыкание происходит очень быстро). Дети любознательны и живо интересуются

Нездоровое любопытство.

Дети любознательны и живо интересуются всем новым. Во многих случаях алкогольная или наркотическая зависимость появляется как следствие невинного желания «попробовать что-то новое». Нескольких таких «проб» бывает достаточно для того, чтобы спиртное или наркотики полностью парализовали волю ребенка, а также его способность критически рассуждать и принимать правильные решения. Нездоровое любопытство может быть спровоцировано семейным застольем, уговорами сверстников, плохим или веселым настроением, проблемами в учебе или в отношениях с друзьями, несчастной влюбленностью и пр. Поэтому родителям и педагогам следует с повышенным вниманием относиться к перемене настроения, интересов, мировоззрений подрастающих детей: даже незначительное с взрослой точки зрения событие для ребенка может стать тем последним аргументом в пользу того, чтобы попробовать спиртное или наркотик. Часто поводом для употребления являются уговоры друзей, основанные на популярной у подростков теории, что «в этой жизни надо всё попробовать». Далее приводятся такие доводы, что «от одного раза ничего плохого не будет», что «если не понравится – в дальнейшем можно от этого отказаться» и т.п. Следует учитывать, что в подростковых компаниях первая рюмка спиртного или доза наркотика новичкам обычно предлагаются бесплатно.

Стремление попробовать «запретный плод».

Не стоит ежедневно по несколько раз пугать детей «страшилками» о вреде алкоголя и наркотиков. Слишком частое муссирование данной темы неизбежно вызовет нездоровый интерес. Рано или поздно ребенок задастся вопросами: что же это за штука такая, которую всё время запрещают? Почему именно нельзя? Действительно ли это так ужасно, как говорят родители и педагоги? Неприемлемость употребления алкоголя и наркотиков должна являться естественной частью бытия. Единственно верный вариант, когда ребенок воспринимает недопустимость этого как нечто само собой разумеющееся – по аналогии с тем, как он понимает, например, неприличность появления на улице в раздетом виде. Иначе говоря, чрезмерное акцентирование внимания на данной теме может иметь обратный эффект и спровоцировать внезапное желание попробовать «запретный плод».

Пропаганда спиртного на телевидении и в обществе.

Печальный, но бесспорный факт: дети постоянно являются свидетелями распития спиртного или последствий пьянства. Даже в непьющих семьях оградить ребенка от этого невозможно: на улицах регулярно встречаются подвыпившие граждане, а по телевизору практически в любой момент можно увидеть сцены распития алкоголя (причем даже по общедоступным федеральным каналам). Это одна из серьезных причин, побуждающих детей попробовать спиртное. Повсеместная пропаганда и присутствие алкоголя приводят к тому, что Новый год у многих юных россиян ассоциируется в первую очередь не с Дедом Морозом и Снегурочкой, а с бокалом шампанского в руках пап и мам и веселым хмельным застольем. Остальные праздники вызывают аналогичные ассоциации, поскольку, даже если семья непьющая, всегда можно увидеть «хорошо отдохнувших» граждан во дворе или услышать их пьяное пение из соседних квартир. Получили широкую известность рассказы воспитателей о том, что дети дошкольного возраста во время игр часто имитируют хмельные застолья взрослых, включая

чоканье игрушечными чашечками, произношение тостов и копирование поведения пьяных родственников. Есть мнение, что по степени пропаганды пьянства на первом месте ст намного более безопасными для подрастающего поколения. Практически ни один модный сериал не обходится без сцен употребления алкоголя. Причем для детско-подростковой психики опасность представляют сцены не только традиционного пьянства, но и так называемого «культурного распития» – например, когда две приличные девушки беседуют в кафе за бутылкой вина. В последнем случае у ребенка подсознательно формируется мнение о том, что пить спиртное – это хорошо и является нормой жизни. Стоит телевидение. Прочие средства массовой информации, включая интернет, с этой точки зрения являются

Обилие и доступность алкоголя

Ассортименту алкогольных напитков могут позавидовать большинство других товарных позиций. И в маленьких магазинах, и в гипермаркетах представлена внушительная номенклатура спиртного любой крепости и вкуса. При этом покупка алкоголя не представляет для подростков никакой сложности. Во многих случаях его продавцы не интересуются возрастом юных покупателей. При наличии непредвиденных «осложнений» подростки обращаются за помощью к старшим, совершеннолетним, товарищам или просто к первому встречному взрослому. Но самое плохое даже не это, а то, что витрины с алкоголем занимают внушительную часть торговых площадей и бросаются в глаза. Даже если ребенок зашел в гипермаркет за мороженым – ему с высокой долей вероятности придется пройти между длинных рядов со сверкающими бутылками спиртного. При этом ему регулярно доводится слышать, что «пиво слабое и поэтому безвредное», «красное вино рекомендуют даже врачи», «водка – лучшее лекарство» и т.п. Поэтому даже если у ребенка изначально не было никаких мыслей относительно употребления алкоголя, то они неизбежно появятся по причине его обилия и доступности.

Как узнать, что ребенок зависим от алкоголя или наркотиков ?

Если родители более-менее следят за своими детьми – заметить факт употребления ребенком алкоголя или наркотиков несложно. Что касается учителей, социальных педагогов и других специалистов, работающих с подрастающим поколением, то здесь ситуация может стать очевидной не сразу, поскольку дети находятся у них на глазах сравнительно недолго. В любом случае – чем раньше заметить неладное, тем больше шансов вовремя излечить ребенка от наркотической или алкогольной зависимости.

Игнорирование ранее значимых событий

Один из основных тревожных симптомов зависимости – когда ребенок перестает интересоваться тем, что ранее было для него важным. Например, парень не пропускал ни одного матча любимой футбольной команды – и вдруг перестал не только ходить на стадион, но и интересоваться счетом. Девочка увлекалась современной музыкой и модными тенденциями – но внезапно эти темы стали ей безразличны, а другого хобби не появилось. Ребенок часто перестает интересоваться также прочими событиями и обстоятельствами, которые в обычной ситуации обязательно вызвали бы у него ту или иную реакцию. Он может забыть поздравить родителей или лучшего друга с днем рождения, пропустить интересное и заранее запланированное мероприятие, безразлично отнестись к долгожданной встрече с приехавшими издали родственниками, забросить учебу и тренировки и т.п. Подобные ситуации – явный симптом того, что ребенок находится в беде и нуждается в безотлагательной помощи.

Смена ближайшего окружения.

Перемены в характере и интересах могут автоматически повлечь появление нового окружения и утрату прежних дружеских связей. В таких ситуациях крайне важно присмотреться, с кем ребенок общается и с кем он прекратил поддерживать отношения. Ситуацию отследить сложнее, если алкогольно-наркотические «опыты» начались с участием старых друзей. Но часто смена окружения является естественной, поскольку ребенку становится неинтересно с прежними знакомыми: его привлекает общество тех, кто способен составить компанию в распитии спиртного или помочь с приобретением очередной наркотической дозы. Утрата интереса является обоюдной: дети, избежавшие соблазна алкоголем и наркотиками, обычно перестают общаться с менее удачливыми товарищами.

Негативные изменения в характере.

Ребенок, впавший в зависимость от наркотиков или алкоголя, резко меняется в характере, причем в худшую сторону. Даже мелкие замечания вызывают у него резкое неприятие, невинные просьбы или легкая критика способны спровоцировать немотивированную и неадекватную агрессию. Еще один тревожный симптом – беспричинная скрытность. Дружелюбный и доверчивый ранее ребенок может полностью замкнуться в себе, не идти на контакт, избегать общения не только с родственниками, но и с друзьями. Последний фактор является особенно настораживающим, поскольку если проблемы с родителями и педагогами в подростковом возрасте – обычное явление, то беспричинное игнорирование друзей – это уже явное свидетельство нестандартной и опасной ситуации. Среди прочих тревожных симптомов следует выделить: неряшливость и небрежность в быту, особенно если ранее этого не наблюдалось; несоблюдение правил личной гигиены; несвойственная ребенку лень и апатия, а также тревожность; неустойчивость настроения (беспричинная веселость может резко сменяться депрессией, и наоборот); лживость, причем она часто является непоследовательной и эмоциональной; безразличие к собственному внешнему виду. В целом следует понимать, что любые несвойственные для ребенка негативные изменения в характере могут являться следствием появления у него наркотической или алкогольной зависимости.

Особые симптомы, свидетельствующие о наркотической зависимости.

Если ребенок употребляет наркотики, об этом можно догадаться по некоторым специфическим признакам, которые могут отсутствовать при алкогольной зависимости. К ним относятся: покраснение или бледность кожи; постоянные навязчивые и необоснованные просьбы дать денег; проблемы с координацией движений, дрожь в руках; круги под глазами, ускоренная или замедленная речь, бессвязные фразы; потеря аппетита, сонливость, возбудимость и враждебность; сужение или расширение зрачков, мутные или покрасневшие глаза. При появлении подобных симптомов следует немедленно показать ребенка врачу (это может быть нарколог, педиатр, психолог или иной специалист – в зависимости от ситуации и состояния ребенка).

Влияние алкоголя и наркотиков на детский организм.

Причины алкогольно-наркотической зависимости у детей

Стремительность привыкания и пагубность разрушительного воздействия на детский организм объясняются не только психологическими, но также биохимическими и биологическими причинами. Мозговая ткань у подростков значительно богаче водой и беднее белком, чем у взрослого человека. Особенностью алкоголя является его хорошая растворимость в воде, а спирт быстро всасывается организмом подростка. ВНИМАНИЕ Только 7% алкоголя, попавшего в детский организм, выводится из него с помощью печени, легких и почек. Оставшиеся 93% окисляются и действуют как яд. Он накапливается в жировых тканях и при любых физических нагрузках проникает обратно в кровь, вызывая сильное и практически непреодолимое желание принять алкоголь или наркотик. В результате спирт и

наркотические вещества принимают активное участие во всех биологических процессах, протекающих в организме ребенка. После того как они «прописались» в его организме (для этого достаточно одной или нескольких доз – в зависимости от возраста, массы тела, психофизических особенностей и прочих нюансов), ребенок испытывает в них потребность не только на эмоционально психологическом, но и на биохимическом уровне.

Отсутствие ставших привычными компонентов (спирт, наркотические вещества) приводит к ухудшению самочувствия, депрессиям, угнетенному психическому и физическому состоянию. У наркоманов широко известным явлением является так называемая «ломка», когда из-за отсутствия очередной дозы человека начинает «ломать» от болей. Ребенок, впавший в зависимость от алкоголя и наркотиков, и не имеющий возможности выпить, уколоться или понюхать очередную порцию, теряет способность к адекватному и критическому восприятию информации. В результате он способен совершать любые, в том числе противоправные, поступки ради получения денег на приобретение алкоголя или наркотиков. Причем тяжесть последствий от таких деяний зачастую абсолютно несопоставима с изначальной целью. Например, подросток-наркоман может украсть или отнять дорогостоящий iPhone и обменять его на бутылку водки или порцию наркотика

Воздействие алкоголя и наркотиков на детский организм

В детском возрасте наиболее разрушительному воздействию со стороны алкоголя и наркотиков подвергается печень, поскольку данный орган в этом время либо формируется, либо только что сформировался. Токсическое поражение клеток печени неизбежно приводит к: серьезным проблемам с углеводным и белковым обменом; нарушению ферментов и синтеза витаминов; необратимым процессам разрушения печени. Кроме этого, наркотики и алкоголь оказывают негативное влияние и на другие жизненно важные органы ребенка. Их употребление приводит: к повреждению эндокринной и нервной систем; к проблемам с кроветворными органами, а также желудком, сердцем и легкими; к нарушению функции почек. Фактически подросток, часто употребляющий наркотики и алкоголь, постоянно находится в состоянии отравления. Воздействие спиртного, спайсов и прочих наркотических веществ беспрерывно угнетает и тормозит развитие всех жизненно важных органов. При этом наблюдается следующая тенденция: чем моложе организм, тем более губительным для него является воздействие алкоголя. Наркотическая или алкогольная зависимость является одной из основных причин смертности среди детей и подростков. В частности, распространенной проблемой является так называемая похмельная депрессия, приводящая к мыслям о суициде. Многие проблемы со здоровьем, ставшие следствием алкогольно-наркотической зависимости в детском и юношеском возрасте, являются необратимыми. Они не только остаются с человеком на всю жизнь, но и способны ее значительно сократить

Особенности и последствия подростковой алкогольно-наркотической зависимости

У детей и подростков стремительно (намного быстрее, чем у взрослых) наступает деградация. Такие дети быстро тупеют, их интеллект значительно отстает не только от среднего уровня сверстников, но и от самых щадящих норм. Нарушается память, утрачивается способность к критическому и аналитическому мышлению, поведение приобретает ярко выраженный инстинктивный характер. Ребенок становится безразличным ко всему, кроме наркотиков или спиртного (по аналогии с алкоголиками, находящимися на третьей стадии). У многих алко- и наркозависимых подростков развиваются малокровие, гастрит, болезни внутренних органов, серьезные эндокринные нарушения. На любой стадии наркотической или алкогольной зависимости у ребенка прогноз является неблагоприятным. Подростки крайне трудно поддаются лечению, в большинстве случаев стараются избежать его любыми способами и игнорировать предписания врачей, не считая себя больными. Они погибают чаще взрослых алкоголиков и наркоманов, больше подвержены самоубийствам. При направлении в

наркологические лечебные учреждения они нарушают режим, не стремятся к выздоровлению, постоянно стараются достать спиртное или наркотики.

Возрастные особенности формирования алкогольно-наркотической зависимости

В зависимости от возраста информированность детей об алкоголе и наркотиках, а также формирование отношения к ним происходит по-разному. В связи с этим можно выделить несколько возрастных категорий

8–11 лет. В этом возрасте большинство детей узнают о наркотиках, видах их употребления и о вызываемых ощущениях. Любопытство подогревается тем фактом, что алкоголь и наркотики – «запретный плод». О спиртных напитках дети осведомлены лучше, что обусловлено их повсеместной распространенностью, включая употребление в семьях. Сведения о последствиях употребления наркотиков отрывочны, пробовали их единицы. Возрастные группировки, связанные с приемом алкоголя или наркотиков, отсутствуют. Наибольшей наркологической проблемой в этом возрасте считается токсикомания.

11–13 лет. Первые опыты употребления наркотиков или алкоголя происходят именно в этой возрастной группе. Особой популярностью пользуются так называемые «легкие» сорта (спайсы и т.п.) из-за распространенного заблуждения об их безвредности. В этом возрасте дети достаточно хорошо осведомлены о наркотиках, много информации они получают из интернета и от сверстников. При этом знания часто являются недостоверными. Опасность приема наркотиков и алкоголя недооценивается, причем у детей к ним формируется отношение если не позитивное, то как минимум – с некоторым «ореолом привлекательности». Первые случаи алкоголизации и наркомании в этой возрастной группе обычно обусловлены трудной школьной или семейной ситуацией, неорганизованным досугом, вседозволенностью и безнадзорностью. Дети особенно увлекаются лекарственными и бытовыми средствами: растворителями, клеями, бензином, зубными пастами и т.п. Именно эти, относительно «безвредные» по их мнению, вещества становятся первым шагом на пути к наркологической зависимости.

14–17 лет. Данный возраст считается наиболее опасным для первых «экспериментов» с алкоголем и психоактивными веществами. Обычно это случается на молодежных вечеринках, дискотеках, в подвалах и на чердаках, в дворовых компаниях и иных местах, изолированных от влияния взрослых. Подростки в данном возрасте принимают алкоголь и наркотики, стремясь самоутвердиться, быть не хуже других, поднять собственный авторитет в глазах сверстников и пр.

Как предотвратить детский алкоголизм и наркоманию

Универсального рецепта нет. Многое зависит от конкретной ситуации: круга общения и возраста ребенка, его семьи, психофизических особенностей и т.п. Но есть несколько рекомендаций, следование которым позволит предотвратить беду или хотя бы минимизировать ее последствия.

Знакомьтесь с друзьями и учителями ребенка

Узнайте, с кем дружит и общается ребенок. Желательно познакомиться и поддерживать контакт с родителями его друзей. Это поможет совместно предпринимать необходимые превентивные меры и оперативно реагировать на происшедшее. Часто бывает так, что из отрывочных сведений, имеющихся у родителей разных детей, складывается довольно полная и понятная картина ситуации. Хорошо, если друзья ребенка будут комфортно чувствовать себя в вашем доме. Это касается не только посиделок на день рождения и иных праздников, но и текущего общения. Не возражайте, даже если друзья ребенка гостят у вас слишком часто: пусть лучше все они будут в вашем доме, чем в подворотне. К тому же это поможет вам быть в курсе их дел, интересов, увлечений и проблем. Поддерживайте контакт со

школьными педагогами. Современные дети как минимум полдня проводят на уроках, поэтому тревожные симптомы вполне могут заметить учителя, классные руководители, социальные работники и т.п. Не игнорируйте мнения и замечания со стороны педагогов, не стесняйтесь задавать им вопросы о своем ребенке и в свою очередь делитесь с ними интересующей их информацией. Хорошие, доверительные отношения родителей с педагогическим коллективом позволяют вовремя распознать тревожные симптомы в поведении и состоянии ребенка и оперативно предпринять соответствующие превентивные меры.

Информирование ребенка об опасностях, исходящих от алкоголя и наркотиков

Большинство подростков с предубеждением относятся к словам родителей, считая их бесполезными нудными нотациями. Гораздо большее впечатление на них может произвести беседа со старшими родными или двоюродными братьями или сестрами, тетями или дядями, иными родственниками или друзьями семьи. Поэтому часть информирования можно поручить более авторитетным для ребенка собеседникам. Дайте детям почитать веб-сайты антиалкогольной и антинаркотической направленности. На них, кроме доступного и увлекательного текста, обычно присутствуют фотографии, наглядно иллюстрирующие все последствия употребления спиртного и наркотиков. Это помогает намного эффективней, чем долгие беседы и нравоучения. Помимо опасности алкоголя и наркотиков в целом, важно объяснить детям, что «безвредного» спиртного или «легких» наркотиков не бывает в принципе. В среде подростков распространено мнение, что пиво, различные «джин-тоники» и т.п. – это жаждоутоляющие напитки, употребление которых не имеет негативных последствий для организма. «Сколько там тех градусов!» – мотивируют они. Аналогичная ситуация с наркотиками: дети активно пробуют так называемые «легкие» виды, будучи убежденными в том, что они безвредны и не вызывают привыкания. Детям нужно четко и недвусмысленно дать понять: любой алкоголь и наркотик – это яд. Так называемые «слабоалкогольные» или «легкие» разновидности отличаются лишь тем, что обычно являются первой ступенькой на пути к алкогольно-наркотической зависимости, после которой довольно быстро следует переход на «тяжелую артиллерию» (водку, героин и т.п.).

Личный пример и строгие семейные правила

Подростковый возраст характеризуется тем, что родителям крайне трудно влиять на поведение детей. Убеждения малоэффективны и часто вызывают прямое отторжение или неприкрытую агрессию. Авторитет сверстников несравненно выше родительского, пытаться что-то доказать словами бесполезно. В таких ситуациях положительного успеха можно добиться личным примером. Бессмысленно говорить подростку о вреде алкоголя, если папа регулярно принимает «дежурные пять капель» за ужином, а по выходным и праздникам в доме проводятся шумные хмельные застолья. Если при этом спиртное еще и предлагается ребенку – можно не сомневаться, что в ближайшем будущем он стремительно разовьет свой «опыт» в кругу друзей. **СОВЕТ** Откажитесь от употребления спиртного при детях хотя бы на то время, пока они находятся в «опасном» возрасте. Исключения возможны (например – Новый год), но нежелательны. Если уж очень хочется «употребить» – делайте это так, чтобы дети не видели (например – когда они уехали на каникулы или просто легли спать). Помните, что по степени убедительности слова многократно уступают личному примеру. Ребенок пропустит мимо ушей любые «страшилки» о вреде алкоголя, если видит, что в его доме спиртные напитки пользуются спросом.

Предоставьте альтернативу

Во многих случаях дети начинают употреблять спиртное или наркотики просто от скуки. Бывает, что выпивка в компании друзей – единственный доступный вид досуга. Но альтернатива есть всегда, и если ребенок ее не видит – задача родителей и педагогов помочь ему вовремя сориентироваться. При этом важно учитывать личностные, психофизические и иные особенности, а также возможные интересы и увлечения. Вряд ли мальчика-подростка

заинтересует вышивание крестиком, а девочку – посещение секции бокса (хотя бывают и исключения). Помогите ребенку найти увлечение по душе: это может быть не только спорт, но и, например, курсы программирования для подростков, зарабатывание денег с помощью фриланса, и пр. Часто достойное хобби позволяет не только предотвратить алкогольно-наркотическую зависимость, но и спасти ребенка, уже попавшего в беду.

Умейте вовремя обратиться к врачу

Заставить ребенка пойти к наркологу, психологу или психотерапевту – большая проблема. Даже если подросток употребляет спиртное или наркотики, он никогда не признает, что делает что-то неправильно, и уж тем более не признает себя больным. Иногда показать ребенка специалисту нужно еще до того, как он начнет выпивать, «нюхать» или «колоться», поскольку превентивные меры могут предотвратить беду. Если же «начало положено» – срочное посещение врача является обязательным. Если ребенок наотрез отказывается идти в поликлинику – примените хитрость. Например, можно сказать, что у вас на работе всем сотрудникам велели проверить здоровье детей по нескольким параметрам, включая нарколога (психолога, психотерапевта и пр.). Для правдоподобности можно взять талон и к другим специалистам (хирургу, окулисту и пр.). В любом случае знайте: обращение к врачу – реальный шанс исправить ситуацию, но только в том случае, если посещение будет своевременным.