

Simptomi

Proširene zjenice, zakrvavljene oči, pričljivost, stanje slično laganom pijanstvu, promjenjena boja glasa

→ Sredstvo ovisnosti **MARIHUANA (osušeni list biljke)**

Posljedice

Pad odgovornosti i gubitak motivacije za rad, pojačana sklonost zabavi, bahatost, opasnost u prometu, povećan rizik prelaska na druge droge.

Simptomi

Hiperaktivnost, povišeno raspoloženje, razdražljivost, gubitak apetita, nesanica, široke zjenice, ubrzani puls, suha usta i nos

→ Sredstvo ovisnosti **ECTASY (tablete)**

Posljedice

Razvoj ovisnosti, psihičke promjene, depresija ako je doza uskraćena iscrpljenost i mršavljenje, rizik prelaska na teže droge.

Simptomi

Čudno ponašanje, smetenost, dezorijentiranost i halucinacije, stanje slično ludilu, proširene zjenice, otežana komunikacija, nepovezan govor

→ Sredstvo ovisnosti **LSD**

Posljedice

Povećani rizik razvoja shizofrenije, oštećenje mozga, sklonost uzimanju ostalih droga.

Simptomi

Često šmrncanje, hiperaktivnost, euforija, pogrešna slika o stvarnosti, nesanica, slab apetit, osjećaj viška energije, proširene zjenice, halucinacije i paranoja, iscrpljujuće uživanje i zabava.

→ Sredstvo ovisnosti **KOKAIN (bijeli prah)**

Posljedice

Jaka psihička ovisnost, slab radni učinak, veliki izdaci za drogu, fizičko propadanje, sklonost kriminalu, oštećenje sluznice nosa i vena, teške depresije pri odvikavanju, mogućnost infekcije, problemi u trudnoći, smrt.

Simptomi

Uske zjenice, usporenost, pospanost, promjena boje glasa (izdišući glas), usporeno disanje, dubok san koji može završiti komom ili smrću, ubodi na rukama

→ Sredstvo ovisnosti **HEROIN (smeđi prah)**

Posljedice

Teška fizička i psihička ovisnost, promjene ličnosti i ponašanja, gubitak interesa, neodgovorno ponašanje, potražnja za novcem, psihofizičko propadanje, infekcije, sklonost kriminalu, rizik od predoziranja, kriza u odvikavanju, široke zjenice, suzne oči, drhtanje, curenje nosa, proljev, bolovi u tijelu.

**RODITELJI:
DIJETE VAM JE PRIORITET -
NE DOPUSTITE DA BUDE KASNO!**

Komu se obratiti za pomoć!

**Zavod za javno zdravstvo "Sveti Rok"
Virovitičko-podravske županije**

**CENTAR ZA SPRJEČAVANJE I
SUZBIJANJE OVISNOSTI**

VIROVITICA

**Ponedjeljak, srijeda i petak od 7 do 15 sati i
utorak od 12 do 20 sati.**

telefon: 033/727-031 (lokal 123)

0800/303-033 (besplatni telefon)

SLATINA

Četvrtak od 17 do 19 sati.

telefon: 033/552-258

Poruke djece roditeljima!

● Ne odbijajte me kada tražim odgovore na normalna pitanja. Ako me odbijete, vidjet ćete da ću prestati ispitivati, a i informacije tražiti negdje drugdje.

● Nemojte da moje loše navike oduzmu svu vašu pažnju. To me samo ohrabruje da nastavim.

● Nemojte zaboraviti da ne mogu odrasti bez mnogo razumijevanja i podrške, zaslužena pohvala ponekad izostane, ali prijekor nikada.

● Nemojte mi govoriti da ste idealni i nepogrešivi. S takvima je teško živjeti.

Vodič pripremili:

Siniša Brlas, prof. • Vesna Šerepac, prof.
Tomislav Štrajtenberger, prof. • Matija Zidar, prof.

**RODITELJI:
DIJETE VAM JE PRIORITET -
NE DOPUSTITE DA BUDE KASNO!**



-VODIČ- za roditelje

**POMOĆ U ODGOJU
DJETETA**

*»Vaša djeca nisu vaša djeca.
Ona su sinovi i kćeri čežnje života za
samim sobom.
Oni dolaze kroz vas, ali ne od vas,
I premda su s vama, ne pripadaju vama.
Možete im dati svoju ljubav, ali ne
i svoje misli.
Jer ona imaju vlastite misli.
Možete okučiti njihova tijela, ali ne i
njihove duše.
Jer njihove duše borave u kući od sutra
koju vi ne možete posjetiti, čak ni u
svojim snima.«*

H. Džubran

Sazrijevanje mladog čovjeka

Jedno od najburnijih razdoblja u razvoju čovjeka je prijelaz između djetinjstva i odrasle dobi - razdoblje PUBERTETA i ADOLESCENCIJE.

Promjene koje se događaju u tom razdoblju toliko su nagle i brze da su i roditelji i djeca zatečeni. Mladi pokušavaju razviti svoj identitet, traže objašnjenja i prave odgovore. Vaganje između onog što jesu i onog što će postati izaziva stresove i često dovodi do problema pri komuniciranju s odraslima. Mišljenje vršnjaka im postaje važnije od mišljenja njihovih roditelja. Mladi adolescenti se počinju suočavati s odlukama koje nisu bez rizika. Odbijaju vrijednosne sustave svojih roditelja i sigurnost traže u skupinama vršnjaka, a tu su mogući i pozitivni i negativni utjecaji. Tako se u skupinama ponekad i započinje s isprobavanjem droga, a pogotovo s pušenjem cigareta i pijenjem alkohola. Dio mladih "rješeno" svojih problema pokušava tražiti izvan realnog svijeta, konzumirajući sredstva koja mogu stvoriti lažni dojam kako je u životu sve lako rješivo. To stvara kod pojedinca potrebu daljnjeg intenzivnog uzimanja tih sredstava, stvarajući tako ovisnost o njima.

**RODITELJI:
DIJETE VAM JE PRIORITET -
NE DOPUSTITE DA BUDE KASNO!**

Rezultati ankete provedene u osnovnim i srednjim školama pokazuju da:

Dvije trećine učenika uzrok problema s roditeljima vidi u nedostatku razgovora!



U slučaju potrebe, više od polovine učenika pomoć NE BI potražilo od svojih roditelja!



U tri četvrtine obitelji se puši!

Danas puši trećina osnovnoškolaca i dvije trećine srednjoškolaca!

Svaki sedmi roditelj ne zna da mu dijete puši! Jeste li i Vi među njima?



Više od petine srednjoškolaca tvrdi da ima iskustva s drogom!
Svaki deseti tvrdi da to nije učinio svojom voljom!



Na pitanje tko bi ih trebao informirati o štetnosti uzimanja sredstava ovisnosti, učenici na prvo mjesto svrstavaju svoje roditelje!

Kako pomoći mladima?

Pomoći mladima da se razviju u zrele i odgovorne osobe koje će korisno pridonositi društvu u cjelini dužni su svi: od roditelja preko škole, pa do uže i šire društvene zajednice. Budući da djeca najveći dio vremena provode sa svojim roditeljima, prirodno je i razumljivo da oni imaju i najveću odgovornost u odgoju djece.

Roditelji mladima moraju pomoći da postanu samostalni, a da ih pri tom ne odbace. Unatoč svim problemima roditelji moraju omogućiti komunikaciju slušajući ih i uvažavajući njihovo mišljenje. Topla obiteljska atmosfera povjerenja i dobar roditeljski uzor ponašanja najbolja je prevencija bilo kojeg devijantnog ponašanja. Roditelji moraju znati gdje su im djeca i tko su njihovi prijatelji. Potrebna je redovita suradnja sa školom koja uključuje roditeljske sastanke i obavješćivanje škole u obiteljskoj situaciji u kojoj dijete živi kao i o njegovim posebnostima. Kada roditelji primijete promjene doživljavanja i ponašanja djeteta korisno je o tome izvijestiti školu (razrednika, stručnog suradnika, ravnatelja...). Ponekad te promjene mogu upućivati na uzimanje pojedinih sredstava ovisnosti, pušenje cigareta, pijenje alkohola, a posebnu pažnju treba posvetiti slijedećim simptomima:

**RODITELJI:
DIJETE VAM JE PRIORITET -
NE DOPUSTITE DA BUDE KASNO!**