**Как понять, что близкий человек может употреблять наркотики**

Медицинский психолог Юлия Карабаева рассказала о том, как можно понять то, что близкий человек начал употреблять наркотические вещества. Признаков достаточно много – разберем несколько самых ярких.

Первое, на что следует обратить внимание, – это изменения в поведении. Любые неадекватные, нехарактерные для человека эмоциональные реакции могут быть признаком употребления наркотиков. Это может быть как агрессия, раздражительность, так и замкнутость, и уход в себя; социальная изоляция или утрата интереса к привычным занятиям. Если человек прекратил общение с друзьями и семьей, забросил хобби, стал все больше времени проводить в одиночестве или находиться в компании новых, подозрительных друзей, то это должно вызвать подозрения.

Следующая категория признаков — это физические изменения. Наркотические вещества вызывают потерю или увеличение аппетита. Это может проявляться в смещении временных рамок для приема пищи, изменение предпочтений в еде, визуально можно отметить изменившийся вес. В целом, важно отметить любое изменение привычного распорядка дня, приводящее к бессоннице или, наоборот, к повышенной сонливости, и как следствие тревожности или апатии. В бытовом плане на проблемы могут указывать пренебрежение личной гигиеной и ухудшение внешнего вида.

Самым явным визуальным признаком, конечно, являются следы от инъекций, но важно понимать, что порой места употребления маскируют или выбирают зоны, недоступные для обзора. Стоит обратить внимание на запахи, которые при приёме наркотических препаратов приобретают особую специфичность. Они могут исходить как от дыхания, так и от одежды. В личных вещах могут появляться, скорее всего, не наркотические вещества, а принадлежности для употребления, такие как шприцы, коробки, необычные приспособления, стеклянные атрибуты, трубки, жгуты или пакеты.

Если у Вас в отношении близкого человека возникли подозрения, важно не игнорировать и надеяться, что человек перерастет ситуацию, или она закончится, как страшный сон. Не нужно устраивать скандалы и закатывать истерики. Спокойно и открыто поговорите о Ваших переживаниях и страхах. Не обвиняйте, а предлагайте помощь! Не ждите, что человек сразу согласится на лечение. Возможно, понадобится время и множество попыток поговорить.

*Телефон доверия*

ГАУЗ «Оренбургский областной клинический наркологический диспансер» 8 (3532) 66-52-62 (пн-пт с 8:00 до 17:00).