

АКЦИЯ «ДЕТИ РОССИИ»

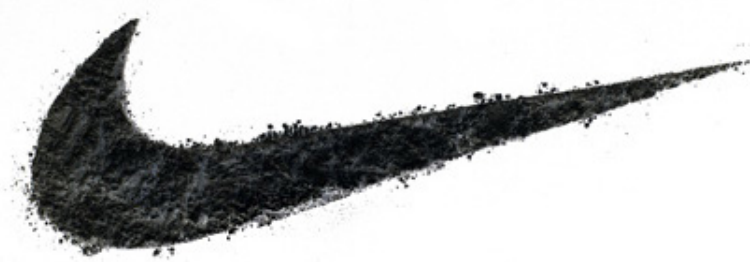


15 сентября 2014г. в КГБУЗ «Кежемская РБ» стартовала комплексная межведомственная профилактическая акция «Дети России», направленная на выявление, пресечение, раскрытие и профилактику правонарушений в сфере незаконного оборота наркотиков среди несовершеннолетних.

Основная цель акции - снижение уровня преступлений несовершеннолетних в состоянии опьянения, предупреждение чрезвычайных происшествий с участием детей, совершенствование профилактической работы, направленной на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, формирование установок на здоровый образ жизни, выявление подростков группы риска и организацию их занятости в свободное время.

Первые мероприятия прошли в школах. Специалистами КГБУЗ «Кежемская РБ» (медицинский психолог Жанна Юрьевна Косоногова, врач-нарколог Елена Евгеньевна Черепанова) для учащихся 7-11 классов были организованы интерактивные площадки, тренинговые занятия, беседы, информационные семинары и круглые столы. Акцент предъявляемого материала для подростков на всех мероприятиях был смещен с борьбы с негативными проявлениями и последствиями - на развитие и укрепление здоровья, мотивацию ЗОЖ, выбор здоровой жизненной позиции, умение строить здоровые отношения с другими людьми, принимая ответственность за свое здоровье, свое поведение и свое будущее.

Акция продлится до 25 сентября 2014 года.



JUST DON'T

Над номером работали:
Вашилко Д. М., Климова А. В.,
Черепанова Е.Е., Косоногова Ж.Ю.



«Возможно, ваши дети знают об этом гораздо больше...»

Ни один из родителей не желает своему ребенку ничего плохого. Но в жизни часто получается так, что или родители «теряют» детей, или дети – родителей, даже продолжая жить на одной территории. Очень больно и тяжело принять и осознать, что твой ребенок страдает от алкогольной или наркотической зависимости.

Что же необходимо знать родителям, чтобы никогда не испытывать такой боли?

Почему существует угроза вовлечения вашего ребенка в наркоманию?

- Ваши дети из поколения, которое реально столкнулось с наркотиками.
 - Сегодня Вашему ребенку могут предложить наркотики на улице, на дискотеке и даже в школе.
 - Наиболее вероятный возраст вовлечения в наркотическую зависимость – 11-19 лет.
 - Наркотическая зависимость может наступить после 2-4 инъекций героина.
 - Наркобизнес – это, прежде всего коммерция, и наркоторговцы заинтересованы в получении прибыли.
- Поэтому от вовлечения в наркоманию не застрахованы и дети из так называемых семей с «достатком».

Вот некоторые причины, почему подростки начинают пробовать наркотики:

- Из интереса
- Уход от проблем, снятие стресса
- За компанию
- Чтобы не быть изгоем в своем кругу общения
- От «нечего делать»
- Поиск новых ощущений

Признаки и симптомы употребления наркотиков:

Внешние признаки

- Неестественно расширенные или суженные зрачки
- Покраснение или мутные глаза, замедленная невнятная речь
- Состояние опьянения без наличия запаха алкоголя
- Плохая координация движений
- Резкое снижение или увеличение аппетита, заметное снижение веса
- «Посторонние» запахи от волос и одежды
- Заторможенность, «погружение в себя» или суперактивность
- Нарастающая скрытность, учащение и увеличение времени «гуляний»
- Самоизоляция в семье: ребенок избегает родителей, по телефону отвечает уткой, уклоняется от домашнего общения, безразличен к делам семьи
- Резкое снижение успеваемости и интереса к учебе, прогулы занятий
- Бессонница, чередующаяся с сонливостью
- Сверхболезненная реакция на критику частая и резкая смена настроений
- Участвовавшие просьбы дать денег или появление сумм неизвестного происхождения
- Пропажа из дома денег, ценностей, одежды

Очевидные признаки

- Следы от уколов
- Частые синяки, порезы ожоги в районе вен на руках, не находящие удовлетворительного объяснения (просто упал, сам не знаю откуда)
- Прожженная сигаретами одежда
- Свернутые в трубочку бумажки, фольга
- Маленькие ложечки, капсулы, пузырьки, неизвестные таблетки, порошки

Внимание! Вы в любой момент самостоятельно можете проверить своего ребенка на предмет употребления наркотиков даже на дому, используя «экспресс-тесты», которые продаются во всех аптеках города.

Никогда не забывайте о своих родительских обязанностях и не перекладывайте процесс воспитания полностью на Школу!

Будьте рядом!

Как дереву нельзя прожить без корней и почвы, так и ребенку невозможно «вырасти и расцвести» без чувства любви, защищенности, сытости, безопасности, которые дает ему его семья.

Особая роль в семье отводится матери, она является источником любви, и для отца и для ребенка. Когда ребенок любим, он уверенно идет по жизни, ему помогает чувство защищенности и безопасности.

Некоторые простые, но очень полезные советы родителям:

- Остановитесь, и прислушайся к тому, КАК вы общаетесь с вашим ребенком.
- Знайте, что подросток чувствует, как вы настроены.
- Учитесь слышать его переживания и потребности, старайтесь понять, какие чувства он испытывает.
- Не допускайте сравнения ребенка, его поступков с кем – то другим.
- Обнимайте не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день. Не стесняйтесь целовать ребенка независимо от возраста.
- Не отгораживайтесь от ребенка, ссылаясь на свою занятость. Пусть он поможет Вам что - нибудь сделать. Совместный труд укрепит взаимоотношения.
- Интересуйтесь жизнью ребенка постоянно. Вместе обсуждайте, как прошел день.
- Не ругайте за мелкие проступки, а постарайтесь вместе проанализировать ситуацию. Пусть ребенок сам научиться делать выводы, что такое «хорошо» и что такое «плохо».

...И многое другое, что подскажет вам интуиция. Огорчения, хотя и случаются, но вполне преодолимы!

Если Вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики...

Если родные Вам люди вовлечены в проблему связанную с наркотиками...

За консультацией и помощью Вы всегда можете обратиться в КГБУЗ «Кежемскую РБ» к врачу наркологу для анонимной консультации и лечения - Елене Евгеньевне Черепановой.





Краевое государственное бюджетное учреждение здравоохранения "Кежемская районная больница"

**В КГБУЗ «Кежемская РБ» с 08.09. по 14.09.2014 г.
прошла неделя информационно-профилактической кампании.**



Накануне 14 сентября 2014 г. медики КГБУЗ «Кежемская РБ» оформили свое рабочее место на всех избирательных пунктах района. Кроме стандартного набора – стол, стул, тонометр и фонендоскоп, были также привезены электронные весы, ростомер и раздаточный материал, подготовленный краевым центром профилактики и районной больницей, на тему: «Пропаганда здорового образа жизни».

Фельдшера Кежемского района работали на избирательных пунктах в белых халатах и галстуках цвета чистого неба с логотипом районной больницы. Все рабочие места были оформлены четверостишем: «Пусть каждый присутствующий помолчит, Послушает, как его сердце стучит! И пусть Ваше сердце даст совет – Стоит курить продолжать или нет?!»

Надо отметить, что граждане проголосовав, с удовольствием подходили к медицинским работникам, задавали вопросы на интересующие темы, внимательно слушали разъяснения специалистов, и отправлялись домой в хорошем настроении получив медицинскую помощь или консультацию.

В целом день пролетел незаметно, осталось чувство удовлетворения от выполненной работы. Проанализировав, пришли к выводу – на избирательных пунктах медицинским работникам присутствовать необходимо, люди приняли новшество с благодарностью и остались довольны! Всего обратились к медицинским работникам - 527 чел., из них, экстренную помощь - 20 чел. Раздаточный материал получили около 2000 жителей Кежемского района.

