

## Консультируют и информируют следующие службы:

### Fachambulanz für Suchtprobleme der Caritas

Von-der-Tann-Str. 9, 93047 Regensburg

Tel.: 0941/5021-119

E-Mail: [suchtberatung@caritas-regensburg.de](mailto:suchtberatung@caritas-regensburg.de)

Onlineberatung: [www.beratung-caritas.de](http://www.beratung-caritas.de)

### Landratsamt Regensburg - Gesundheitsamt

Sedanstrasse 1, 93055 Regensburg

Tel.: 0941/4009-757 oder -0

E-Mail: [sozialdienst@landratsamt-regensburg.de](mailto:sozialdienst@landratsamt-regensburg.de)

Internet: [www.landratsamt-regensburg.de](http://www.landratsamt-regensburg.de)

### DALI Polytox (Drogen-Alkohol-Medikamente-legal-illegal)

Selbsthilfegruppe

Bei KISS: Landshuterstr. 19, 93047 Regensburg

Tel.: 0941/4672671 oder 0162/3955391

Internet: [www.dali-polytox.de](http://www.dali-polytox.de)

### Drug Stop Drogenhilfe Regensburg e.V.

Haschnimma (Angebot für Cannabiskonsumenten)

Gesprächsgruppe für Angehörige

Landshuterstr. 43, 93053 Regensburg

Tel.: 0941/5843032

E-Mail: [hilfe@drugstop.org](mailto:hilfe@drugstop.org)

Internet: [www.drugstop.org](http://www.drugstop.org)

### Адреса в интернете:

- [www.suchtinfor-oberpfalz.de](http://www.suchtinfor-oberpfalz.de)
- [www.bzga.de](http://www.bzga.de)
- [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de)
- [www.drugscouts.de](http://www.drugscouts.de)
- [www.drogen-und-du.de](http://www.drogen-und-du.de)
- [www.ginko-ev.de](http://www.ginko-ev.de)



Ihre Suchtarbeitskreise der Oberpfalz:  
Cham, Neustadt a. d. Waldnaab/Weiden i. d. OPf., Regensburg,  
Schwandorf, Tirschenreuth, Gesundheitsamt Neumarkt  
Redaktion: Suchtarbeitskreis Regensburg



Rauchgerät "Bong"



## Письмо родителям о вредности употребления конопли.

### Дорогие родители,

Конопля(гашиш) – это бесспорно самый популярный (излюбленный) нелегальный наркотик.

Примерно 32% молодых людей в возрасте 18-19 лет пробовали этот наркотик, каждый шестой употребляет его регулярно, что соответствует 600 000 молодых людей в Германии.

В последние годы его употребление пошло на убыль, число зависимых держится на одном уровне. Число употребляющих этот наркотик людей, которые ищут помощь, определенно растет.

### Вы должны знать:

- Курение приводит к зависимости, особенно при регулярном употреблении.
- Владение, торговля и выращивание конопли, даже в небольших количествах, подлежит наказанию. Рискует и те, кто просто ее передаёт. Единственно, кто не подлежит юридическому наказанию это тот, кто употребляет коноплю.
- Курение конопли может привести к нарушениям в работе внутренних органов и действие его разрушительной силы сильнее, чем у сигарет.
- Зависимые от него чаще, чем те, кто его не употребляет, параллельно переходят на алкоголь, никотин и другие наркотики.
- Регулярное и длительное употребление имеет особенно негативное воздействие на мозг, кратковременную память и мотивацию. Риск развития психозов или депрессии повышается.

- THC (одурманивающее активное вещество в составе конопли) продолжает своё действие после употребления в течение недели. Воздействует на мозг и находится в составе крови и мочи.
- Наркотик негативно влияет на способность человека управлять (например: машиной). Тот, кто зависим может вообще больше не получить разрешения на вождение машины. Часто они проходят через дорогостоящие экзамены и тесты.

## Что могут сделать родители?

Не всегда можно чётко определить наличие этого наркотика. Сигналами могут быть: сниженная концентрация, бросающаяся в глаза разговорчивость или молчаливость, необоснованное хихиканье, покрасневшие глаза, своеобразный запах, снижение успеваемости в учёбе, изменение окружения среди друзей, потеря интереса ко всему.

Поговорите с вашим ребёнком об этом. В разговоре могут проясниться настораживающие вас изменения в его поведении. Мы также советуем вам следующее:

- Информировать об оборотной стороне жизни вашего ребёнка соответствующие органы помощи: специалиста по работе с наркозависимыми, полицию. Специалисты в консультационных органах хранят тайну о неразглашении информации. Полиция имеет обязанности расследования.
- Определите сразу: Что разрешено в вашей квартире? Можно ли у вас курить тем, кто вас посещает?
- Не делайте внутри семьи тайны по поводу своего подозрения. Внимательны ли Вы к расходам денег, которые даёте детям?
- Зависимые подвержены риску. Употребление наркотика будет привлекательным до тех пор, пока его не прекратить.
- Поэтому: делайте употребляющему «стресс». Оговаривайте чёткие правила и ощутимо реагируйте на их несоблюдение!
- Навязывание чувства вины или упреки со стороны родителей никому не помогут.

- Разделяйте чётко между Вашим собственным опытом и сегодняшней ситуацией среди молодежи. Сегодня влияние конопли в три раза сильнее, чем в 70-е годы.
- Обменивайтесь с другими родителями имеющими такие же проблемы.

**Конечно, каждый случай особенный, поэтому поведение, реакция зависимого должны рассматриваться индивидуально, и только потом следует принимать решение.**

## Literaturtipps:

- Küstner U. & Beckmann-Többen G.: Bekifft und abgedreht – wenn Cannabis zum Problem wird (Beratungs-Praktiker geben Eltern drogenkonsumierender Jugendlicher Rat und Informationen)
- Lindberg Lisa: Wenn ohne Joint nichts läuft (Ratgeber aus der Sicht einer Mutter)

## Правдивая история одного употреблявшего...

*«...я с курением наркотика никогда не прекращу!»  
 Это было изречение, которое я и мои друзья всегда говорили. Первый раз коноплю я закурил в 14 лет, в 15 лет это было уже 3-4 раза в неделю и с 16 лет ежедневно. С курением у меня не было проблем. Я думал, что всегда могу прекратить, если захочу. Какое заблуждение! Моя голова решала всё совсем по-другому. Если я хотел быть на высоте, мне нужно было покурить, иначе день было не спасти. Я всегда находился в заботе, где взять наркотик и думал только о том, где завтра я смогу найти себе дозу. Так длилось до 25 лет. Я потерял время и жизнь моя была разрушена. Мне нужно было курить 24 часа в сутки и даже во сне. Со временем я начал использовать и другие наркотики. Так у меня появились ещё проблемы. Но я всегда придерживался мнения: «...курить я никогда не прекращу!»*