

## **Методические рекомендации для педагогических работников по профилактике табакокурения среди обучающихся колледжа.**

### **ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ТАБАКОКУРЕНИЯ:**

- чувство тревоги и беспокойства;
- повышенная раздражительность;
- дисфория;
- неудержимое желание закурить;
- затрудненная концентрация внимание, неусидчивость;
- головная боль, тошнота, рвота;
- усиление аппетита;
- кашель, повышенное слюноотделение;
- ослабление связей с родителями и другими членами семьи;
- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых и при этом большие денежные траты непонятно на что;
- изменение внешнего облика - круги под глазами, сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, сухость губ, пожелтевшие кончики пальцев;
- специфический запах изо рта, запах одежды.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕПОДАВАТЕЛЮ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ПРОФИЛАКТИКИ ТАБАКОКУРЕНИЯ.**

Для обеспечения активного родительского участия в профилактике приобщения детей к табакокурению важно:

- своевременно информировать родителей о фактах употребления табака их детьми; о телефоне доверия, телефонах медицинских учреждений, оказывающих помощь детям;
- регулярно информировать родителей об участии их детей в выполнении программы по профилактике потребления табака;

- приглашать родителей на занятия по основам безопасности жизнедеятельности и для участия в мероприятиях образовательного учреждения.

**ПРИ СИТУАЦИИ, КОГДА ПОДРОСТОК НАХОДИТСЯ В НИКОТИНОВОЙ ИНТОКСИКАЦИИ:**

- пригласите медицинского работника (врача), так как может оказаться, что интоксикация угрожает здоровью молодого человека, и потребовать оказать ему неотложную медицинскую помощь.

- поставьте в известность администрацию образовательной организации;

- поставьте в известность о случившемся родителей (законных представителей) подростка.