

## Уважаемые родители!

В последнее время отмечается рост случаев распространения и употребления **бетельного ореха** (бинлан) среди подростков. В целях защиты здоровья детей просим вас ознакомиться с важной информацией и принять необходимые меры профилактики.

### Что такое бетельный орех?

Бетельный орех (бинлан) — семя плода арековой пальмы (*Areca catechu*), которое содержит **ареколин** — алкалоид, оказывающий психоактивное действие на организм. В традиционной практике его употребляют в смеси с листьями бетелевой пальмы и гашёной известью; иногда добавляют табак и другие химические вещества.

### Чем опасен бетельный орех?

Употребление бетельного ореха несёт серьёзную угрозу здоровью:

- **Канцерогенное действие:** ВОЗ относит ареколин к канцерогенам 1-й группы. Повышает риск развития рака полости рта, гортани, пищевода и желудка.
- **Поражение ротовой полости:** вызывает кариес, стирание эмали, покраснение и фиброз дёсен, потерю зубов, неприятный запах изо рта.
- **Сердечно-сосудистые нарушения:** провоцирует тахикардию, повышение артериального давления, увеличивает риск инфаркта и инсульта.
- **Психическая и физическая зависимость:** ареколин вызывает привыкание, требует повышения дозы для достижения эффекта.
- **Расстройства ЖКТ:** провоцирует гастрит, язву желудка, диарею.
- **Острые реакции:** при передозировке возможны галлюцинации, нарушение сознания, судороги, снижение артериального давления.
- **Синдром отмены:** при прекращении употребления возникают раздражительность, усталость, головные боли.

### Как распознать употребление бетельного ореха?

Обратите внимание на следующие признаки:

- ярко-красный или оранжевый цвет слюны и дёсен;
- красновато-коричневый оттенок зубов при длительном употреблении;
- нездоровое возбуждение;
- жалобы на головокружение, жар, сильное слюноотделение;
- появление язв во рту.

### Рекомендации для родителей

1. **Проведите беседу** с ребёнком о рисках употребления бетельного ореха. Объясните последствия для здоровья на понятных примерах.
2. **Контролируйте покупки** ребёнка на маркетплейсах и в интернет-магазинах.
3. **Следите за кругом общения** и досугом ребёнка.
4. **Обращайте внимание** на изменения во внешнем виде и поведении.
5. **При подозрении на употребление** незамедлительно обратитесь к врачу-наркологу или психологу.

### Куда обратиться за помощью?

- **Школьный психолог** — для первичной консультации и поддержки.
- **Наркологический диспансер** — для диагностики и лечения зависимости.
- **Единый общероссийский телефон доверия:** 8 800 2000 122.
- **Горячая линия Роспотребнадзора** — для сообщения о фактах распространения.

Берегите здоровье своих детей! Профилактическая беседа сегодня может предотвратить серьёзные проблемы в будущем.