

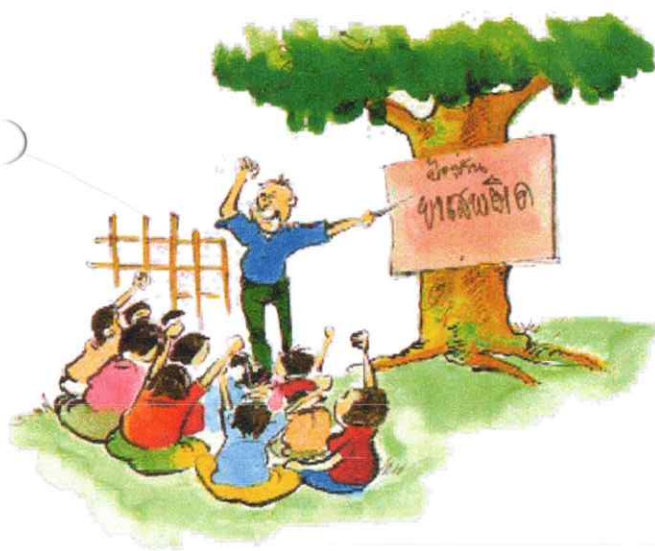
การป้องกันการติดยาเสพติด

ป้องกันตนเอง ไม่ใช้ยาโดยมิได้รับคำแนะนำจากแพทย์ และ
จงอย่าทดลอง เสพยาเสพติดทุกชนิดโดยเด็ดขาด เพราะติด
ง่ายหายยาก

ป้องกันครอบครัว ควรสอดส่องดูแลเด็กบุคคลในครอบครัว
หรือที่อยู่ร่วมกัน อย่าให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ต้องคอยอบรม
สั่งสอนให้รู้ถึงโทษและภัยของยาเสพติด หากมีผู้เสพยาเสพติด
ในครอบครัวจงจัดการให้เข้ารักษาตัวที่โรงพยาบาล

ป้องกันเพื่อนบ้าน โดยช่วยชี้แจงให้เพื่อนบ้านเข้าใจถึงโทษ
และภัยของยาเสพติด โดยมิให้ เพื่อนบ้าน รู้เท่าไม่ถึงการณ์
ต้องถูกหลอกลวง และหากพบว่าเพื่อนบ้านติด ยาเสพติดจง
ช่วยแนะนำให้ไปรักษาตัวที่ โรงพยาบาล

ป้องกันโดยให้ความร่วมมือกับทางราชการ เมื่อทราบว่าบ้าน
ใด ตำบลใดมียาเสพติดแพร่ระบาด ขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่
ตำรวจทุกแห่งทุกท้องที่ทราบ



ยาเสพติดป้องกันได้

1. ป้องกันตนเอง ทำได้โดย..

- ศึกษาหาความรู้ เพื่อให้รู้เท่าทัน โทษพิษภัยของยาเสพติด
- ไม่ทดลองใช้ยาเสพติดทุกชนิดและปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน
- ระวังระวังเรื่องการให้ยา เพราะยาบางชนิดอาจทำให้เสพติดได้
- ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
- เลือกคบเพื่อนดี ที่ชักชวนกันไปในทางสร้างสรรค์
- เมื่อมีปัญหาชีวิต ควรหาหนทางแก้ไขที่ไม่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติด หากแก้ไขไม่ได้ควรปรึกษาผู้ใหญ่

2. ป้องกันครอบครัว ทำได้โดย..

- สร้างความรัก ความอบอุ่นและความสัมพันธ์อันดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว
- รู้และปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง
- ดูแลสมาชิกในครอบครัว ไม่ให้ข้องเกี่ยวกับยาเสพติด
- ให้กำลังใจและหาทางแก้ไข หากพบว่าสมาชิกในครอบครัวติดยาเสพติด

3. ป้องกันชุมชน ทำได้โดย

- ช่วยชุมชนในการต่อต้านยาเสพติด
- เมื่อทราบแหล่งเสพยา แหล่งค้า หรือผลิตยาเสพติด ควรแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบทันที

เอกสารประชาสัมพันธ์

ความรู้เรื่องยาเสพติด



ด้วยความปรารถนาดีจาก
องค์การบริหารส่วนตำบลท่าค้อ
อำเภอเมืองนครพนม จังหวัดนครพนม

ยาเสพติดคืออะไร

ยาเสพติด หมายถึง ยาหรือสารเคมี หรือวัตถุชนิดใด ๆ ที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยวิธีการกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีใด ๆ ก็ตาม เป็นช่วงระยะเวลา หรือนานติดกันจนทำให้ร่างกายทรุดโทรม และตกอยู่ใต้อำนาจหรือเป็นทาสของสิ่งนั้น ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ หรือจิตใจเพียงอย่างเดียว

ประเภทของสิ่งเสพติด

★ แบ่งตามลักษณะการผลิต

- สิ่งเสพติดที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ เช่น ฝิ่น กัญชา ฯลฯ
- สิ่งเสพติดสังเคราะห์ ได้แก่ สิ่งเสพติดที่ผลิตด้วยกรรมวิธีทางเคมี เช่น เฮโรอีน มอร์ฟิน ฯลฯ

★ แบ่งตามลักษณะการออกฤทธิ์ต่อระบบประสาท

- ประเภทออกฤทธิ์กดประสาท จะมีฤทธิ์ทำให้สมองมีนงง ประสาทช้าลงซึม ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟิน โคลเคน
- ประเภทออกฤทธิ์กระตุ้นประสาทจะมีฤทธิ์ทำให้เกิดอาการตื่นเต้น ตลอดเวลา ไม่รู้สึกง่วงนอน แต่เมื่อหมดฤทธิ์ยาผู้เสพจะหมด ได้แก่ แอมเฟตามีน หรือยาบ้า กระต่อม
- ประเภทออกฤทธิ์หลอนประสาท จะมีฤทธิ์ทำให้เกิดประสาทหลอนเห็นภาพ หลงตาหูแว่ว อารมณ์แปรปรวน ได้แก่ แอลเอสดี หรือ เหล้าแห่งเห็ดขี้ควาย
- ประเภทออกฤทธิ์กดประสาทและหลอนประสาทด้วย ได้แก่ กัญชา



สาเหตุสำคัญที่ทำให้ติดยาเสพติด

- ✚ จากการถูกชักชวน
- ✚ จากการอยากทดลอง อยากรู้ อยากเห็น อยากรู้ อยากสัมผัส
- ✚ จากการถูกหลอกลวง
- ✚ เหตุทางกาย ความเจ็บป่วยทางกาย เช่น ต้องถูกผ่าตัดหรือเป็นโรคปวดศีรษะ เป็นหิด เป็นโรคประสาทได้รับ ความทรมานทางกายมากผู้ป่วยต้องการบรรเทา พยายามช่วยตัวเองมานานแต่ไม่หาย จึงหันเข้าหายาเสพติด จนติดยาในที่สุด
- ✚ จากความคึกคะนอง บุคคลประเภทนี้คิดว่าตัวเองเป็นคนเก่ง
- ✚ จากสิ่งแวดล้อม เช่น สถานที่อยู่อาศัยแออัด เป็นแหล่งสลับหรือเป็นแหล่งที่มีการเสพยาและค้ายาเสพติดภาวะทางเศรษฐกิจบีบคั้นจิตใจ

เยาวชนกับยาเสพติด

เมื่อพูดถึงปัญหา ยาเสพติด คนส่วนใหญ่ก็จะมุ่งความสนใจไปที่กลุ่มผู้ผลิตผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด โดยเฉพาะผู้เสพยาเสพติดที่เป็นเยาวชน ซึ่งเป็นผู้เสียหายโดยตรงจึงทำให้ทุกฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นบิดามารดาครู ผู้ปกครอง องค์การภาครัฐ และภาคเอกชนต่างก็ให้ความสนใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยเฉพาะการพยายามสื่อสาร เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องแก่เด็กและเยาวชนให้มีชีวิตที่ดีงาม ห่างไกลจากยาเสพติด ซึ่งต้องระมัดระวังทั้งในเรื่องของการสรรหาวิธีการและเลือกเพื่อนเนื้อหา ข้อความที่เข้าถึงเยาวชนได้ตรงจุด ทั้งนี้เพราะเด็กและเยาวชนนั้นจะมีลักษณะพิเศษ เช่น ไม่ชอบให้ใครว่ากล่าว ดักเตือนตรง ๆ โดยเฉพาะผู้ใหญ่แต่จะรับข่าวสารข้อมูล ได้มากขึ้นถ้าเยาวชนด้วยกันเป็นผู้ให้ข่าวสารข้อมูลนั้น หรือตนเองเป็นผู้มีส่วนร่วมในการสื่อสารด้วย

ติดกีฬาก็มีความสุขได้

การเล่นกีฬาไม่ใช่เป็นแต่เพียงกิจกรรมทางเลือกที่เบี่ยงเบนความสนใจของเยาวชนให้ ห่างไกลยาเสพติดเท่านั้น แต่ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ เชื่อว่า การออกกำลังกายหรือ การเล่นกีฬานั้น จะทำให้ต่อมไร้ท่อได้สมองหลังสารเคมีชนิดหนึ่งชื่อ “เอนโดฟิน” ออกมา ซึ่งสารชนิดนี้จะทำให้รู้สึกสดชื่น และ เป็นสุข ผู้ที่ออกกำลังกาย อยู่เสมอจึงมีสุขภาพแข็งแรง สมบูรณ์สมกับที่กล่าว “กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ” ดังนั้น จึงควรที่จะช่วยกันส่งเสริมให้เยาวชนได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อให้มีสาร “เอนโดฟิน” อยู่ในร่างกายเกิดความสุขได้ โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด

