



การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

๑. การป้องกันและแก้ไขตนเองจากยาเสพติด

๑.๑ ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของยาเสพติด

๑.๒ แสวงหากิจกรรมดี ๆ และสร้างสรรค์เพื่อค้นหาความถนัด และความสามารถของตนเอง

๑.๓ สำนึกในบทบาทหน้าที่ของตนเอง

๑.๔ เลือกคบเพื่อนที่ดี

๑.๕ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

๑.๖ รู้จักแก้ไขปัญหาวิตในทางที่ถูก

๑.๗ ปรึกษาผู้ใหญ่เมื่อมีปัญหา

๒. การป้องกันและแก้ไขครอบครัวของตนเองจากปัญหายาเสพติด

๒.๑ สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว

๒.๒ รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเองในการเป็นสมาชิกของครอบครัว



๓. การป้องกันและแก้ไขชุมชนของตนเองให้ปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด

๓.๑ รวมตัวกันเป็นกลุ่มอาสาสมัครป้องกันยาเสพติด

๓.๒ ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการป้องกันยาเสพติด และติดตามสถานการณ์ข่าวสารเกี่ยวกับยาเสพติดอยู่เสมอ

๓.๓ เยวชนควรประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีของชุมชน

๓.๔ ให้ความร่วมมือกับทางราชการ เช่น

* แจ้งข่าวสาร

แนะนำให้ผู้เสพยาเสพติดเข้าบำบัดรักษา

* เป็นอาสาสมัครติดตามผลการบำบัดรักษา

เพื่อป้องกันการติดยา

* เป็นอาสาสมัครสมัครเผยแพร่ความรู้เรื่อง

ยาเสพติด

ยาเสพติด



วันต่อต้านยาเสพติดโลก ประจำปี 2561

26 มิถุนายน



ไทยนิยม ยั่งยืน ร่วมแก้ไขปัญหายาเสพติด
แจ้งเบาะแสยาเสพติด สายด่วน ป.ป.ส. 1386

www.dmc.tv

ด้วยความปรารถนาดีจาก
งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
สังกัดสำนักงานปลัด
องค์การบริหารส่วนตำบลแม่เจดีย์ใหม่
อำเภอเวียงป่าเป้า จังหวัดเชียงราย
โทรศัพท์ ๐๕๓ - ๖๗๙๐๘๕

ยาเสพติด หมายถึง สารหรือยาที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกาย ไม่ว่าจะเป็น การกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีการใดๆ แล้วจะทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น

- มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงและต่อเนื่อง
- มีอาการอยากยา เมื่อยา
- ต้องเพิ่มขนาดการเสพขึ้นเรื่อยๆ
- สุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง

สาเหตุของการติดยาเสพติด

สามารถแบ่งได้ ๓ ปัจจัยสำคัญ ดังนี้

๑. ปัจจัยตัวคน (ผู้เสพติด) ได้แก่

- ความอยากรู้ อยากลองด้วยความคึกคะนอง
- มีค่านิยมและความเชื่อที่ผิด เช่น มองเป็นความโก้หรือเชื่อว่าจะทำงานได้มากขึ้น ทำให้สนุกสนาน ลืมความทุกข์
- ขาดความระมัดระวังในการใช้ยา
- ขาดทักษะในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม เช่น ปฏิเสธไม่เป็นจัดการความเครียดของตนเองไม่ได้
- ขาดความรู้เรื่องยาเสพติดทำให้ถูกหลอก เชื่อคำชักจูง
- บุคลิกภาพบกพร่อง เช่น ขาดความรู้สึกรักตนเอง
-



๒. ปัจจัยสิ่งแวดล้อม ได้แก่

- ปัจจัยครอบครัว เช่น การสื่อสารในครอบครัวไม่ดี ครอบครัวแตกแยก ได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ไม่ถูกต้อง รวมทั้งในครอบครัวมีผู้ใช้ยาเสพติด
- ปัจจัยจากกลุ่มเพื่อน เช่น อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้ยาเสพติด
- ปัจจัยจากสังคม เช่น ละแวกบ้านมียาเสพติดแพร่ระบาด หรือมีพื้นที่เสี่ยงมาก เช่น สถานบันเทิง แหล่งมั่วสุม ฯลฯ ขาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมที่ดีๆ และสร้างสรรค์ เช่น ที่เล่นกีฬา กิจกรรมแสดงออกต่างๆ ฯลฯ



๓. ปัจจัยตัวยา ได้แก่

ยาเสพติดจะไปกระตุ้นทำให้สมองสร้างสารเคมีที่ทำให้เกิดความรู้สึกสุข แต่เป็นการสร้างที่ผิดธรรมชาติ สมองจึงต้องปรับตัวด้วยการลดการหลั่งสารที่ผิดธรรมชาติ สมองจึงต้องปรับตัวด้วยการลดการหลั่งสารเคมีนั้นลง เมื่อหมดฤทธิ์ของยาเสพติด ร่างกายมีอาการหงุดหงิด ซึมเศร้า ส่งผลให้ต้องพยายามแสวงหายามาใช้ซ้ำเมื่อใช้ยาเสพติดบ่อยๆ สมองจะถูกทำลาย การใช้ความคิดที่เป็นเหตุเป็นผล ความยับยั้งใจจะเสียไป จนทำตามใจอารมณ์มากกว่าเหตุผล ผู้ที่ใช้ยาจึงไม่สามารถหยุดการใช้ยาได้ และกระทำการที่ไม่ควรเพื่อให้ได้ยามาเสพอย่างต่อเนื่อง จนเกิดการติดขึ้น

การสังเกตผู้ติดยาเสพติด

- ร่างกายทรุดโทรมผิวพรรณไม่เปล่งปลั่ง(ในกรณีเด็กและวัยรุ่น)
- ปากดำ ขอบตาดำ และมีลักษณะเหมือนคนอดนอน (ในกรณียาเสพติดที่กระตุ้นประสาท)
- มีอาการกัตุกรามบ่อยๆ โดยไม่รู้สึกรู้สึกร่างกาย เนื่องจากฤทธิ์กระตุ้นของตัวยา (ในกรณียาเสพติดที่กระตุ้นประสาท)
- ลูกลึกลอน พูดทวนไม่รู้เรื่อง
- สวมเสื้อแขนยาวตลอดเวลาเพื่อปกป้องรอยเข็มฉีดยา (กรณีใช้ยาเสพติดประเภทกดประสาทด้วยวิธีการฉีด)
- มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างผิดปกติ เช่น มีผลการเรียนแยกลง ทำงานประสิทธิภาพลดลง ห่างเหินสมาชิกในครอบครัว
- อารมณ์ฉุนเฉียว จึงมักพบผู้เสพยาเสพติดทะเลาะวิวาท และทำร้ายผู้อื่น หรือในทางกลับกัน บางคนอาจเจ็บขริบผิดปกติ ชอบแยกตัวอยู่คนเดียวหนีออกจากพรรคพวกเพื่อนฝูง

การบำบัดผู้ติดยาเสพติด

หมายถึง การให้ความช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติด เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลด ละ เลิก ยาเสพติด โดยวิธีการบำบัดรักษาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม

