



မိဘများအတွက် အချက်အလက် စာရွက် 3-

မူးယစ်ဆေး အကြောင်းသာလျှင် မဟုတ်ပါ

ဆေးဝါးဆိုသည်မှာ အစားအစာမှလွဲ၍ ၎င်းကိုသုံးစွဲကာ ကိုယ်ခန္ဓာ နှင့်/သို့မဟုတ် စိတ် လုပ်ကိုင်ပုံနည်းလမ်းကို ပြောင်းလဲစေသည့် အရာကို ဆိုလိုသည်။

အရက်သည်လည်း မူးယစ်ဆေးဖြစ်သည်ကို သင် သိခဲ့ပါသလား။

အရက်နှင့် အခြား မူးယစ်ဆေးများသည် လူတိုင်းအား မတူကွဲပြားစွာဖြင့် သက်ရောက်မှုရှိသည်။ ဤဆေးများကို သုံးစွဲသည့်အခါ လူများ၏ အတွေ့အကြုံများမှာ အတူတူ မဖြစ်နိုင်ကောင်း မဖြစ်နိုင်သည့်အပြင် အလွန်ပင် ကွဲပြားခြားနားနိုင်ပါသည်။

အရက်နှင့် အခြား မူးယစ်ဆေး သုံးစွဲမှု၏ သက်ရောက်မှုများနှင့် နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်များကို တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အပြန်အလှန် ဆက်စပ်နေသည့် အကြောင်းရင်းအတွက်အားဖြင့် ဆုံးဖြတ်ရပါသည်။ ၎င်းအကြောင်းရင်းများမှာ-

- မူးယစ်ဆေးကို သုံးစွဲနေသော လူ - အသက်အရွယ်၊ ယခင် ဆေးသုံးစွဲမှု၊ အမျိုးသား သို့မဟုတ် အမျိုးသမီး၊ ပျော်ရွှင်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှု၊ စိတ်အတင်းအကျပ်ရှိမှု
- မူးယစ်ဆေးကို သုံးစွဲသည့် နေရာ - သူတို့မှာ သူငယ်ချင်းများ သို့မဟုတ် သူစိမ်းများတို့နှင့်အတူ ဟုတ်မဟုတ်၊ ရေစပ်အနီး ဟုတ်မဟုတ်၊ ယာဉ်မောင်းရန် ရည်ရွယ်သည် ဟုတ်မဟုတ်
- သုံးစွဲသည့် ဆေးဝါး - မည်သည့် မူးယစ်ဆေးဖြစ်သည်၊ မည်ကဲ့သို့ သုံးစွဲသည်၊ အခြား မူးယစ်ဆေးများနှင့်ရော၍ သုံးစွဲသည် ဟုတ်မဟုတ်

စိတ်နေစိတ်ထား-ပြောင်းလဲစေသော ဆေးဝါးများကို စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာလျှို့ဝှက် ဆေးဝါးများဟု ခေါ်သည်။ ၎င်းတို့သည် လူတစ်ဦး၏ စဉ်းစားပုံ၊ စံစားရပုံနှင့် ပြုမူပုံ နည်းလမ်းကို ထိခိုက်နိုင်သည်။

မူးယစ်ဆေး သုံးစွဲမှု သံသရာ

မူးယစ်ဆေး သုံးစွဲမှု သံသရာသည် မူးယစ်ဆေး သုံးစွဲမှု၏ သက်ရောက်မှုများနှင့် ထိခိုက်မှုများကို ဤအကြောင်းရင်းများက မည်ကဲ့သို့ လွှမ်းမိုးနိုင်ကြောင်း ပြသပါသည်။

ဤအကြောင်းရင်းများကို သိရှိနားလည်ခြင်းသည် မူးယစ်ဆေး သုံးစွဲမှုမှာ ရှုထောင့်ကြောင်းနှင့် လူတစ်ဦး၏ မူးယစ်ဆေး အတွေ့အကြုံမှာ အဘယ်ကြောင့် ကောင်းမွန်စွာ စံစားရပြီး အခြားလူတစ်ဦးမှာ မူးယစ်ဆေး အတူတူနှင့် ပမာဏအတူတူ သုံးစွဲနိုင်ပြီး အဘယ်ကြောင့် ကွဲပြားခြားနား၍ မကောင်းသော အတွေ့အကြုံ ရရှိကြောင်း သိရှိရန် ကျွန်ုပ်တို့အား အထောက်အကူပြုပါသည်။

အမျိုးမျိုးသော အခြေအနေများ၊ နေရာများ၊ စိတ်စံစားမှုများ၊ အတွေ့အကြုံများနှင့် လူမှုရေးအုပ်စုများသည် လူတစ်ဦးအား မူးယစ်ဆေးကို သုံးစွဲရန် သို့မဟုတ် မသုံးစွဲရန် ဆုံးဖြတ်ရာ၌ လွှမ်းမိုးကောင်း လွှမ်းမိုးနိုင်ပါသည်။ ဤအကြောင်းရင်းများသည်လည်း တစ်နေ့နှင့်တစ်နေ့ မတူကွဲပြားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံးသည် မတူကွဲပြားကြောင်း သတိပြုရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင့်ကလေးနှင့် မူးယစ်ဆေးအကြောင်းအပြင် သူတို့၏ မူးယစ်ဆေး သုံးစွဲမှုနှင့်ပတ်သက်၍ သင့်တွင်ရှိနိုင်သော စိုးရိမ်ပူပန်မှုတစ်ခုခု အကြောင်းကို ပြောဆိုသည့်အခါ သူတို့၏လုံခြုံရေးနှင့် သာယာဝပြောရေးကို အာရုံစိုက်ရန်၊ သူတို့၏ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို နားထောင်ရန်၊ သင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို ပြောပြရန်နှင့် သူတို့ ကြုံတွေ့နိုင်လောက်သော ဖြစ်နိုင်သည့် ထိခိုက်မှုများကို အသိပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။

အများစုသော လူငယ်လူရွယ်များမှာ အရက် သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးများနှင့်ပြဿနာများ ရှိမည်မဟုတ်သော်လည်း မေးခွန်းများကို မေးမြန်းနိုင်ပြီး ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းနှင့်ရိုးရိုးသားသား ဖြေကြားပေးနိုင်သည့် အထောက်အကူပြု ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခု ထားရှိခြင်းသည် သင့်အနေဖြင့် သူတို့အား နားလည်ရန်စိတ်ဝင်စားကြောင်းနှင့် သူတို့ ခက်ခဲသည့်အခြေအနေတွင် ကျရောက်သည်ပင်လျှင် သင် သူတို့အတွက် ရပ်တည်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း သူတို့အား စိတ်ချစေပါသည်။ (ပိုမိုသိရှိလိုသော အချက်အလက်များအတွက် မိဘများအတွက် အချက်အလက်စာရွက် 1 ကိုကြည့်ပါ- အရက်နှင့် အခြား မူးယစ်ဆေးဝါးများ အကြောင်းကို သင့် ကလေးများနှင့် ပြောဆိုခြင်း SDERA ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင်)





အကူအညီနှင့် အကြံဉာဏ်ကို ရှာဖွေပါ။

သင် တစ်ဦးတည်း မဟုတ်ပါ။ သင့် အခြေအနေနှင့်ပတ်သက်၍ အကောင်းဆုံး အကူအညီကို ရရှိရန် သင် ရယူနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုဌာနများ ရှိကြပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် သင့် ဆရာဝန်၊ သင့် ဒေသ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးဝါး ဝန်ဆောင်မှုဌာန တို့ကိုလည်း ဆက်သွယ်နိုင်သည် သို့မဟုတ်

အချက်အလက်များ အတွက်

■ **SDERA**
 ဖုန်း- (08) 9402 6415
 အီးမေးလ်- sdera.co@education.wa.edu.au
 ဝက်ဘ်ဆိုက်- www.sdera.wa.edu.au

■ **ဩစတြေးလျန်း အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးဝါး ဖောင်ဒေးရှင်း**
 ဝက်ဘ်ဆိုက်- www.adf.org.au

■ **မူးယစ်ဆေးဝါး အသိရှိပါ**
 ဝက်ဘ်ဆိုက်- www.drugaware.com.au



အကူအညီ အတွက်

■ **Meth Helpline**
 24 နာရီ 7 ရက် လုပ်ပေးသည့် အခမဲ့နှင့် အချက်အလက်လျှို့ဝှက်စွာဖြင့် ဆွေးနွေးနှစ်သိမ့်ပေးခြင်းနှင့် ရည်ညွှန်းလွှဲပေးခြင်း
 ဖုန်း- 1800 874 878
 အီးမေးလ်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
 ဝက်ဘ်ဆိုက်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

■ **အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးဝါး အထောက်အပံ့ ဖုန်းလိုင်း**
 ဖုန်း- (08) 9442 5000
 ဖုန်း- 1800 198 024 (ကျေးလက်မှ ဖုန်းခေါ်သူများ)
 အီးမေးလ်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

■ **မိဘနှင့် မိသားစု မူးယစ်ဆေးဝါး အထောက်အပံ့ ဖုန်းလိုင်း**
 ဖုန်း- (08) 9442 5050
 ဖုန်း- 1800 653 203 (ကျေးလက်မှ ဖုန်းခေါ်သူများ)
 အီးမေးလ်- alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

■ **အဘိုရင်းဂျင်း အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေး ဝန်ဆောင်မှုဌာန**
 ဖုန်း- (08) 9221 1411
 အီးမေးလ်- info@aada.org.au
 ဝက်ဘ်ဆိုက်- www.aads.org.au

ဘာသာပြန် ဝန်ဆောင်မှုများ
 အကယ်၍ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားသည် သင်၏ ပထမ ဘာသာစကား မဟုတ်လျှင် သင်သည် အခမဲ့ ဘာသာပြန် အထောက်အကူကို ဘာသာပြန်နှင့် စကားပြန် ဝန်ဆောင်မှုဌာန (Translating and Interpreting Service) မှတစ်ဆင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။
 ဖုန်း- 131 450

နှုတ်အသံထွက် သို့မဟုတ် အကြားအာရုံ အခက်အခဲများ
 အကယ်၍သင်သည် နားမကြားသူ သို့မဟုတ် နားအကြားအာရုံ သို့မဟုတ် စကားအပြောချို့ယွင်းသူ ဖြစ်လျှင် အမျိုးသားတစ်ဆင့်ခေါ် ဝန်ဆောင်မှုမှတစ်ဆင့် ကျွန်ုပ်တို့အား ဆက်သွယ်ပါ။
 ဖုန်း- 1800 555 660
 အီးမေးလ်- helpdesk@relayservice.com.au
 ဝက်ဘ်ဆိုက်- www.relayservice.gov.au

