



Talaan ng Impormasyon para sa Magulang 3:

Hindi lang ito tungkol sa droga

Ang droga ay isang sangkap maliban sa pagkain, na ginagamit upang baguhin ang paraan ng paggana ng katawan at/o ng kaisipan.

Alam mo ba na ang alak ay isa ring droga?

Magkakaiba ang epekto ng alak at mga droga sa bawat tao. Ang mga karanasan ng mga tao kapag ginagamit ang mga ito ay maaaring hindi magkatulad at maaari pang maging ibang-iba.

Ang mga epekto at bunga ng paggamit ng alak at iba pang droga ay tinitiyak ng kombinasyon ng mga bagay na magkakaugnay; ang mga ito ay:

- ang taong gumagamit ng droga – gaano katanda, nakalipas na paggamit ng droga, lalaki o babae, masaya, malungkot, nag-aalala
- ang lugar kung saan gumagamit ng droga – sila ba ay kasama ng mga kaibigan o ng mga taong di-kilala, malapit sa tubig, nagbabalak magmaneho
- ang ginamit na droga – aling droga, paano ito ginamit, kung ginamit itong kasabay ng iba pang droga

Ang mga droga na nakakapagbago ng lagay ng loob (mood) ay tinatawag na mga drogong psychoactive. Ang mga ito ay nakakaapekto kung paano nag-iisip, nakakaramdam at kumikilos ang isang tao.

Ang Triyanggulo ng Paggamit ng Droga

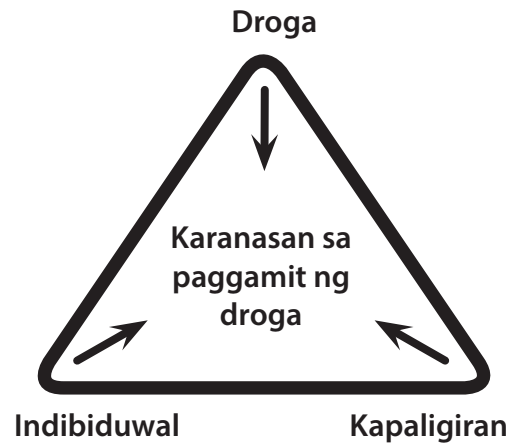
Ang Triyanggulo ng Paggamit ng Droga ay nagpapakita kung paanong ang mga epekto at mga kapinsalaan ng paggamit ng droga ay naiimpluwensiyahan ng mga dahilang ito.

Ang kaalamang ito ay tumutulong sa atin na maunawaan na ang paggamit ng droga ay masalimuot, at kung bakit ang karanasan ng isang tao sa isang droga ay maaaring mabuti ang mararamdaman, habang ang iba namang tao ay makagagamit ng mismong droga, mismong dami, ay magkakaroon ng iba at negatibong karanasan.

Ang ibat ibang sitwasyon, lugar, lagay ng loob, karanasan at mga pangsosyal na grupo ay maaaring makaimpluwensiya sa isang tao na magpasiyang gumamit o hindi gumamit ng droga. Ang mga dahilang ito ay nagkakaiba-iba rin mula sa isang araw hanggang sa susunod. Mahalagang tandaan na lahat tayo ay magkakaiba!

Habang nakikipag-usap sa iyong anak tungkol sa mga droga at anumang mga alalahanin na maaaring mayroon ka tungkol sa paggamit nila ng droga, mahalagang magpokus sa kanilang kaligtasan at kabutihan at magbigay-kaalaman sa mga posibleng pinsala na maaaring maranasan nila.

Bagama't karamihan ng mga kabataan ay hindi magkakaproblema sa alak o mga droga, ang pagkakaroon ng masuportang kapaligiran kung saan makapagtatanong at makasasagot ng mga tanong nang matapat ay muling magbibigay-tiwala sa iyong anak na ikaw ay interesado na maunawaan sila, at ikaw ay naroon para sa kanila kahit na malagay sila sa isang mahirap na sitwasyon. (Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang *Talaan ng Impormasyon para sa Magulang 1: Pakikipag-usap sa iyong mga anak tungkol sa alak at iba pang droga* sa website ng SDERA.)



Humingi ng tulong at payo

Hindi ka nag-iisa. May mga serbisyo kang magagamit upang makakuha ng pinakamabuting tulong para sa iyong sitwasyon. Maaari ka ring makipag-usap sa iyong doktor, sa iyong lokal na Community Alcohol and Drug Service (Serbisyo sa Komunidad ukol sa Alak at Droga) o:

PARA SA IMPORMASYON

■ SDERA

t: (08) 9402 6415
e: sdera.co@education.wa.edu.au
w: www.sdera.wa.edu.au

■ Australian Alcohol and Drug Foundation

w: www.adf.org.au

■ Drug Aware

w: www.drugaware.com.au



PARA SA TULONG

■ Meth Helpline

24/7 libre at kompidensiyal, pagpapayo at pagsangguni
t: 1800 874 878
e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
w: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

■ Alcohol and Drug Support Line

t: (08) 9442 5000
t: 1800 198 024 (mga tumatawag na nasa probinsiya)
e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

■ Parent and Family Drug Support Line

t: (08) 9442 5050
t: 1800 653 203 (mga tumatawag na nasa probinsiya)
e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

■ Aboriginal Alcohol and Drug Service

t: (08) 9221 1411
e: info@aada.org.au
w: www.aads.org.au

MGA SERBISYO NG TAGASALIN SA WIKA

Kung hindi mo unang wika ang Ingles, ikaw ay makakukuha ng libreng suporta ng pagsasalin sa wika mula sa Translating and Interpreting Service
t: 131 450

MGA KAHIRAPAN SA PANANALITA O PANDINIG

Kung ikaw ay bingi, o may pinsala sa pandinig o pananalita, kontakin ang National Relay Service
t: 1800 555 660
e: helpdesk@relayservice.com.au
w: www.relayservice.gov.au

