

Bản Tài liệu cho Cha mẹ 3:

Không phải chỉ là ma túy mà thôi

Ma túy là chất khác hơn thực phẩm, khi vào cơ thể làm thay đổi chức năng hoạt động của cơ thể và/hoặc trí não.

Quý vị có biết bia rượu cũng là ma túy?

Tác động của bia rượu và các loại ma túy khác đối với mỗi người mỗi khác. Trải nghiệm của mỗi người khi dùng chúng có thể không giống nhau và ngay cả có thể hoàn toàn khác biệt.

Tác động và hậu quả của việc dùng bia rượu và các loại ma túy khác là tùy theo kết hợp của các yếu tố có liên quan mật thiết, các yếu tố này là:

- cá nhân dùng ma túy – tuổi tác, đã từng dùng ma túy, nam hay nữ, tâm trạng vui, buồn, căng thẳng
- nơi dùng ma túy – họ đang với bạn bè hay người lạ, gần nơi có nước, dự định lái xe
- ma túy được dùng – loại ma túy nào, dùng cách nào, có dùng chung với các thuốc khác

Thuốc làm thay đổi tâm tính được gọi là ma túy (psychoactive drugs). Chúng có thể tác động đến cách người ta suy nghĩ, cảm nhận và hành động.

Tam giác Dùng Ma túy

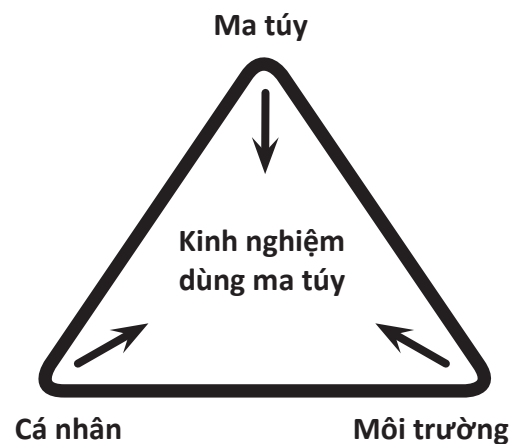
Tam giác Dùng Ma túy cho thấy tác động và tai hại của việc dùng ma túy có thể bị ảnh hưởng bởi các yếu tố này.

Biết được điều này giúp chúng ta nhận thức được rằng dùng ma túy là việc phức tạp và tại sao trải nghiệm của một người dùng ma túy có thể là tích cực trong khi một người khác có thể dùng cùng loại ma túy với cùng liều lượng lại có trải nghiệm khác biệt, tiêu cực.

Khác biệt về hoàn cảnh, nơi chốn, tâm trạng, kinh nghiệm và nhóm giao du có thể ảnh hưởng đến quyết định của người nào đó để dùng ma túy hay không dùng ma túy. Các yếu tố này cũng thay đổi từ ngày này qua ngày khác. Điều quan trọng nên nhớ là chúng ta đều khác nhau!

Khi nói chuyện với con cái quý vị về ma túy và bất kỳ lo lắng nào của quý vị về việc dùng ma túy của các em, điều quan trọng là tập trung vào sự an toàn và lành mạnh của các em, lắng nghe các lo lắng của các em, chia sẻ lo lắng của quý vị và gây nhận thức về các tai hại có thể xảy ra cho các em.

Trong khi đa số thanh thiếu niên sẽ không có vấn đề với bia rượu hay các loại ma túy khác, tạo một môi trường cảm thông để các câu hỏi có thể nêu lên và được giải đáp cởi mở và chân thật sẽ giúp con cái quý vị an tâm là quý vị lưu tâm và hiểu được các em và quý vị luôn sẵn sàng hỗ trợ các em cho dù các em có lâm vào tình cảnh khó khăn. (Muốn biết thêm thông tin hãy xem *Bản Tài liệu cho Cha mẹ 1: Nói chuyện với con cái về bia rượu và các loại ma túy khác* trên trang mạng của SDERA.)



Tìm nơi giúp đỡ và cố vấn

Quý vị không bị đơn độc. Có những dịch vụ quý vị có thể sử dụng để tìm phương cách giúp đỡ tốt nhất cho hoàn cảnh của mình. Quý vị cũng có thể nói chuyện với bác sĩ của mình, Dịch vụ giúp đỡ về Bia rượu và Ma túy Cộng đồng ở địa phương hoặc:



MUỐN BIẾT THÊM THÔNG TIN

SDERA

đt: (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



ĐỂ ĐƯỢC GIÚP ĐỠ

Meth Helpline

24/7 miễn phí & kín đáo, tư vấn và giới thiệu
đt: 1800 874 878
e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
w: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

Alcohol and Drug Support Line

đt: (08) 9442 5000
đt: 1800 198 024 (gọi từ vùng nông thôn)
e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

Parent and Family Drug Support Line

đt: (08) 9442 5050
đt: 1800 653 203 (gọi từ vùng nông thôn)
e: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

Aboriginal Alcohol and Drug Service

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

CÁC DỊCH VỤ PHIÊN DỊCH

Nếu Anh ngữ không phải là ngôn ngữ chính của quý vị, quý vị có thể nhờ Dịch vụ Thông ngôn và Phiên dịch (Translating and Interpreting Service) giúp đỡ miễn phí
đt: 131 450

KHÓ KHĂN VỀ NGHE HOẶC NÓI

Nếu quý vị bị điếc, hay gặp khó khăn khi nghe hoặc nói hãy liên lạc với Dịch vụ Chuyển tiếp Toàn quốc (National Relay Service)
đt: 1800 555 660
e: helpdesk@relayservice.com.au
w: www.relayservice.gov.au

