



Karatasi ya Ukweli ya Wazazi 4:

Kuhusu barafu/methamphetamine

Madawa ya kulevya ni kitu mbali na chakula, ambacho huchukuliwa ili kubadilisha jinsi mwili na/au akili inavyofanya kazi.

Dawa za kulevya zinazobadilisha hisia zinaitwa dawa za kuathiri akili. Zinaweza kuathiri jinsi mtu anafikiria, kuhisi na kutenda.

Nini maana ya Methamphetamine?

Methamphetamine ni aina ya dawa ya kulevya inayoongeza kasi ya kufanya kazi ya ubongo na mfumo mkuu wa neva. Huwa inatokea katika aina tatu:

- mwendo – unga au vidonge
- msingi - nene, kitu cha mafuta
- barafu - kioo au uchafu, unga kama kioo

Kutegemeana na fomu ya aina gani inatumiwa, methamphetamine inaweza kumezwa, kupuliza, kuvuta au sindano na kila njia ya matumizi ina hatari zake.

Kuwa Kichaa ni wakati mtu anaweza kupata uzoefu wa kuchanganyikiwa, udanganyifu na usahaulifu: dalili hizi kwa kawaida kutoweka siku chache baada ya mtu kuacha kutumia methamphetamine.

Madhara ya Methamphetamine

Madhara ya methamphetamine hutofautiana kutoka kwa mtu mmoja hadi mwingine na hutegemea aina gani na kiasi gani cha dawa kimetumika, jinsi wanavyojisikia na wapi wanatumia madawa ya kulevya. (Kwa habari zaidi tazama *Karatasi ya Ukweli ya Wazazi 3: Siyo tu kuhusu dawa za kulevya* kwenye tovuti ya SDERA.)

Baadhi ya madhara ya kutumia madawa ya methamphetamine kimwili na kisaikolojia ni:

- kupunguza hamu ya kula
- kuongezeka kasi ya ngono, hisia za kujamiiana
- Kusaga meno na taya kuuma
- kuwa maadui
- kuchukua hatari kusiko kawaida
- kuhisi wasiwasi, kuchanganyikiwa, fujo
- kuongezeka kwa kiwango cha mapigo ya moyo na shinikizo la damu
- kukua kwa umbile, kutoka jasho
- ugumu kulala na kutotulia
- kupumua kwa haraka/tofauti, maumivu ya kifua
- hisia na imani, tahadhari, nguvu, enye nguvu

Mda mrefu au mara nyingi Zaidi ambazo mtu hutumia methamphetamine huongeza uwezekana wa nafasi yao kupata madhara kama vile:

- usingizi na uchovu
- kutokusinzia
- utapiamlo
- uzoefu na utegemezi
- milipuko ya hasira
- matatizo ya meno
- kuacha kazi za shule au mahudhurio
- shida na polisi
- huzuni, wasiwasi na Kununa
- kuharibika uhusiano
- hatari ya kiharusi na mshtuko wa moyo
- matatizo ya kumbukumbu na umakini
- vipindi vya kichaa.

Methamphetamine: kuendesha na sheria

Ni kinyume cha sheria kutumia, kumiliki, kusambaza na kutengeneza methamphetamine. Kuendesha gari baada ya kuathiriwa na methamphetamine inaweza kusababisha hisia ya kujiamini kupita kiasi, maamuzi mabaya na tabia ya kuwa tayari kuchukua hasara. Polisi katika Australia ya Magharibi wana uwezo wa kupima madereva kama wameathirika na amphetamine.

Nini cha kufanya katika dharura

Kutumia Zaidi ya kiwango cha methamphetamine inaweza kutokea hata kama kimetumiwa kiasi kidogo. Wakati mtu akitumia kupita kiasi wanaweza kusikia maumivu makali ya kichwa ghafla, kizunguzungu, maumivu ya moyo hafifu au tofauti, kuongezeka joto la mwili, kichaa au kifo.

Kama una wasiwasi kwamba huenda mtu kuwa katika hatari kutokana na kuwa alitumia methamphetamine na/ au dawa nyingine, piga mara moja simu 000. Wahudumu kwa kawaida kuhusisha polisi kama tu wakijisikia kutishiwa, kama wengine wako chini ya tishio, kosa limefanyika au kama mtu akifa.



Kutafuta msaada na ushauri

Hauko peke yako. Kuna huduma ambazo unaweza kufikia ili kupata msaada bora kwa ajili ya hali yako. Unaweza pia kuzungumza na daktari wako, Huduma ya Pombe na Dawa za Kulevya ya jamii yako:



KWA HABARI

SDERA

Simu: (08) 9402 6415
Barua pepe:
sdera.co@education.wa.edu.au
Tovuti: www.sdera.wa.edu.au

Shirika la Pombe na Dawa za Kulevya la Australia

Tovuti: www.adf.org.au

Drug Aware

Tovuti: www.drugaware.com.au

KWA MSAADA

Laini ya msaada ya Meth

24/7 bure & usiri, ushauri na rufaa
simu: 1800 874 878
Barua pepe:
alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
tovuti: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

Laini ya msaada wa Pombe na Dawa za Kulevya

simu: (08) 9442 5000
simu: 1800 198 024 (wapigaji wa vijijini)
barua pepe:
alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

Laini ya msaada kwa Wazazi na Familia

simu: (08) 9442 5050
simu: 1800 653 203 (wapigaji wa vijijini)
barua pepe:
alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

Huduma ya Aborigino ya Pombe na Dawa za Kulevya

simu: (08) 9221 1411
Barua pepe: info@aada.org.au
tovuti: www.aads.org.au

HUDUMA YA KUTAFSIRI

Kama Kiingereza sio lugha yako ya kwanza, unaweza kupata msaada wa kutafsiri wa bure kupitia Huduma ya Ukalimani na Utafsiri wa Lugha.
Simu: 131 450

MATATIZO YA KUSEMA AU KUSIKIA

Kama una uziwi, au una matatizo ya kusikia au kusema, wasiliana na Huduma ya Kutosikia ya Taifa
Simu: 1800 555 660
Barua pepe:
helpdesk@relayservice.com.au
tovuti: www.relayservice.gov.au

