



**ንወላዲ ሓቻዊ ዝኾነ ጽሑፍ ወረቀቲ 4:**

# ብዛዕባ ሓደገኛ እጾ ice/methamphetamine

ሓደገኛ እጾ ንናይ ሰብነት ከምኡውን ኣተሓሳስባ ንክልውጥ ብጅኻ መግቢ ዝውሰድ ካልእ ሰበስታንን ንጥረነገር እዩ።

ኮነታት ስሚዒት ዝልውጡ ናይ ስነ-ኣእምሮ ዘነቃቅሑ/psychoactive ሓደገኛ እጾታት ይባሃሉ። ብናይ ሓደ ሰብ ኣተሓሳስባ ኮነታ፤ ስሚዒትን ባሕሪያትን ጸገም ክፈጥሩ ይኽእሉ።

**መታምፊታሚን/**

**Methamphetamine እንታይ እዩ?**

መታምፊታሚን/Methamphetamine ዓይነት ናይ ኣምፊታሚን/amphetamine-type ዘነቃቅሑ እጾ ከምዝኾነ እዚውን ንኣገንገልን ንማዕከላዊ ነርቭ ኣሰራርሓ ዘፋጥን እዩ። ብሰለስተ ዓይነት ይመጽእ:

- ስፒድ ሕሩጭ/speed - powder ወይኻዓ ክኒና/pills
- ሕፍስ ዝበለ/base - a thick, ዘይቲ ዝመሰለ/oily substance
- ኣይስ - ክርትስታል/ice - crystals ወይኻዓ ኮርስ/coarse፤ ክርስታል/crystal ከም ሓርጭ ዘእመሰለ

ከምቲ ትጥቕሞ ዓይነት መታምፊታሚን/ methamphetamine እዚ ከውሓጥ፤ ብፍንጫ ዝሰሓብ፤ ዝትኸኸ ወይኻዓ መርፍእ ብምውጋእ ከኸውን ከምዝኸውንን እም ነንሕድሕዲኡ ኣጠቓቕማ ሜላ ናይባዕሉ ጉድዓት ከነብር ይኽእል።

ሓደ ሰብ ዘየለ ነገር ብምርኣይ ወይኻዓ ብምስማእ፤ ከጋጥሞ እንከሎ ጽላል/Psychosis ይብሃል፤ ብምትላልን ግጉይ እምነት ብምሕዳር ናይ ኣእምሮ ሕማም፣ ብዙሕ ግዜ እዞም ምልክት ሕማማት ኣይርእዩን ይጠፍኡ እዮም ሓደ ሰብ ንናይ መታምፊታሚን ምጥቓም ጠጠው ከብል እንከሎ ንቁሩብ መዓልታት።

**ብመታምፊታሚን/Methamphetamine ዝመጽእ ጸገም**

ጸገም ናይ መታምፊታሚን/methamphetamine ካብ ሰብ ናብ ሰብ ይፈላለይ እዚውን ከምቲ ናይ ሓደገኛ እጾ ዓይነትን ዝተወሰደ መጠን፤ ክንደየናይ ሓያልን ቦቲ ትወስደሉ ቦታ ክፈላለይ ይኽእል እዩ። (ንዝበለጸ መረዳእታ ንናይ ወላዲ ሓቻዊ ጽሑፋዊ ወረቀቲ 3: ምርኣይ፤ እዚ ብዛዕባ ሓደገኛ እጾ ጥራይ ኣይኾነን ኣብ SDERA ዌብሳይቲ ምር ኣይ።)

ብነታምፊታሚን/methamphetamine ብምጥቓም ዚመጹ ሓደሓደ ናይ ኣካልን ኣእምሮ ጸገማት:

- ድሴት መግቢ ምቅናሰ
- ርክብ ስጋዊ ስሚዒት ምልክልን ምውሳኽ
- ስኒታት ምሕኛኽን መንጋጋ ምጭባጥ
- ጽሊኢ ዚርኢ
- ዘይተለምዶ ሓደጋ ምውሳድ
- ናይ ምብስጫው፣ ምቕኳል፣ ተባኣሲነት ስሚዒት
- ናይ ልቢ ውቕዒትን ደም ድፍኢት መጠን ምውሳኽ
- መርዓት ዓይነ ምዕባይን ርሓዕ ምግባር
- ምድቃስ ጸገምን ምጭናቅ እረፍቲ ምስኣን
- ቐልጢፍካ/ዘይመደባዊ ምትንፋስ፤ ቃንዝ ኣፍ ልቢ
- ምትእምማን፣ ቀዳምካ ምፍላጥ፤ ሓይሊን ጠንካራ ከምዝኾንካ እምነት ምሕዳር።

ንነዊሕ ግዜ ወይኻዓ ብዙሕ ግዜ ንመታምፊታሚን ዝተጠቀመ ሰብ ዓቢ ንናይ ጉድዓት ምብጻሕ እድል ከምዝነብር እዚውን ከም:

- ሕማም ዘይምድቃስ/insomnia ኸምኡውን ምድኻም
- ዘይምድቃስ
- ብጥሜት ምስቓይ
- ሸለል ምባል ወይኻዓ ጽግዕተኛ ምኻን
- ብጣዕሚ ምብስጫው
- ጸገም ኮሩምቲ
- ካብ ቤት ትምህርቲ ሥራሕ ምግዳፍ ወይኻዓ ዘይምኻድ
- ጸገም ምስ ፖሊስ
- ናይ ጭንቀት መንፈስ፣ ምብስጫውን ስምዒት ምቕይያር
- ዘሎ ርክቢ ዝምድና ምብልሻው
- ናይ ደም ምርጋእ ጠጠው ምባልን ናይ ልቢ ሕማም ጸገም
- ጸገማት ናይ ምዝኻርን ጠመት ናይ ምግባር
- ናይ ኣእምሮ ምውዥቕ/ psychosis ግዜ።

**መታምፊታሚን/Methamphetamine: ምዝቀርን እቲ ሕጊ**

መታምፊታሚን ምጥቃም፣ ምሃዝ፣ ምእዳል ወይኻዓ ከምረት ምግባር ዘይሕጋዊነት እዩ። ብመታምፊታሚን ተመሪዝካ ምዝቀር ካብ እምነት ንላእሊ ከትኸውን፣ ሕጻን ግምት ከነብረካን ናብ ሓደጋ ምውሳድ ባሕሪ ስሚዒት ከሕድረልካ ይኽእል። ኣብ ወስተርን ኣውስትራሊያ ፖሊስ ብመታምፊታሚን ተበራቢሮም ማኪና ዘወርቲ ክፍትሽ ከምዝኽእል እዩ።



## ብህጹጽ እዋን ሓዲጋ እንታይ ከምዝግበር

ዋላ ቐፍቲ መጠን መታምፊታሚን ተጠቂምካ ካብ ዕቅን መጠን ንላዕሊ ክኸውን ይኸእል። ሓደ ሰብ ካብ መጠን ዕቅን ንላዕሊ ክወስድ እንከሎ ሓንደበታዊ ዝኾነ ናይ ርእሲ ሕማም፣ ቅልጥፍ ቅልጥፍ ምባል፣ ውቅዕ ልቢ ዘይመደባዊን ድኹም ይኸውን፣ ናይ ስብነት ርስኒ ይውስኹ፣ ምዕባድ ወይኸዓ ምሟት ይኸውን።

ዝኾነ ሰብ መታምፊታሚን ከምኡውን/ወይኸዓ ካልእ ሓደገኛ እጸ ተጠቂሙ ኣብ ጸገም ውሽጢ እዩ ኢልካ ትጫነቅ እንተኾይንኻ ቀልጢፍካ ብስልኪ 000 ምድዋል። ብዙሕ ግዜ ተኻእሎ ሓኻይም ጥራይ ተሳትፎ ከምዝገብሩ እሞ ፖሊስ ተሳትፎ ዝገብረሉ ዝፈርሑ እንተኾይኖም፣ ካልኣት እውን ኣብ ፍርሒ ውሽጢ እንተኾይኖም፣ ገበን ተፈጻሙ እንተኾይኑ ወይኸዓ ዝኾነ ሰብ እንተሞይቱ እዩ።



## ሓገዝን ምኽሪ ምድላይ

ንስኻ ጥራይ ኣይኾንካን። ብዘለኻ ኩነታት ብጣዕሚ ጽቡቕ ሓገዝ ንምርካብ ክትጥቀሙሉ ትኸእል ኣገልግሎታት ኣለው። ከምኡውን ንሓኪምካ፣ ብናትኻ ከባቢ ናይ ማሕበረሰብ ኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ኣገልግሎት ክተዘራርብ ትኸእል ወይኸዓ።



## ንዘበለጸ ሓበሬታ ንምርካብ

- SDERA**  
 ስልኪ: (08) 9402 6415  
 ኢሜል: sdera.co@education.wa.edu.au  
 ዌብሳይት: www.sdera.wa.edu.au

- ናይ ኣውስትራሊያ ኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ፋውንዴሽን**  
 ዌብሳይት: www.adf.org.au

- ምፍላጥ ንሓደገኛ እጸ**  
 ዌብሳይት: www.drugaware.com.au

## ንሓገዝ

- ናይ ሓገዝ መስመር/Meth Helpline**  
 ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓታት ኣብ ሰሙን 7 መዓልታት ብናጻን ምስጢራዊ ብዝኾነ መግኸርቲን ናብ ዝምልከቶ ምልኣኽ ስልኪ: 1800 874 878  
 ኢሜል: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au  
 ዌብሳይት: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au
- ብኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ናይ ደገፍ መስመር**  
 ስልኪ: (08) 9442 5000  
 ስልኪ: 1800 198 024 (ኣብ ሃገረሰብ ኾይኖም ዝድውሉ)  
 ኢሜል: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
- ንወለዲን ስድራቤት ናይ ሓደገኛ እጸ ደገፍ መስመር**  
 ስልኪ: (08) 9442 5050  
 ስልኪ: 1800 653 203 (ኣብ ሃገረሰብ ኾይኖም ንዝድውሉ)  
 ኢሜል: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
- ንኣቦርጂናል ኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ኣገልግሎት**  
 ስልኪ: (08) 9221 1411  
 ኢሜል: info@aada.org.au  
 ዌብሳይት: www.aads.org.au

**ናይ ትርጉም ኣገልግሎታት**

እንግሊዝኛ ናይ መጀመርታ ቋንቋኹም እንተዘይኾይኑ ብናጻ ናይ ትርጉም ደገፍ ብናይ ትርጉምን ኣስተርጓሚ ኣገልግሎት ኣቢሉ ክትረኽቡ ትኸእሉ። ስልኪ: 131 450

**ናይ ምዝራብ ወይኸዓ ምስማእ ጸገማት**

ዘይትሰምእ ጸማም እንተኾይንካ፣ ወይኸዓ ናይ ምስማእ ወይኸዓ ምዝራብ ጉድለት ጸገም እንተሃልዩካ ንሃገራዊ መተሓላለፊ ኣገልግሎት ኣዘርቡ። ስልኪ: 1800 555 660  
 ኢሜል: helpdesk@relayservice.com.au  
 ዌብሳይት: www.relayservice.gov.au

