ဆေးခြောက် အကြောင်းနားလည်ခြင်း။

Understanding Cannabis (Burmese)

ဆေးခြောက်သည် စိတ်ခါတ်လျော့ကျစေတတ်သောဆေးဖြစ်ပါသည်။ဆိုလိုသည်မှာ ၎င်းသည် ဦးနှောက် နှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကိုနှေးကွေးစေသည်။ ဆေးခြောက်တွင် ဓာတုဗေဒပစ္စည်း THC (delta-9 tetrahydrocannabinol) ပါဝင်၍ ၎င်းသည် စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသည့်သက်ရောက်မှုများရှိ သည်။ ဆေးခြောက်သည် ဦးနှောက်၊အာရုံနှင့်အတွေးများအပေါ်အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်။

ရေတိုအကျိုးသက်ရောက်မှုများ။

လူတို့သည်စိတ်သက်သာရာရရန်သို့မဟုတ်အိပ်စက်ခြင်းနှင့်အစာစားချင်စိတ်ကိုကူညီရန်ဆေးခြောက်ကိုအသုံးပြုခြင်းရှိနိုင်သည်။ ဆေးခြောက်သည်လူအများအပေါ်တွင်အကျိုးသက်ရောက် မှုရှိခြင်းမတူညီပါ။ မည်မျှပြင်းထန်သည်၊ မည်သို့အသုံးပြုသည်၊မည်မျှအသုံးပြုသည်၊အခြားဆေး ဝါးများ(ဆေးရွက်ကြီးအပါအဝင်)နှင့်သုံးဆောင်ခြင်း၊ သုံးစွဲသူ၏အရပ်၊ ကိုယ်အလေးချိန် နှင့်ကျန်း မာရေးစရှိသောအချက်အလက်များပေါ်မူတည်သည်။ စိတ်ချရသောအသုံးပြုမှုအဆင့်မရှိကြောင်း သိရန်အရေးကြီးသည်။

ရေရှည်အကျိုးသက်ရောက်မှုများ။

- စိတ်ခါတ်လှုံ့ဆော်မှုလျှော့နည်းခြင်း။
- မှတ်ဉာဏ်နှင့်သင်ယူမှုပြဿနာများ။
- ကာမစိတ်လျှော့ချခြင်း။
- ကင်ဆာ
- ရုတ်တရက်၊အကြောင်းမဲ့ စိတ်ပြောင်းလဲခြင်း။
- စိတ်ခါတ်ကျခြင်း။
- စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်း။
- စိတ်ရှုပ်ထွေးမှု။
- အကြောက်လွန်ရောဂါ။

ဆေးခြောက်ကို ပုံမှန် အလွန်အကျွံသုံးစွဲသူများသည်ပညာရေးနှင့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်း နည်းပါးခြင်း၊ ညံ့ဖျင်းသောဆက်ဆံရေး နှင့် ဘဝကျေနပ်မှုနိမ့်ကျခြင်းရှိကြသည်။

ဆေးခြောက်သုံးစွဲခြင်းသည် စိတ်ကျန်းမာရေးပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း အန္တရာယ်ကိုတိုးမြှင့် နိုင်သည်။ အထူးသဖြင့် စိတ်ရောဂါဆိုင်ရာပြဿနာများ ယခင်ကရှိ ခြင်း သို့ မဟုတ် မိသားစု မှတ် တမ်းရှိခဲ့လျှင်၊ အကြောက်လွန်ရောဂါ၊ စိတ်ကျရောဂါ၊ စိုးရိမ်စိတ်၊ စိတ်အာရုံချောက်ခြားခြင်း သို့မဟုတ် စိတ်လွတ်ခြင်းအပါအဝင်ဖြစ်ပေါ် စေနိုင်သည်။

ဆေးခြောက်ပြဿနာ၏လက္ခဏာများ။

- ဆေးခြောက်သုံးစွဲရန်အတွက်အချိန်များစွာကုန်ခြင်း။
- ကြီးမားသောပမာဏကိုအသုံးပြုခြင်း။
- တူညီသောအကျိုးသက်ရောက်မှုရရှိရန်ပိုမိုအသုံးပြုရန်လိုအပ်ခြင်း။
- အသုံးပြုမှုကိုရပ်တန့်ရန်သို့မဟုတ်လျှော့ချရန်အခက်အခဲရှိခြင်း။
- ဆုတ်ခွာရောဂါလက္ခဏာများတွေ့ကြုံနေရခြင်း။
- မိသားစုပြဿနာများ၊ ငွေကြေးဆိုင်ရာပြဿနာများ သို့မဟုတ်ရဲနှင့်ပြဿနာများ ကိုဖြစ် ပေါ်စေခြင်း။

ဆေးခြောက်သုံးစွဲမှုကိုရပ်တန့်ခြင်းသို့မဟုတ်လျှော့ချခြင်း။

ဆေးခြောက်သုံးစွဲသူအချို့သည်ရပ်တန့်ရန်အခက်အခဲတွေ့ကြုံတတ်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက် သည်ဆေးခြောက်ကိုအားကိုးနေရသောအခါ၊ ရပ်တန့်သည့်အခါ ဆုတ်ခွာရောဂါလက္ခဏာများ ကို ဖြစ်ပေါ်စေ နိုင်သည်။ဆုတ်ခွာရောဂါလက္ခဏာများတွင် စိတ်မကောင်းဖြစ်ခြင်း၊စိုးရိမ်ခြင်း၊ အိပ် စက်ခြင်းနည်း ခြင်း၊ စိတ်တိုခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ ငတ်မွတ်ခြင်း၊ မောပန်း ခြင်း နှင့်တပ်မက် ခြင်းတို့ပါဝင်ပါသည်။

ဆေးခြောက်သုံးစွဲမှုကိုလျှော့ချရန်သို့မဟုတ်ရပ်တန့်ရန်ကြိုးပမ်းမှုအကြိမ်များအနည်းငယ်ရှိနိုင် သည်။

- သုံးစွဲမှုကိုရပ်တန့်ရန်သို့မဟုတ်လျှော့ချရန် သင့်အကြောင်းပြချက်များကိုအာရုံစိုက်ပါ။
- ဆေးခြောက်ကိုဆေးရွက်ကြီးနှင့်မရောနှောပါနှင့်။
- သင်ဆေးခြောက်မည်မျှသုံးစွဲသည်ကိုကန့်သတ်ပါ။
- အသုံးပြုခြင်းနှင့်ဆက်စပ်သောအရာများကိုရှောင်ပါ။ ယင်းတို့မှာ နေရာများ၊ လူများနှင့် စိတ်ဖိစီးမှုအခြေအနေများ။
- · သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်၊ မိသားစုဝင်သို့မဟုတ် ဆရာဝန်ကိုအကူအညီတောင်းပါ။

ဆေးခြောက်သုံစွဲးခြင်းနှင့်ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ်တွင်ဆေးခြောက်သုံးစွဲခြင်းသည်ဆင့်ပွား ရောဂါဖြစ်ခြင်း၏မြင့်မားသောနှုန်းထားများနှင့်ဆက်စပ်နေသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ် သို့မဟုတ် နို့တိုက်နေစဉ်ဆေးခြောက်သုံးစွဲ ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ စိုးရိမ်ပူပန်သူများသည်မိမိတို့၏ဆရာဝန်အားပြောဆို သင့်သည်။

အကူအညီရနိုင်သည်။

အေးဒစ်(စ်) ၂၄/၇(Adis 24/7) အရက်နှင့်မူးယစ်ဆေးဝါးထောက်ပံ့ မှုသည် ကွင်းဆလန်း (Queensland) ရှိအရက်နှင့်အခြားမူးယစ် ဆေးဝါးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များရှိသူများ၊ သူတို့အပေါ် သံယောဇဉ်ရှိသူများ နှင့်ကျန်းမာရေးပညာရှင်များအတွက် အတွက် ၂၄ နာရီ၊ ၇ ရက်တစ် ပတ် လျှို့ဝှက်ထောက်ပံ့ရေးဝန်ဆောင်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။အကယ်၍ သင်သည်အရက်သို့မဟုတ် အခြား မူးယစ်ဆေးဝါးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များ နှင့်ပတ်သက်၍အကြံပေးပုဂ္ဂိုလ်နှင့်စကားပြောလိုပါက Adis သည် စကားပြန်တစ်ဦးကိုစီစဉ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့နှင့်စကားပြောပါ။ ဘယ်အချိန်မဆို၊ ဘယ်နေရာမှာမဆို။ ၁၈၀၀ ၁၇၇ ၈၃၃

အရေးပေါ်အခြေအနေမှာဘာလုပ်ရမလဲ။

တစ်ဦးတစ်ယောက်ကပြင်းထန်သောစိတ်အာရုံချောက်ခြားခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းသို့မဟုတ် အကြောက်လွန်ရောဂါခံစားနေရပါက သူတို့ကိုငြိမ်သက်စွာ နှင့် လုံခြုံစွာထားပါ။

အကယ်၍ထိုလူသည်လဲကျခြင်း၊သို့မဟုတ်သတိမရခြင်းဖြစ်နေပါက၊ **သုညသုံးလုံး (000)** ကိုဆက်ပြီးလူနာတင်ကားကိုခေါ်ပါ။ အကယ်၍အသက်ရှူရပ်သွားခဲ့သော်၊ CPR အသက်ကယ် ဆယ်ခြင်းစပါ။အကယ်၍ သူတို့သည်ပုံမှန်အသက်ရှူနေပါက နာလန်ထူအနေအထားပုံစံတွင်ထား ပြီးဆက်လက်စောင့်ကြည့်ပါ။