ຖ້າທ່ານຕ້ອງການລາຍລະອຽດຕື່ມກ່ຽວກັບບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອພໍ່ແມ່ແລະຄົນໜຸ່ມເລື່ອງຢາເສບຕິດແລະເຫຼົ້າ ຂໍໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາສູນອະນາມັຍຊຸມຊົນຫຼືສູນສຶກສາເລື່ອງຢາເສບຕິດແລະເຫຼົ້າສຳລັບຊົນຊາດຕ່າງໆ (Drug and Alcohol Multicultural Education Centre ຫຼືເອີ້ນຫຍໍ້ວ່າ DAMEC) ເບີໂທຣ (02) 9699 3552. ອາດຈະມີຜູ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳທີ່ເວົ້າພາສາລາວ ແຕ່ຖ້າບໍ່ມີເຂົາເຈົ້າກໍຈະຈັດຜູ້ແປພາສາໄວ້ໃຫ້. (ບໍລິການເລື່ອງໃຫ້ຄຳແນະນຳກ່ຽວ ກັບທັງເຫຼົ້າແລະຢາເສບຕິດຖືເລື່ອງທຸກຢ່າງເປັນຄວາມລັບ). ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຢາກໄດ້ ປຶ້ມນ້ອຍທີ່ຊື່ວ່າ "ສິບຢ່າງທີ່ພໍ່ແມ່ຖາມກ່ຽວກັບຢາເສບຕິດ" (10 Questions Parents ask about Drugs) ຂໍໃຫ້ທ່ານໄປຂໍເອົາໄດ້ທີ່ສູນອະນາມັຍຊຸມຊົນ ຫຼື ທີ່ DAMEC.

<u>ຢ່າລືມວ່າ - ເປັນການຜິດກົດໝາຍທີ່ຂາຍຢາສູບໃຫ້ແກ່ຄົນທີ່ມີອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 18 ປີ</u>
ຄົນຂາຍຢາສູບທຸກໆຄົນຕ້ອງຖາມເອົາໃບຢັ້ງຢືນອາຍຸຈາກຄົນໜຸ່ມວ່າເຂົາເຈົ້າອາຍຸ ເກີນ 18 ປີ ແລ້ວ ກ່ອນຂາຍ ຢາສູບໃຫ້. ໃບຢັ້ງຢືນນີ້ອາດແມ່ນໃບຂັບຂີ່ ພາສປອດ ຫຼືໃບຢັ້ງຢືນອາຍຸທີ່ທາງການຖນົນແລະຈາຣະຈອນ (Roads and Traffic Authority) ອອກໃຫ້. ຜູ້ໃດທີ່ຝ່າຝືນກົດໝາຍອັນນີ້ຈະຖືກປັບໄໝຮອດ $5,000. ເຫດຜົນທີ່ກົດໝາຍນີ້ອອກມາກໍເພື່ອປ້ອງກັນສຸຂພາບຂອງຄົນໜຸ່ມໂດຍການເຮັດໃຫ້ການຫາໃຊ້ຢາສູບຂອງເຂົາເຈົ້າໃຫ້ຍາກຂຶ້ນ. ຄົນໃດທີ່ເລີ້ມສູບຢາແຕ່ຍັງໜຸ່ມໆ, ຄົນນັ້ນມັກສູບຢາຕໍ່ໄປຈົນອາຍຸແກ່ຂຶ້ນ - ຄວາມຈິງທີ່ໜ້າເສົ້າໃຈກໍຄື ປະມານ 40 ເປີເຊັນຂອງຄົນທີ່ສູບຢາຕາຍຍ້ອນພຍາດທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຢາສູບ. ໃນຂນະດຽວກັນ ຄົນໜຸ່ມທີ່ຫຼີກເວັ້ນການສູບຢາກ່ອນອາຍຸ 18 ປີ ສ່ວນຫຼາຍບໍ່ຄ່ອຍກາຍເປັນຄົນສູບຢາໃນພາຍຫຼັງ.

ເບີໂທຣະສັບເຫຼົ່ານີ້ ແມ່ນຖືກຕ້ອງໃນເວລາທີ່ພິມເອກກະສານນີ້ ແຕ່ວ່າອາດມີການປ່ຽນແປງ. ທ່ານອາດຈະຕ້ອງໄດ້ກວດເບິ່ງເລກໂທຣໃນສມຸດໂທຣະສັບເບິ່ງໃໝ່.

NSW Multicultural Health Communication Service
Website: http://mhcs.health.nsw.gov.au
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au

multicultural communication

Laotian
7 April 1997
[BHC-3095]

What Should You Do if you Think Your Child is Using Illegal Drugs?

ຈະເຮັດຢ່າງໃດຖ້າທ່ານຄຶດວ່າ ລູກໃຊ້ຢາເສບຕິດ ຊນິດຜິດກົດໝາຍ?

REVIEWED November 2004
NSWMulticulturalHealthCommunicationService

NSW HEALTH DEPARTMENT

What Should You Do if you Think Your Child is Using Illegal Drugs?
ຈະເຮັດຢ່າງໃດຖ້າທ່ານຄຶດວ່າລູກໃຊ້ຢາເສບຕິດຊະນິດຜິດກົດໝາຍ?

ພໍ່ແມ່ຄວນຈະເຮັດຢ່າງໃດຖ້າສົງສັຍວ່າລູກຂອງຕົນໃຊ້ຢາເສບຕິດ? ເຖິງວ່າຈະເປັນເຣື່ອງທັມມະດາຢູ່ເອງທີ່ພໍ່ແມ່ຈະຕ້ອງຮູ້ສຶກໃຈຮ້າຍແລະຂູ່ວ່າຈະທຳໂທດລູກ, ແຕ່ປະຕິກິຣິຍາດັ່ງກ່າວອາດເຮັດເຫດການຕ່າງໆເລວຮ້າຍລົງໄດ້. ມີເຫດຜົນທີ່ດີໃນການອະທິບາຍເຣື່ອງນີ້. ຄົນໜຸ່ມຕ້ອງການຢາກຮູ້ວ່າພໍ່ແມ່ຮັກເຂົາເຈົ້າແລະຢາກໃຫ້ພໍ່ແມ່ຊ່ວຍເມື່ອເຂົາເຈົ້າມີບັນຫາ- ຄວາມໂມໂຫໂຫໂສແລະການຂົ່ມຂູ່ອາດເຮັດໃຫ້ລູກເກີດຄວາມຢ້ານຈົນຂາດຄວາມ ເຊື່ອໃຈໃນຕົວພໍ່ແມ່ເມື່ອເຂົາເຈົ້າມີບັນຫາ. ການທີ່ຄົນໜຸ່ມທົດລອງໃຊ້ຢາເສບຕິດຜິດກົດໝາຍອາດໝາຍຄວາມວ່າເຂົາເຈົ້າມີບັນຫາຢ່າງໃດຢ່າງນຶ່ງແລ້ວ.

ສິ່ງທຳອິດທີ່ຕ້ອງເຮັດກໍຄື ຕ້ອງພຍາຍາມຕັ້ງອົກຕັ້ງໃຈໃຫ້ດີແລະບໍ່ຕິຕົນເອງວ່າເປັນພໍ່ແມ່ທີ່ໃຊ້ການບໍ່ໄດ້ຍ້ອນເຫດການດັ່ງກ່າວເກີດຂຶ້ນກັບຄອບຄົວຂອງຕົນ. ບັນຫາເຊັ່ນນີ້ເກີດຂຶ້ນໄດ້ກັບຄອບຄົວທຸກແບບທຸກຊະນິດ. ສິ່ງຕໍ່ໄປທີ່ຄວນເຮັດກໍຄືຕ້ອງໄດ້ຮຽນຮູ້ວ່າຢາເສບຕິດມີຜົນຢ່າງໃດແດ່ຕໍ່ສຸຂພາບ. ທ່ານສາມາດຮູ້ເຣື່ອງນີ້ໄດ້ໂດຍການໂທຣະສັບຫາໜ່ວຍໃຫ້ຂໍ້ມູນເຣື່ອງເຫຼົ້າແລະຢາເສບຕິດ (Alcohol and Drug Information Service) ທີ່ເບີ (02) 9361 8000(1800 422 599 toll free) ໂທຣໄດ້ຕລອດ 24 ຊົ່ວໂມງ ເຈັດມື້ຕໍ່ອາທິດ. ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ບອກຊື່. ຖ້າທ່ານບໍ່ໝັ້ນໃຈເຣື່ອງການເວົ້າໂທຣະສັບເປັນພາສາອັງກິດ, ທ່ານສາມາດໂທຣຫາພແນກແປພາສາທາງໂທຣະສັບ ທີ່ ເບີ 131 450 ເພື່ອຂໍໃຫ້ເຂົາເຈົ້າໂທຣໃຫ້. ນອກຈາກນີ້ທ່ານຍັງສາມາດຕິດຕໍ່ຫາສູນອະນາມັຍຊຸມຊົນໃນເຂດທ້ອງຖິ່ນແລະບອກໃຫ້ເຂົາເຈົ້າສົ່ງທ່ານໄປຫາຜູ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳດ້ານເຫຼົ້າແລະຢາເສບຕິດ. ນອກຈາກນີ້ແລ້ວ ທ່ານຍັງຈະຕ້ອງມີເຣື່ອງໄດ້ຄຶດໜັກອີກຫຼາຍເຣື່ອງ. ຂໍໃຫ້ພິຈາຣະນາເຣື່ອງທີ່ກ່າວຂ້າງລຸ່ມນີ້:

ເປັນຫຍັງຄົນໜຸ່ມຈຶ່ງໃຊ້ຢາເສບຕິດຜິດກົດໝາຍ? ສ່ວນຫຼາຍແລ້ວເຫດຜົນກໍແມ່ນອັນດຽວກັບເຫດຜົນທີ່ວ່າເປັນຫຍັງຜູ້ໃຫຍ່ຈຶ່ງໃຊ້ຢາເສບຕິດທີ່ຖືກຕ້ອງຕາມກົດໝາຍເຊັ່ນຢາສູບແລະເຫຼົ້ານັ້ນເອງ - ເພາະວ່າເຂົາເຈົ້າຕ້ອງການພັກຜ່ອນ, ມີຄວາມເບີກບານມ່ວນຊື່ນແລະເຂົ້າກັບສັງຄົມຂອງກຸ່ມເຂົາເຈົ້າໄດ້. ນອກຈາກນີ້ ຍັງເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ເຮົາຕ້ອງຈຳໄວ້ວ່າເຖິງແມ່ນວ່າຢາສູບແລະເຫຼົ້າເປັນຢາເສບຕິດທີ່ຖືກຕ້ອງຕາມກົດໝາຍ ແຕ່ມັນສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາດ້ານສຸຂພາບໄດ້ຫຼາຍກວ່າຢາເສບຕິດທີ່ຜິດກົດໝາຍເສັຍອີກ. ບາງທີ ຄົນໜຸ່ມ ອາດໃຊ້ຢາເສບຕິດຍ້ອນວ່າເຂົາເຈົ້າມີຄວາມຢາກຮູ້ຢາກເຫັນຢາກທົດລອງສິ່ງໃໝ່ໆ ຫຼືບາງທີກໍອາດຍ້ອນວ່າເຂົາເຈົ້າມີບັນຫາຢ່າງໃດຢ່າງນຶ່ງ - ເຊັ່ນວ່າເຂົາເຈົ້າອາດມີຄວາມກົດດັນເຣື່ອງໂຮງຮຽນ, ເຂົາເຈົ້າອາດຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງເຂົ້າກັບຄົນໜຸ່ມອື່ນໆບໍ່ໄດ້, ຫຼືເຂົາເຈົ້າອາດຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງດ້ອຍຄຸນຄ່າຫຼືມີປົມດ້ອຍດ້ານໃດດ້ານນຶ່ງ. ນອກຈາກນີ້ ຂໍໃຫ້ທ່ານຈົ່ງຮັບຮູ້ຄວາມຈິງທີ່ວ່າ ສັງຄົມທີ່ລູກໆເຮົາເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນມານັ້ນແຕກຕ່າງກັນຫຼາຍກັບສັງຄົມທີ່ພໍ່ແມ່ເຂົາເຈົ້າເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນມາ. ສັງຄົມປັດຈຸບັນເປັນສັງຄົມທີ່ຄົນເຮົາຄຸ້ນເຄີຍຕໍ່ການຕອບສນອງຄວາມຕ້ອງການຂອງຕົນເອງໄດ້ຢ່າງວ່ອງໄວທັນໃຈ - ເມື່ອຄົນເຮົາເກີດຄວາມເບື່ອໜ່າຍຂຶ້ນມາເຮົາກໍສາມາດເປີດເບິ່ງໂທຣະທັດປຸບແລະໄດ້ຮັບຄວາມບັນເທີງປັບໂລດ, ຖ້າເຮົາຮູ້ສຶກເຈັບຂຶ້ນມາເຮົາກໍກິນຢາບັນເທົາຄວາມເຈັບໄດ້ໂລດ, ຖ້າເຮົາເກີດກົດດັນຂຶ້ນມາ ກໍມີຢາເສບຕິດທີ່ຖືກຕ້ອງຕາມກົດໝາຍເຊັ່ນຢາສູບແລະເຫຼົ້າ - ຫຼືຢາເສບຕິດທີ່ຜິດກົດໝາຍເຊັ່ນກັນຊາ ໄວ້ຄອຍຕອບສນອງຄວາມຕ້ອງການໄດ້ສເມີ - ເພື່ອເຮັດໃຫ້ເຮົາຮູ້ສຶກດີຂຶ້ນ.

ແມ່ນຫຍັງກັນແທ້ທີ່ທ່ານຢ້ານກ່ຽວກັບການໃຊ້ຢາເສບຕິດ? ເປັນຍ້ອນທ່ານຄຶດວ່າລູກອາດຕາຍຍ້ອນໃຊ້ຢາເກີນຂນາດຫຼືວ່າຢ້ານຢາເສບຕິດຈະທຳລາຍສຸຂພາບເຂົາເຈົ້າ? ຫຼືວ່າເປັນຍ້ອນທ່ານຄຶດວ່າມັນຈະມີຜົນກະທົບຕໍ່ການຮຽນຫຼືວຽກການເຂົາເຈົ້າ? ທ່ານຢ້ານວ່າລູກອາດມີບັນຫາກັບຕຳຣວດຫຼືວ່າການໃຊ້ຢາເສບຕິດນີ້ຈະນຳໄປສູ່ການໃຊ້ຢາທີ່ຮ້າຍແຮງຂຶ້ນ? ເມື່ອທ່ານໃຈເຢັນລົງແດ່ແລ້ວ ຈົ່ງພຍາຍາມຖາມໃຫ້ຮູ້ຕື່ມຈາກລູກວ່າເຂົາເຈົ້າໃຊ້ຢາແບບໃດ - ໃຊ້ຫຼາຍປານໃດແລະກັບໃຜ? ອາດເປັນໄປໄດ້ວ່າລາວເຄີຍທົດລອງຢາເສບຕິດພຽງ ແຕ່ຄັ້ງດຽວເທົ່ານັ້ນ. ຄົນໜຸ່ມຫຼາຍຄົນເຄີຍທົດລອງໃຊ້ຢາເສບຕິດຜິດກົດໝາຍແຕ່ບໍ່ຕິດ. ຈົ່ງບອກກັບລູກວ່າທ່ານມີຄວາມເປັນຫ່ວງໃນເຣື່ອງການໃຊ້ຢາເສບຕິດແລະຢາກຊ່ວຍກັນແກ້ໄຂ. ໃຫ້ຖາມເບິ່ງວ່າລາວຢາກໄປຫາຜູ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳເຣື່ອງຕິດ ເຫຼົ້າແລະຢາເສບຕິດບໍ.

ພໍ່ແມ່ບາງຄົນອາດຕັ້ງຄຳຖາມວ່າ "ແຕ່ວ່າຖ້າເຮົາຂູ່ດ້ວຍການທຳໂທດຫຼືຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເຂົາອອກເຮືອນ ມັນກໍຄວນເຮັດໃຫ້ເຂົາເຊົາຢາໄດ້?" ຄຳຕອບກໍຄືວ່າ ການກະທຳດັ່ງກ່າວມັກບໍ່ໄດ້ຜົນ. ຄວາມຈິງມີຢູ່ວ່າບໍ່ມີຫຍັງທີ່ພໍ່ແມ່ເວົ້າຫຼືກະທຳຈະເຮັດໃຫ້ຄົນໜຸ່ມເຊົາຢາ. ໃນຖານະພໍ່ແມ່ສິ່ງທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ໄດ້ຜົນດີທີ່ສຸດກໍຄືການສະແດງອອກເຖິງຄວາມຮັກຕໍ່ລູກ ແລະເຮົາພ້ອມສເມີທີ່ຈະຮັບຟັງບັນຫາຂອງເຂົາເຈົ້າ. ຖ້າເຮົາໃຊ້ວິທີອັດປະຕູຕັນເຂົາ ກໍຍິ່ງມີແນວໂນ້ມວ່າເຂົາເຈົ້າຈະໃຊ້ຢາເສບຕິດອີກ. ຖ້າເຮົາໃຊ້ວິທີເປີດປະຕູໃຫ້ກວ້າງຢູ່ສເມີ ໂອກາດທີ່ລູກຈະມາຫາເຮົາແລະຂໍໃຫ້ພໍ່ແມ່ຊ່ວຍເພື່ອອອກຢາເສບຕິດກໍຈະມີຫຼາຍຂຶ້ນ.