

ብዛዕባ ሓደገኛ ዕጽ መረዳኢታ ንምርካብ DRUGInfo Clearinghouse ብስልኪ 1300 85 85 84. ምዝራብ ወይካዓ ኣብ ዌብሳይት www.druginfo.adf.org.au ምርካይ።

ሚስጢራዊ ዝገኝ ነገራት ኣብ 24 ሰዓታት ብዛዕባ ሓደገኛ ዕጽን ስልኪሆል ምኽሪን ናብ ዝምልከቶ ኣካል ንምልካክ ብቐጥታ 1800 888 236 ምድዋል [ኣብ ሙሉኡ መምሕድዳር]

ከምኡ'ውን ብዛዕባ ሓደገኛ ዕጽ ንስድራ ቤት ሓገዝ ዘቅርቡ ብስልኪን 1300 660 068 ምዝራብ።

ምልከታ፡ ኣብዚ ጥራዝ ወረቐት ዘሉ መረዳኢታ ንመደቦኛ ኣሰራርሓ ብዝተለወጠ ዝቐረበ ክኸውን እንክሉ ንዝገኝ ናይ ሞያ ምኽሪን ከምዚይውኩል እዩ።

እዚ ጥራዝ ወረቐት ብትምህርቲን ስልጠና መምርሒ ዝቐረበ ክኸውን እንክሉ ወለዲ ምስ ቤት ትምህርቲ ማሕበራት ክራኸቡ እንክሉ ይልግዞም እዩ። እዚ ብናይ ማሕበራት

ብዛዕባ ሓደገኛ ዕጽ/ድራግ ንወለዲ መረዳኢታ



ለውጦ

ከተምዕኦ ተኸኦል

ውላድኹም ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ኣንተጠቀመ ወይካን ከይተጠቐመ ኣንተሎ ብዛዕባ ኣደገኛ ዕጻ ጉዳይ ዜና ከታሓላል። ወይካን በጻርኩቲ ጌራ ክፍለጥ ይኸኦል እዩ። ንውላድኹም ብዛዕባ ኣደገኛ ዕጻ ብምገብሩ ብገዝ ከተገቡሩ ተኸኦል እዮ ብሕይወት ግዘሎ ሽግር ከመይ ገርም ከምገብቁሙ የበረታትኩም ይኸኦል። ብዛዕባ ኣደገኛ ዕጻ ንውላድኹም ብገበጎሞ ምትክምግን ንምገብሩ ክትይ ጥራዝ ወረቀቲ ይሓዝኹም እዩ። ብተሓወስ ወለድታት ግዘርብዎ ሕተታት ተኸኦል ዝኾነ መረዳኢትን መልሳትን በዙይ ጥራዝ ውሽጢ ትረኽቡ ኢኹም።

ኣደገኛ

ዕጻ እንታይ እዩ?

ብጃካ ኣብ መግብን ማይን ዝርከብ ነገር ክልኦ ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ንጥረ ነገር እዩ። ነብሎት ውሽጢ ከወሰድ ኣንተሎ ነይሩ ኣተሓሰስኻ/ወይካን ነይሩ ሰውነት ኣሠራርሓ መንገዲ ይልውጦ እዩ።

ሰለተይ ረውስታት/Medicines, ካፌን/Caffeine, ትንባሆ/Tobacco, ዝጭኖ/Inhalants, ኣልኮሎል/Alcohol,



Medicines

ካናቢስ/Cannabis, ሄሮይን/Heroin ከምኡ'ውን ስተሮይድስ/Steroids ኩሎም ኣደገኛ ዕጻ እዮም።

እቶም ዋና ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ክፍልታትን ነታቶም ውዕኢት

መብዛሕትኡ ኣዋን ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ንይነት ዝምደቡ ኣብ ማክኮይ ነይሩ ነርቭ ኣሰራርሓ ብዘኸትልዎ ውዕኢት መሰረት እዩ።

- ሰለስተ ንይነት ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ኣለው፤
- depressants/ዘካኸዙ
- stimulants/ዘነቓቓሁ
- hallucinogens/ዘከተፍትፍ

ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ሕጋዊ ምዃን ጉዳይ ብሓይሩ ኣይ ነገራት ይረገገዩ እዩ። ንኣብተ ኣልኮሎል ሕጋዊ ዝኾነ ኣደገኛ ዕጻ ክኸውን እንክሎ ካብ 18 ዓመት ዕድሜ ግንባር ዝኾነ ሰባት ኣልኮሎል ንምግባር እኒ ሕገ ኣይረገገዩን እዩ።

ዘካኸዙ/Depressants

እዙይ ቃል ማለት ነይሩ ኣደገኛ ዕጻ ከወሰዱ እንክሎ ይድንገዙ እዮም ወይካን ይበላጩዎ እዩ ኣይብልን። ዘድንገዙ ኣደገኛ ዕጻ ነይሩ ማክኮይ ነርቭ ኣሰራርሓ/Central nervous system ከምኡ'ውን ናብ ሓንገልን ካብ ሓንገል ዝሞላላላፍ መልክትታት የዳኹም እዩ። ነይሩ ልቢ ምውቓዕን ምትንፋሰን ይጠብቅ እዩ።

ብኖይ ዘካኸዙ/DEPRESSANTS ውሽጢ ዝጠቓለሉ፤ ሕጋዊ ዝኾኑ፡ ኣልኮሎል/Alcohol, ብውሕድ ንጥን ስሚዒት ዝርብሽ/minor tranquilisers, ብትንፋሰ ዝውሰድ ከም ግሉ/glue, ፔትሮል/petrol ከምኡ'ውን ዝንግግ ቁለም/spray paint ኮድይን/codeine ከም ፓናዶል/panadol ኦፕየት/ግዕዝ ከምኡ'ውን ማይታዶን/methadone



ሕጋዊ ዘይኾኑ፡ ካናቢስ/cannabis (ኣብሽ/marijuana, ኣሺሽ/hashish, ኣሺሽ ዘይት/hashish oil) ኦፕየት/ግዕዝ ከምኡ'ውን ሄሮይን/heroin

- ከመዕ ዝኸኦል ቅልል ዝበለ ስሚዒት፡
- ከተዘናኖ ስሚዒት
 - ሱ« ምባልን ድሓን ነይሩ ምዃን ስሚዒት
 - ደሕንነትካ ብታዕሚ ዕቡቅ ከምዘሎ ምትንግይ
 - ብዝበለ ነይሩ ምድፋር ስሚዒት

- ከመዕ ዝኸኦል ሽብር ዝበለ ስሚዒት፡
- ምኩልታፍ/ተፍተፍ ምባል
 - ሰንክልከል ምባል
 - ተምለስን ዕውልውል ምባል
 - ነይሩ ትንፋሰ ሕጽረትን ነይሩ ልቢ መውቓዕቲ ምቅናስ ውኒኻ ምስሓት
 - ኦቲ ጉዳይ እንድሕር ብጠዕሚ ጠንኪሩ ምሚት ኣሎ

እዞም ዘካኸዙ/DEPRESSANTS ዕጻ ሓንገል ኣስተዊኢሎ ከይሓብብን ግዘተጸቤይኹኹ ጉኩታት መልሲ ንምሓብ ንግሚ የዳኹም እዩ። እዙይ ኣብ ሓንገልካ ዝዘገብሩ ስሚዒት ኣደገኛ ኣዘዋውራ ክነብረካ ይገብር እዩ። ኣደ መደንዘዚ ምስኣል መደንዘዚ ዕጻ ከውሰድ ኣንተሎ፤ ንኣብተ ኣልኮሎልን ካናቢስ/cannabis ነይሩ ኣስምሮ ስሚዒት ካብ መጠን ንኣሕ/overdose ይውሰኽ እዮ ንዝበለ ኣደገኛ

የቃልዕ እዩ። ካናቢስ/cannabis ካብ ትንባሆ ዝበለዎ ሬንጅ/tar ኣለዎ። ካናቢስ/cannabis ምትካኽ ነይሩ ብርንካይት፤ ነይሩ ኣፍ፡ ጉርሮን ነይሩ ላንቡኦ መንገሮን ከምኡ'ውን ካልኦት ምስ ምትካኽ ዝተዛመደ ሕማማት ክኸተል ይኸኦል እዩ። ኣደ ሰብ ንኣጸር ግዘ ምገዛርን ነይሩ ኣርገኽ ኣልካ ምሕሳብ ብካናቢስ/cannabis ክበላሸው ይኸኦል።

ሄሮይን/heroin ኦፕየት/opiate ዝተባሕሰ ዘድቅስ ነገራት ኣለዎ። እዞም ኦፕየት/opiate ንጥረ ነገራት ጥንካር ዝበለ ነይሩ ሕማም መኣገሲን ከቢድ መደንዘዚ እዮም።

ኣብ መንገዲ ዝሸየጥ ሄሮይን/heroin ብተሓወስ ግዘ ዕራይ ኣይኾኑን። በዙይ ላቢኤን ዝመዕል ጉድኣትን ሽግርን ከምኡ'ውን ሄሮይን/heroin ዕጻ ይውሰን እዩ። መርፍኡ፤ ስይሪንጅን ነይሩ ሕክምና መሳርሒ መለሰካ ብምጥቃም ነይሩ ኣመንግሎ/ኤይን/HIV/AIDS ነይሩ ኣፍብዎ ሕማም/Hepatitis C&B ከምኡ'ውን ካልኦት ሕማማት ነይሩ ምትሓዝ ኣደገኛ ክበዕኡ ይኸኦል እዩ። ፤ ከምኡ'ውን በገታዎቻን የማስተላለፍ ኣደገኛ ሊዮስክትል ይጥላል።

ዘነቓቓሁ/Stimulants

ዘነቓቓሁ ኣደገኛ ዕጻ ነይሩ ማዕከላዊ ነርቭ ኣሰራርሓ ከምኡ'ውን ናብ ሓንገልን ካብ ሓንገል ዝመሓሕሉ መልክትታት ከምገባልጥፍ ይገብር። ነይሩ ልቢ ምውቓዕ፤ ነይሩ ሰውነትካ ረሲን ነይሩ ደም በዘሒ ይውሰኽ እዩ።



ኤክስታሲ/ Ecstasy

ዘነቓቓሁ/stimulants ውሽጢ ዝጠቓልሉ፡

ሓጋዊ ዝኾኑ፡ ኒኮቲን [ገጋጋታት/cigarettes] ካሬን [ቡን፡ ኮላ፡ ቸኮላታ፡ ዘቅጥን ኪኒና/slimming tablets]፣ ኤፌድሪን/pseudoephedrine [ኣብ ኣደ ኣደ ናይ ሰዓል መድኃኒት ዝርከብ]

ሓጋዊ ዘይኾኑ፡ ኮኬን/cocaine ብሓኪም ፍቓድ ዘይብል ኣምራታሚን/አ/amphetamines, ኣምይናይትሬት/አ/amylnitrates ከምኡ'ውን ኤልኤስዲ/LSD ኤክስታሲይ/ecstasy

ከመፅኦ ዝኸኸል ቅልል ዝበለ ስሚዒት

- ማይ ፅምዒ
- ናይ መግቢ ድሌት ምቅናስ
- ድቃስ ምስኣን
- ዓይኒ ምፍጣጥ
- ተዛረባይ ምኳን
- ዕረፍቲ ምስኣን

ከመፅኦ ዝኸኸል ጥንካር ዝበለ ስሚዒት ከምዝስዕብ፡

- ምስጋኦ
- ምዕግርጋር/ምሽቃል
- ብድንገት ለቀም ኣበልካ ምሃዝ
- ናይ ርእሲ ሕማምን ናይ ክብዲ ምጭባጥን
- ናይ ምፅላእ ስሚዒት
- ነቓፅ ናይ ምኳን
- ናይ ሓሳብ ምድንጋር
- ውኔኻ ምስሓት

ዘነቓቓሁ ዕጻ ተጠቐምቲ ሰባት ብድቃስን መግብን ሕጽረት ምክንያት ሰውነተም ከዳኸም ይኸኸል እዩ። ብዝተደገመ ጉኡነታ ዝጥቀሙ ሰባት ብከበድ ናይ ስምዒት ምድካም ኩልግዝ ይሰቓዩ እዮም።

ዘሕተፍትፍ Hallucinogens

ዘሕተፍትፍ/Hallucinogens ናይ ምስተውግል ክስለት ይተንክፍ እዩ። ዘም ኣደገኛ ዕጻ ዝወስዱ ሰባት ንዝኾነ ነገራት ብሕማቅ መገዳ ገርገም እዮም ዝርእይዎ። ብፍላይ ብግዜ ብድምፅን ብሕብርን ስሚዒትም ይጥቓኦ እዩ።

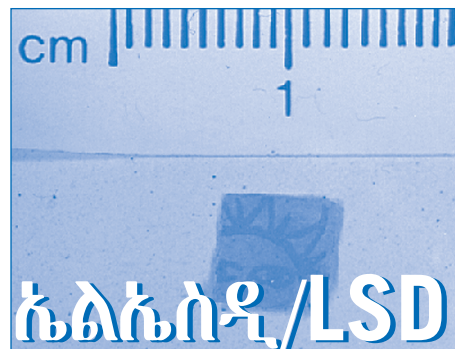
ዘሕተፍትፍ/Hallucinogens ኣብ ኣስምር ዘምጽኦ ፀገም ብታዕሚ ከረገሰይ እንተኩ ንምግማት ቆለል ኣይኾነን።

ዘሕተፍትፍ/Hallucinogens ኣብዚ ዝስዕቡ በዚ ዝተጠቓልሉ እዩ፡

ሓጋዊ ዘይኾኑ፡ ኤልኤስዲ/LSD, ማጂክ ስንጉዳይ/magic mushroom, መስቓሊን/mescaline ኤክስታሲይ/Ecstasy ከምኡ'ውን ማረጥኛ[ቡብዝሕ ክውሰድ እንክሉ]

ኣደ ኣደ ከምፅኦ ዝኸኸል፡

- ብቁርን ብሙቐትን ቆርባት ቀይሕ ናይ ምኳን
- ናይ ዓይኒ ብሌን ምግፋሕ
- ናይ መግቢ ድሌት ምቅናስ፡ ክብዲ ምጭባጥ ወይካዓ ዕውልውል ምባል
- ምንቅስቃስ ምውሳኽ፡ ምዝራብን ምስሓ።
- ምጭናቅ ካብ ፍርሓት ዝተባገሰ ይኸተሉይ እዮም ኢልካ ብምሕላብ ምርባሽ
- ብተደጋገመ ግዜ ብድሕራኽ ብሃንደበት ብርሃን ምርዓይ



ኣደገኛ ዕጻ ከመይ

እዩ ንሱብ ዝልከሙ?

ናይ ኣደገኛ ዕጻ ምብካል ካብተይ ከምዝስዕብ ካብ ኣደ ሰብ ናብ ካልእ ሰብ ይረገሰይ እዩ።

- ከምቲ ሰብ፡ ናይቲ ሰብ ስሚዒት፡ ዓቅን፡ ኹብደት፡ ሶታ፡ ናይ ብሕቲ ኩነት፡ ጥዕና፡ ንመጨረስታ እዋን ዝበላኣኹዮ፡ ናይ ኣደገኛ ዕጻ ኣወሳኦ ዕቅን ብሌንካብል ናይ ኣደገኛ ዕጻ ምውሳድ ልምዲ
- ከምቲ ኣደገኛ ዕጻ፡ ዝተወለደ ዓቅን መጠን፡ ዘለዎ ጥንካረ፡ ናይ ኣወሳኦ ዘይ [ብምትካኹ፡ ከም መግቢ፡ ብመርፍሕ] ከምኡ'ውን እቲ ሰብ ብሓንጎብ ካልኦት ኣደገኛ ዕጻ እንድሕር ወሲዱ።
- ከምቲ ከባቢ፡ እቲ ሰብ ምስዝኣምኖ ሓገዝ ምህላው፡ በደንኻ ምኳን፡ ሕዝቢ ኣብዘይርከበሉ ወይካዓ ኣብገዛ ውሽጢ ምኳን።

ምስ ኣደገኛ ዕጻ ምጥቃም ዝተዛመደ እነታይ ዓይነት ሽግር ወይካዓ ጉድግት ኣሎ?

ከመፅኦ ዝኸኸል ጉድግት፡

- ኣብ ሰውነት ዝበፀሐ ጉድግት
- ምስካልኦት ሰባት ዘሉ ረኽቢ ምብልጻው፡- ምስ ኣዕርኩት፡ ቤተሰብ፡ ማእበረሰብ
- ናብራ ምብልጻው- ሥራሕ፡ ትምህርቲን መንገድ ቦታ
- ምስ ሕጊ ምጥሓስ ዝተዛመደ ፀገማት

ናይ ኣደገኛ ዕጻ ተጽእኖ ብስካር እዋን ነቲ ነገራት ንዘይምግዛብ ምክንያት ምኳንን ሰባት ኣብ ካልእ ግዜ ዘይገብርዎ ነገራት ባቲ እዋን ንኣደጋ ክቓልሉ እንክለው፡

ንኣብነት ጥልቐት ብዘይብሉ መሕመሲ ምጥላቅ ናይ ምስካር ምክንያት እዮም። ብዝተኸኸለ መጠን መናኸሪያት ናይ ባዕሉም ደሕንነት ምሕላው ኣድላይ እዩ። ሕፃናት ካብ ኣደገኛ ዕጻ ምጥቃም ክቐጠቡ እንክሉ ብካልኦት ኣደገኛ ዕጻ ተጠቐምቲ ክልከሙ ይኸኸሉ እዮም። ኣልኮሆል ምዝሰተየ ሰብ ሓቢርካ መኪና ውሽጢ ምኳታው ዝተለመደ ኣደጋ እዩ።

ኣደ ኣደ ኣደገኛ ዕጻ ብፍላይ ረውስታት ንጥዕና ይጠቓሙ እዮም። ምስ ኣርኪ ሓቢርካ ብምውሳድ ጉድግት ከመፅኦ ይኸኸል እዩ።

ኣደገኛ መንኸሳያት ናይ ዕጻ ንምነታይ ዝጥቐሙ?

ካልእ ኣበይቲ ሰባት ኣደገኛ ዕጻ ክጥቐሙ እንተለዉ ዝረኽቡም ንምርካብ መንኸሳያት እውን ይወስዱ እዮም። ካብተይ ዝስዕቡ ዘተቓልሉ እዩ፡

- ክሕጉሉ
- ካብ ፀገም ከላቐቐን ክርስዕዎን
- ብርእሶም ከተኣማመኑን ደፋር ንምኳን
- ውሳኔ ንምሃብ ኃላፊነት ዘይምውሳድ
- ንምስተሕብባር
- ብዓል ከተኹብር
- ንሙከራ ብዝብል
- ዘለልቸው ነገር ንምግዳፍ
- ክትዝናኖን ካብ ጭንቐት ንምርሓቅ
- ካብ ሕማም ንምድሓን

ሙከራ ምግባርን ንባሕልኻ ብሓደጋ ምቅላእ እንዳወሰኽ ምኻድን ብዘተሕ ሰባት ከም ሕይወት ኣካል ገርካ ምውሳድ ጠንቂ ይኸውን እዩ። ወለዲ ንባሕሎም ዕጻ ዝጥቐሙ እንተኾይኖም ቁልዑት እውን ክጥቐሙ ንቢይ ግደ ኣለዎ።

ውላደይ ናይ ሓደገኛ ዕጽ ከምዝጥቑም ከመይ ንረ ኸዛረብ እኽክል?

ውላድኹም ሓደገኛ ዕጽ ከምዝጥቑም ንምዝራብ ብጠዕሚ ፀገም ከምዝኾነ እዩ። ናይ ሓደገኛ ዕጽ ኣብ ኣእምሮ ዘምዕሉ ስሚዒት ካብ ሰብ ናብ ሰብ ብጠዕሚ ይፈላለይ እዩ። ሓደገኛ ዕጽ ንዝጥቑሙ ጥሬይ ፍሉይ ዝበል ናይ ኣካል ወይካኅ ናይ ባህርይ ለውጢ ኣይካብርኹ። ይኹን ኣምበር ናይ ውላድኹም ካብቲ ንቡር ጠባይት ኣንተድኣ ለዊጡ ወይካኅ ኣንተርእዩ። ናብ ብሓቛ ፀገማት ከምዘለዉ ዝሓብሩ ነገራት እዮም። ዝናን እዚም ከሉ ለውጥታት ኣጎታብ ምዕባይ ክኸውን ስለዝኽክል ይፍለጡ። ብዛዕባ ሓደገኛ ዕጽ ጉዳይ ክትዘረቡ ኣንተደሊኹም ክጥቑም ንምኽኣሉ ቆልጠፍኹም ክይትጠራጠሩ ምጥንቃቅ እዩ።

ሓደ ሓደ ናይ መጠንቆታ ምልክታት፡

- ምድንዝዝ
- ናይ ኣመጋግባ መገዳ ምጽገር
- ብጠዕሚ ስሚዒት ክለዎዎ ኣንክሎ ስምዒትካ ንምግለጽ ሽኩል ምኳን
- ሙሉስ ለይቲ ካብ ዝ ወፃኢ ምሕዳር
- ናይ ትምህርቲ ደረጃ ምቅናስ
- ኣብ ቤት ትምህርቲ ውሽጢ ፀገም ምፍጠር
- ኣርክቲ ቆልጠፍ ምልውዋጥ
- ምክንያት ዘይብሉ ናይ ገንዘብ ሕት
- ብዙሕ ገንዘብ ምሃዝ
- ኣድላይ ዝኾኑ ኣቅሑት ምጥፋኡ
- ምስ ፖሊስ ፀገም ምፍጠር

ውላደይ ሓደገኛ ዕጽ ከምዝጥቑም እንተተፈሊጡ ኣንታይ ምግባር እኽክል?

ናይ ውላድኹምን ናይ ካልኦት ደሕንነት ኣብ ግምት ውሽጢ ምግባር የድልይ እዩ።

ኣይትጨነቑ፡ ውላድኹም ኮሬኹም ክተዘራርቡም ኣንተስኹም ብዛዕባ እቲ ኩነታት ብትክክል ክዛረብ ሕጉስ ኣይኸውንን እዩ። ንውላድኹም ርግኡ ኣልኩም ብምሕታት ኣንታይ ከምተፈጠረ ኣዛርብ ኢኹም።

እቲ ሓቂ ምፍላጥ፡ ውላድኹም ኣንታይ ናይቲ ሓደገኛ ዕጽ ከምዝወለድን ምዝርራቡ፡ ውላድኹም ናይ ሓደገኛ ዕጽ ሙከራ ኣንዳገበረ ክጸንኡ ስለዝኽክል ኣብዚ እዋን ጠጠውኣቢሉ ክኸውን ይኽክል እዩ።

ተገዳሰትኩም ኣርእዩ፡ ንውላድኩም ክተዘራርቡ ኣንክሎ ከምትፈትም ግልጺ ምግባር ዝናን ሓደገኛ ዕጽ ውላድም ብምጥቃቕም/ብምውሳይም ሕጉሳት ከምዘይኾኑኩም ግልጺ ግበርዎ።

እዋን ይምረፁ፡ ውላድኹም ባቲ ዕጽ ተመልኮ እናሃለዎ እንደሕር ብዛዕባ ናይቲ ዕጽ ምውሳይ ኮሬኹም ወይካኅ ተናዳድኩም ኣንተስኹም ክተዘራርቡም ፈቲኑኹም እቲ ምይይጥ ናብ ባሕሪ ክልዎዎ ይኽክል እዩ። ከሳብ እቲ ሰካር ዝዝሓለሉ ንስኹም እውን ከሳብ ኩራኹም ትሓድኡ ምዕጋስ እዩ።

ፀገማት ምፍላጥ፡ ኣንተድኣ ውላድኹም ንሓደ ሓደ ዘንገፍ ፀገማት ንምፍታሕን ወይካኅ ድሌቱ ንምርዋይን ዕጽ/ድራግ ኩልግዘ ወይካኅ ብቐጸሊ ይጥቑም ኣንተኾይኑ ተወሳኺ ሓገዝን ድገፍን የድልዮ ኣሉ ማለት እዩ። ስለዘይ ኣብዚ እዋን ብዙይ ፍልጠት ዘለዎም ሓገዝን ምኽራን ክትረኽቡ ምልታት ይግባዕ። ናይ ሞያተኛታት ሓገዝ ንምርካብ ኣይትፍርሑ።

ንበኣልኻ ጥፋኣተኛ/ጌገኛ ኣይትግበር፡ ውላድኹም እቲ ዕጽ ስለዝጥቑም ንስኹም ከም ወላዲ መጠን ፈሰልኩም ማለት ሓይዝን። ማዕረ ክንደይ ውላድም ይፈትውዎምን ይሕግዝዎምን ምኳኖም ብዘደግዱስ ብዙሓት መንኰሳዮት ባዚ ኣሸጋጋ ዝኾነ እዋናት ናይ ዕጽ ፈተናታትን ይሓልፉ ምኳኖም መርዳኡ ኣገዳሲ እዩ።

ከመይ ንረ እዩ ውላደይ እዚ ዕጽ ከይጥቑም ክውስን ዝኽክል?

ምፍታን ካብ ናይ ዕቡት ተፈጥሮ ሕገ ሓደ እዩ። ብዙሓት ጎረቤታት ሽጋራ ይኹን መስተ ይፍትኑ ከምዝኾነ እዩ። ገሊጶም ድማ ሕጋዊ ዘይኾኑ ዕጽታት ይፍትኑ፤ መብዛሕትኡ ግዘ ኣብኻ/marijuana እዩ።

ወለዲ ውላድም ካብ ናይ ዕጽ ሽግር ጉድጓት ንምቅናስ ክገብርዎ ዘክእሉሉ ሓደ ሓደ ነገራት ኣሉ።

ንፅቡቅ ምሳሌ ምኳን፡ መብዛሕትኡ ወለድም ሽጋራ ዘትኩኹን መስተ ዝሰተዩን ደቆም ናይ ምስታይ ዕድል ኣለዎም። ናታትኹም ትንባሆ፣ ኣልኮሆልን ካልኦት ሓደገኛ ዕጽ ምውሳይ ኣብ ግምት ብምውሳይ ውላድኹም እውን ናብኡ መገዳ ከምንኡ ከምዝኽክል እዩ። ናትኹምን ካልኦት ሓደገኛ ዕጽ ብምውሳይ ዝኩር ፀባያትን ጥቅማ መብራርሒ ንውላድኹም ብምሃብ ከመራመረሉ ዘበረታትኡ መገዳ ምሃብ እዩ።

ቐድም ኢልካ ምፍላጥ፡ ብዛዕባ እቲ ሓደገኛ ዕጽ ንምምደዮዎ ግልጽን ተኣማኝነት ብዘለዎ መገዳ ምድላው። ንዝሓተተዎ ሕተ መልሲ ኣንተዘይረኹብኩም ካብ ካልእ ሓቲትኩም ተወሳኺ ሓበሬታ ንምርኽብ ተዳለው። ውላድኹምን ኣስኹም ብሓባር ክትገብርዎ ዘለጉም ጉዳይ እዩ። ውላድኹም ናይዚ ዕጽ እዚ ሳዕሌናት ካባኹም ዝበለፀ ክፈልጡ ይኽክሉ እዮም። ካብዚ ናይ ዕጽ ክርሕቅ ንምፍርራሕ ብዝብል ብዛዕባ ዕጽ ክውሰድ ኣንክሎ ዘምጽኡ ጉድጓት ታሪኽ ወሲኹም ኣንተዛራብኩምን ንቅድሚት ከይኣምኑኩምን ክይሰምኡኩም ይኽክል እዩ።

ፅን ኢክላ ምስማኡን ምዝራብ፡ ነቲ ዘለዎ ፀገም ፅን ኢልኩም ንምስማኡ ተዳለው። ንውላድኩም ገጽ ምኽላጩ ካብ መጠን ንሳዕሊ ገጽ ምሃብ ከምኡውን ውላድኹም ዘጠርብዎ ሓሳባት ይኹን ካልእ ዘለዎም ተገዳሰት ፅን ኢልኹም ኣንተዘሰማኡኩም ምላኹም ክዛረቡ ድሌት የብሉምን እዩ። ምስ ውላድኹም ንምዝርራብ ብክልተ ኣሰራርሓ መገዳ ክቐርብ ይኽክል።

ብዛዕባ ቡብምሳልቲ ዝግበር ጉዳያት ምስውላድኹም ግልፅ ኾይንኩም ምዝራብ ምኽኣል ኣገዳሲ እዩ። ከም ሙዚቃ፣ ቤት ትምህርቲ ወይካኅ ኣሰጋገሪ ዝመሳሰሉ ነገራት ምስ ውላድኹም ምዝርራብ ኣንተዘይኸኣልኩም ስሚዒታዊ ብዝኾነ ጉዳያት ከም ሓደገኛ ዕጽ ክትመደዮዎ ፀገም እዩ።

ናይ ባይታ መምርሒ ሓንጻጽ፡ ንቐድሚት ክመጽኡ ንዝኽክሉ ፀገማት መደብ ኣዳልው። ኣልኮሆን ካልእ ሓደገኛ ዕጽ ብዝተዛመደ ተቐባልነት ብዘለዎ ኣቐራርባ ሕገታት ምድላው ይኸውን።

እቲ ሕገ ክወፅኡ ኣንክሎ ውላድኹም እውን ኢዱ ክሓውስ ከምዘለዎ እዩ። እዘይ ድማ ተወሳኺ ሓላፊነት ምኳንታን ክስምኡም ይሕግዝ እዩ። መናኣልያት ዘጋጭውን ኣብ ስምምነት ዘይበጽሑ ፀገማት ንምፍታሕ ሓገዝ ንምርካብ ይረድኡም እዩ።

ውላድኹም ኣርኪን ቤተሰብም ምፍላጥ፡ ካልኦት ወለዲ ደቆም ብካልእ መገዳ ክዝናውን ክሽግሮም ኣንክሎ መፍትሕ መገዳ ክረኽቡ ዝበለፀ ሓገዝ ክሕቡ ይኽክሉ እዮም።

ካብ ሓደገኛ ዕጽ ምጥቓም ካልእ መመሪጳ ምድላይ፡ ወለዲ ደቆም ብካልእ መገዳ ክዝናውን ሽግር ክንገሮም ኣንክሎ መፍትሕ መገዳ ክረኽቡ ዝበለፀ ሓገዝ ክሕቡ ይኽክሉ እዮም።

ምልክታ፡ ኣብዚ ጥራዝ ወረቐት ዘሉ መረዳኢታ ንመደበኛ ኣሠራርሓ ብዝብል ዝቐረበ ክኸውን ኣንክሎ ንዝኾነ ናይ ሞያ ምኽራን ከምዘይውክል እዩ።

እዚ ጥራዝ ወረቐት ብትምህርቲን ስልጠና መምርሒ ዝቐረበ ክኸውን ኣንክሎ ወለዲ ምስ ቤት ትምህርቲ ማሕበረሰብ ክረኽቡ ኣንክሎ ይሕግዎም እዩ። እዚ ብናይ ማሕበረሰብ ገንዘብ ሓገዝ ዝተዳለዎ ዕሑፍ እዩ።