



ชาวยางหย่อง

คนรุ่นใหม่ไม่ใช้สารเสพติด วันต่อต้านยาเสพติดโลก

วันที่ 26 มิถุนายน



องค์การบริหารส่วนตำบลยางหย่อง



26 มิ

วันต่อต้านย

26th June, International Day against

ประชาสัมพันธ์เพื่อสร้างการรับรู้เนื่องในวันต่อต้านยาเสพติดโลก (26 มิถุนายน) ประจำปี 2566

วันยาเสพติดโลก ภายใต้กรอบแนวคิด “รวมพลังไทย หยุดภัยยาเสพติด”

เพื่อให้เยาวชนมีความรู้และตระหนักถึงโทษพิษภัยและร่วมแรงร่วมใจในการป้องกันปัญหายาเสพติด

ประเภทของยาเสพติด

1. ออกฤทธิ์กดประสาท เช่น ผีนมörtฟิน เอโรอิน เซโคบาร์ทาบาท (บาร์บิทูเรต) เหล้าแห้ง หรือโซโคบาล ทำให้ประสาทมึนชา สมอง อารมณ์ จิตใจ เฉื่อยชา
2. ออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท เช่น แอมเฟตามีน กระท่อม โคเคน พกยาม้า ยาขยัน กระตุ้นเร่งประสาททำให้เกิดนิว ตื่นตัว กระวนกระวายประสาทไหวตัวอยู่เสมอ
3. ออกฤทธิ์หลอนประสาท เช่น แอลเอสดี ทำให้เกิดประสาทหลอนเห็นภาพผิดไปจากปกติ
4. ออกฤทธิ์ผสมผสานกัน ทั้งกดประสาท กระตุ้นประสาท และหลอนประสาท เช่น กัญชา

อาการ

1. เด็กที่ติดยาเสพติดมีลักษณะอาการที่สังเกตเห็นได้หลายชนิด ทั้งทางด้านร่างกายและพฤติกรรมแสดงออกดังนี้
2. หน้าตาเฉยเมยแบบคนที่มีความทุกข์
3. ผอมซีด สุขภาพทรุดโทรม
4. ความประพฤติเปลี่ยนไป ละเลยกิจวัตรประจำวัน ระเบียบวินัยลดหย่อน
5. กลายเป็นคนเจ้าอารมณ์ หงุดหงิด ฉุนเฉียว ผิดปกติ ไม่นิ่งง่าย
6. มีลัษณ์มึนใน ชอบแยกตัวอยู่คนเดียวเงียบๆ
7. เบื่อหน่ายการเรียนและการเรียน ไม่มีแรง อ่อนเพลีย
8. มักมียา อุปกรณ์แปลกๆเก็บไว้ในห้องส่วนตัว
9. อาจมีอุปกรณ์เกี่ยวกับยาเสพติด เช่น กระดาษ ตะกั่ว หลอดกาแฟ ไม้ขีด หลอดฉีดยา เป็นต้น
10. ใช้เงินเปลืองผิดปกติ มีหนี้สิน บางครั้งขโมย
11. สวมแว่นกันแดดตลอดเวลา เพื่อซ่อนแว่นตาที่ขาว เบิกกว้างหรือริบหรี่
12. ใส่เสื้อแขนยาวตลอดเวลา เพื่อปกปิดรอยเข็มที่ฉีดยา
13. มักชอบอยู่ในห้องเก็บของ ซ่อนตัวอยู่ในห้อง อยู่หลังส้วมเพื่อแอบสูบบุหรี่ เสพยา
14. ถ้าอยู่ในห้องเรียน เด็กจะเกียจคร้าน ง่วงหงาวหาวนอน ตาหรี่ เพราะสู้แสงไม่ได้ เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง

สาเหตุของการติดยาเสพติด

ทางด้านร่างกาย

- การจัดหาหรือซื้อสารเสพติดด้วยตนเองเนื่องจากมีอาการเจ็บปวดทางร่างกาย
- พวกรักษาตนเอง เช่นประสบอุบัติเหตุแพทย์ให้ยาระงับปวดอยู่ชั่วขณะหนึ่ง ภายหลังได้เ้ายาโดยไม่ปรึกษาแพทย์เพื่อช่วยตนเอง เลยทำให้ติดยาโดยไม่ตั้งใจ

ทางด้านจิตใจ

- พวกบุคลิกภาพผิดปกติ เช่น ต่อด้านสังคม ก้าวร้าว ชอบพึ่งพาผู้อื่น แยกตัวเองหรือซึมเศร้า
- พวกที่มีความกังวลใจ หวาดกลัว หรือป่วยเป็นโรคประสาทหรือโรคจิตมีอาการนอนไม่หลับ มักใช้ยาเสพติดระงับความรู้สึกจึงทำให้ติดได้
- สภาพครอบครัวแตกแยก พ่อแม่ไม่เข้าใจกัน เด็กขาดความอบอุ่น หรืออบรมเลี้ยงดูลูก ไม่ถูกต้อง หรือมีคนในครอบครัวติดสารเสพติด

ทางด้านสังคม

- ถูกเพื่อนชวน อยากรอง
- อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ใกล้ชิดกับพวกติดสารเสพติด
- ความกดดันทางสังคม เช่น มีปัญหาทางเศรษฐกิจ ไม่มีงานทำ

โทษของการติดยาเสพติด

โทษต่อร่างกายและจิตใจ

- ทำลายประสาทสมอง จิตใจเสื่อม ซึมเศร้า กังวล เลื่อนลอย และเป็นโรคจิตจากพิษยานั้นๆ
- เสียบุคลิกภาพ ขาดความสนใจตนเอง ขาดสติสัมปชัญญะ
- ร่างกายซูบซีด อ่อนเพลีย
- พิษยาทำลายอวัยวะต่างๆให้เสื่อมลง มีโรคแทรกได้ง่าย
- ประสบอุบัติเหตุได้ง่าย เพราะการควบคุมทางกล้ามเนื้อและระบบประสาทบกพร่อง

โทษต่อครอบครัว

- ขาดความรับผิดชอบต่อครอบครัวและญาติพี่น้อง
- เสียทรัพย์สินที่จะต้องซื้อยามาเสพ และรักษาตัว
- ขาดหลักประกันของครอบครัว ทำงานไม่ได้ ไม่เป็นที่วางใจ ของคนทั่วไป นำภัยมาสู่บุตร ภรรยา ญาติพี่น้อง

โทษต่อสังคม

- เป็นภัยต่อสังคม
- มีโอกาสเป็นอาชญากรประเภทลักขโมยได้ง่ายเนื่องจากมีรายจ่ายสูง

โทษต่อส่วนรวมและประเทศชาติ

- เป็นภัยอันตรายต่อผู้อื่น ชุมชนและประเทศชาติ เพิ่มงบประมาณของประเทศในการป้องกันปราบปรามและบำบัดรักษา
- ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ และวัฒนธรรมของประเทศ

วิธีการแก้ไข

1. การแก้ไขเด็กติดยาเสพติด ต้องการกำลังใจจาก ผู้ปกครองและครูเป็นอย่างมาก ฉะนั้น ผู้ปกครองและครูจึงมีส่วนสำคัญในการช่วยเด็กของตนให้หายจากการติดยาเสพติดซึ่งมีวิธีปฏิบัติดังนี้
 2. สร้างบรรยากาศในครอบครัวให้มีความสุข พ่อแม่ควรปรองดองกัน จะทำให้เด็ก มีความมั่นคงทางจิตใจ รู้สึกอบอุ่น
 3. พ่อแม่และครูต้องให้ความเป็นกันเองกับเด็ก จะทำให้เด็กมั่นใจว่าผู้ใหญ่พยายามที่จะเข้าใจเขาพร้อมที่จะช่วยเหลือเขาเด็กจะรู้สึกเป็นกันเองที่จะพูดคุยถึงปัญหา ของตนโดยไม่มีการซ่อนเร้นและควรพูดจาซักถามสาเหตุ เวลาที่เสพติดนานแค่ไหน อย่าประนามดูต่ำเด็กและควรหาทางช่วยเหลืออย่างรีบด่วน
 4. อธิบายให้เด็กเข้าใจและรู้โทษตามกฎหมายที่จะได้รับจากการใช้ยาเสพติด
 5. ให้เด็กได้รู้โทษของยาเสพติด
 6. ร่วมมือกับครูประจำชั้นเพื่อหาทางแก้ไข เช่น จัดกลุ่มอภิปรายกับเด็กนักเรียน ถึงพิษภัยและโทษของยาเสพติด
- ครูที่สนใจปัญหาเหล่านี้และรับฟังเด็กด้วยท่าทีที่เห็นใจ จะช่วยเด็กได้อย่างมาก
7. จัดกิจกรรมที่เสริมสร้างพลังใจ อารมณ์ ความนึกคิดไปในทางที่มีความหมาย เช่น ชมรมกีฬา ชมรมดนตรี
 8. พาเด็กไปพบแพทย์ตามสถานที่รับรักษาผู้ติดยาเสพติด หรือสถานที่บางแห่งรักษาด้วยสมุนไพรเช่น ที่ถ้ำกระบอก จังหวัดสระบุรี
 9. ควรแยกเด็กจากสิ่งแวดล้อมเดิมหรือให้ห่างจากเพื่อนที่ติดยาเสพติดด้วยกัน เพื่อป้องกันไม่ไห้กลับไปเสพอีก
 10. อธิบายให้เด็กเข้าใจว่าการเลิกยาเสพติดนั้นอยู่ที่ยึดคติสัจใจของเขาเอง เขาต้องรับผิดชอบชีวิตของเขาเอง เขาต้องรับผิดชอบชีวิตของเขาเอง
- การที่เขาเลิกยาเสพติดได้จะทำให้อนาคตของเขาดีขึ้น

การติดยาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชน มักจะเนื่องมาจากครอบครัว ไม่เป็นสุขมีความขัดแย้ง หรือปล่อยปละละเลยจนถูกชักจูงไปเสพยาได้ง่าย หรือใช้ยาเสพติดเป็นทางออกของชีวิต การสร้างบรรยากาศที่อบอุ่น ในครอบครัว การให้ความรักความเข้าใจ แก่เด็กและเยาวชนบุตรหลานของท่าน อย่างมีเหตุผลที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะเป็นการป้องกันปัญหาการติดยาเสพติดได้ นอกจากนั้นครูก็มีส่วนสำคัญในการช่วยเหลือเด็ก ถ้าครูให้ความสนใจต่อเด็กบ้างทักทาย ถามปัญหา ถึงแม้บางครั้งจะช่วยให้ไม่ได้มากนัก แต่ครูก็สามารถที่จะแนะนำเด็กในทิศทางที่ถูกต้องและควร จะหาใครให้ช่วยเหลือ

ครูที่เข้าใจและเห็นใจเด็กจะเปรียบเสมือนผู้ใหญ่ในแบบฉบับที่เป็นจริง ที่เด็กจะได้พึ่งพิงและเอาเยี่ยงอย่าง ไม่ใช่เป็นผู้ใหญ่ในโลกสมมุติเหมือนที่เด็กใช้ยาเสพติด เพื่อสร้างภาพเงาขึ้นขึ้นมา

ผู้รวบรวมและเรียบเรียง:

อัญชลี จุมพฏจามิกร

ผู้ให้คำปรึกษา:

ผศ.นพ.สเปญ อุณนงค์

เอกสารอ้างอิง

1. ชูติตย์ ปานปรีชา. คู่มือสุขภาพจิตสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพฯ โรงพิมพ์การศาสนา, 2530.
2. ศูนย์สุขภาพจิต. อนุสารวัยรุ่นกับยาเสพติด. พิมพ์ครั้งที่ 2, ก.ค.2522.
3. ศิริวิไล. คู่มืออ่านพฤติกรรมเด็ก. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ อ.อิทธิพล, 2526.

<https://www.rama.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge/06212014-1613>