



เอกสารประชาสัมพันธ์ การป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติด



ด้วยความปรารถนาดีจาก..

องค์การบริหารส่วนตำบลดงมูลเหล็ก
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบูรณ์
โทร.056-712-915

การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

① ป้องกันตนเอง ทำได้โดย...

ศึกษาหาความรู้ เพื่อให้รู้เท่าทันยาเสพติด
ไม่ทดลองเสพยาเสพติดทุกชนิดและปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน
เลือกคบเพื่อนที่ดี โดยไม่คบค้าสมาคมกับผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด
ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี เป็นต้น

เมื่อพบว่าตนเองติดยาเสพติดให้รีบปรึกษาครอบครัว หรือ
คุณครู อาจารย์ นักพัฒนาชุมชน อบต.กองทูล ทั้งนี้
โดยไม่ต้องกลัวว่าจะถูกลงโทษหรือมีความผิด เพื่อจะได้
หาทางแก้ไขและบำบัดรักษาได้ทันทั่วทั้ง

② ป้องกันครอบครัว ทำได้โดย...

สร้างความรัก ความอบอุ่นและความสัมพันธ์อันดีระหว่าง
สมาชิกในครอบครัว
ให้อภัย ให้กำลังใจ และหาหนทางแก้ไขหากพบว่าสมาชิกใน
ครอบครัวติดยาเสพติด
สอดส่องให้สมาชิกในครอบครัวเลือกคบคนที่ดี โดยไม่คบค้า
สมาคมกับผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด

③ ป้องกันชุมชน ทำได้โดย...

สร้างจิตสำนึกและร่วมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด
เมื่อพบผู้ค้าหรือผู้เสพยาเสพติดในชุมชนให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่
ตำรวจทันที ซึ่งหน่วยงานราชการจะปกปิดเป็นความลับเพื่อ
ป้องกันผู้แจ้งไม่ให้เกิดอันตราย

วันต่อต้านยาเสพติดโลก 26 มิถุนายน

③ ปัจจัยด้วยยา ได้แก่

-ยาเสพติดจะไปกระตุ้นสมองสร้างสารเคมีที่ทำให้เกิดรู้สึกสุข
ซึ่งเป็นการกระตุ้นที่ผิดธรรมชาติ เมื่อหมดฤทธิ์ของยาเสพติด
ร่างกายมีอาการหงุดหงิด ซึมเศร้า เมื่อใช้ยาเสพติดมากขึ้น
สมองจะถูกทำลาย

ความเชื่อที่ผิด ๆ ที่ทำให้วัยรุ่นเสพยาบ้า ยาไอซ์

- ❑ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะผอม หุ่นดี ช่วยลดน้ำหนัก
- ❑ เชื่อว่าเสพยาแล้วผิวจะสวย ผิวขาวขึ้น
- ❑ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะหล่อ จะสวย ไม่มีกลิ่นตัว
- ❑ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะสมองดี เรียนเก่ง
- ❑ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะเพิ่มพลังและสมรรถภาพทางเพศ



เกิดอะไรขึ้นกับร่างกายเมื่อติดยาเสพติด ??

- ไม่รู้สึกอยากอาหารซึ่งเป็นสาเหตุให้น้ำหนักลดลง แต่เมื่อ
เลิกเสพน้ำหนักตัวจะขึ้นอย่างรวดเร็วหรือที่เรียกว่า YOyo
Affect
- ผิวซิด ผิวแห้ง ตาคั่วเมื่อเสพเป็นเวลานาน
- อารมณ์ดี ตื่นเต้นและพูดมาก หลังจากเสพยาไม่กี่นาที
เริ่มย่ำคิดย่ำทำ พูดซ้ำ ๆ หวาดระวาง
- รุ่มา่นตาขยาย การมองพร่ามัว เหงื่อออกมาก วิงเวียน
ริมฝีปากแห้ง
- ความดันโลหิตสูงขึ้น ปวดหัวอย่างรุนแรง อัตรการเต้น
ของหัวใจเร็วขึ้นและผิดปกติ มือและนิ้วสั่น
- เช็กส์เสื่อม หมดความรู้สึกทางเพศ
- อาการประสาทหลอนนำไปสู่โรคนอนไม่หลับเรื้อรัง
สมองทำงานน้อยลง ➢ หัวใจเต้นผิดจังหวะ เดินเร็ว และ
อาจเกิดภาวะหัวใจวายเฉียบพลันได้

ยาเสพติด

... หมายถึง สารหรือยาที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีการใด ๆ แล้ว จะทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น

- มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงและต่อเนื่อง
- มีอาการอยากยา เมื่อขาดยาต้องเพิ่มขนาดการเสพยามากขึ้นเรื่อย ๆ
- สุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง



ประเภทของยาเสพติด

ในทางการแพทย์มีหลักฐานชัดเจนว่ายาเสพติดจะออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง สามารถแบ่งได้ ๔ ประเภท ดังนี้

1. ประเภทออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท

กระตุ้นการทำงานของสมอง หัวใจ ทำให้ หัวใจเต้นแรงและเร็ว ความดันเลือดขึ้นสูง ไม่หลับไม่นอน หากเสพยาทำให้มีอาการหงุดหงิด กระวนกระวาย หวาดระแวง ก้าวร้าว อาละวาด ทำร้ายผู้อื่น ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ ยาบ้า ยาอี ยาไอซ์ ยาเลฟ โคลเคน เป็นต้น



2. ประเภทออกฤทธิ์กดประสาท

กดการทำงานของกล้ามเนื้อ ศูนย์ควบคุมการหายใจ และสมองส่วนควบคุมความคิดทำให้เชื่องช้า ง่วง สะลึมสะลือ ปฏิกริยาตอบโต้ช้า ควบคุมตนเองไม่ได้ มือสั่น ขนลุก คลื่นไส้ ตัดสินใจผิดพลาด หากขาดยาจะมีอาการกระวนกระวาย ทำร้ายผู้อื่น ยาเสพติดประเภทนี้ ได้แก่ มึน มอร์ฟีน เฮโรอีน ยานอนหลับ ยาระงับประสาท เครื่องดื่มมีเมาทุกชนิด รวมทั้งสารระเหย เช่น ทินเนอร์ แลกเกอร์ กาว เบนซิน เป็นต้น



3. ประเภทออกฤทธิ์หลอนประสาท

มีผลต่อสมองส่วนการรับรู้ ทำให้การรับรู้ทางประสาทสัมผัสสับสนแปร ความจำระยะสั้นและความนึกคิดเสื่อม การกระหายน้ำ ความรู้สึกเกี่ยวกับกาลเวลาเปลี่ยนไป หากเสพยาทำให้มีอาการประสาทหลอน รับรู้เสียงและภาพเปลี่ยนแปลงไป เช่น เห็นภาพหลอน ได้ยินเสียงประหลาด หวาดผวา ป่วยเป็นโรคจิต ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ ยาเค แอลเอสดี เห็ดขี้ควาย เป็นต้น



4. ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน

ออกฤทธิ์ผสมผสานทั้งกด กระตุ้นและ ขึ้นอยู่กับขนาดและระยะเวลาของการเสพ หวาดระแวง ความคิดสับสน เห็นภาพลวงตา ควบคุมไม่ได้ สุดท้ายจะกลายเป็นโรคจิต ยาเสพติดประเภทเฮโรอีน



สาเหตุของการติดยาเสพติด

สามารถแบ่งได้เป็น ๓ ปัจจัย คือ

- ① ปัจจัยตัวคน
 - ความอยากรู้อยากลองด้วยความคึกคะนอง
 - มีค่านิยมและความเชื่อที่ผิด เช่น มองว่าเป็นความโก้ เชื่อว่าทำงานได้มากขึ้น มีความสนุกสนานและลืมความขาดความระวังในการใช้ยา
 - ขาดทักษะในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม เช่น ปฏิเสธ จัดการความเครียดของตนเองไม่ได้
 - ขาดความรู้เรื่องยาเสพติด ทำให้ถูกหลอกลวง เชื่อจริง
 - ขาดความรู้ที่รักตนเอง และไม่เห็นคุณค่าของตนเอง เคารพต่อตนเอง
- ② ปัจจัยสิ่งแวดล้อม
 - ปัจจัยจากครอบครัว เช่น ครอบครัวแตกแยก อบอุ่น หรือมีผู้ติดยาเสพติดภายในครอบครัว
 - ปัจจัยจากกลุ่มเพื่อน เช่น อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้ยาเสพติด
 - ปัจจัยจากสังคม เช่น ในระแวกบ้านมีแต่ยาเสพติด ระบาดหรือมีพื้นที่เสี่ยงมาก เช่น แหล่งมั่วสุ่มต่าง ๆ