



Chương 31 Nhận biết về ma túy (第三十一章 認識毒品)

Rất nhiều người lạm dụng ma túy đều bắt đầu sử dụng với các nguyên nhân như hiếu kỳ, tìm kiếm sự kích thích, trốn chạy áp lực và thất bại, bị người khác ép buộc... Một khi trở thành con nghiện thì sự sa chân chốc lát sẽ trở thành nỗi hối hận cả đời. Sự sống là vô giá, hà có gì có những quyết định sai làm chí mạng đến vậy. Khi mới sử dụng ma túy, con người trở nên hung phấn, ảo giác và hân hoan, nhưng sử dụng lâu dài sẽ sinh ra tính thụ động, tính ỷ lại về tâm sinh lý. Nếu ngừng sử dụng, ngoài việc xuất hiện phản ứng cai thuốc ra, thì sự thèm thuồng về mặt tâm lý là vấn đề người nghiện khó khắc phục nhất.

Hậu quả của người hút ma túy (吸毒者的下場)

1. Hại sức khỏe bản thân và gây ra tệ nạn xã hội, như: ăn trộm, ăn cướp.
2. Tính nhẫn nại: tăng liều dùng mới có thể đạt tới hiệu quả như trước.
3. Tính ỷ lại: ỷ lại về sức khỏe, tâm lý.
4. Hiện tượng cặt nghiện: đột nhiên cặt thuốc, chức năng sinh lý sẽ cảm thấy khó chịu.
5. Càng sớm tiếp xúc với chất gây nghiện: càng ảnh hưởng xấu tới sức khỏe.
6. Mẹ hút ma túy: sinh ra con dị dạng, thiếu năng trí tuệ, do tác hại của chất gây nghiện trong cơ thể mẹ.
7. Tiêm chích ma túy qua tĩnh mạch, dùng chung kim tiêm dễ bị truyền nhiễm bệnh AIDS, bệnh viêm gan B, viêm gan C và các bệnh lây truyền qua đường máu khác v.v...

Ma túy thường gặp (常見的毒品)



1.Thuốc phiện, heroin, morphine

Cảm giác điển hình nhất là hưng phấn và hân hoan, nhưng tiếp đó sẽ rơi vào trạng thái ủ ê, nếu sử dụng lâu dài sẽ tạo nên tính nhẫn耐 và tâm lý ý lại. Hội chứng cai bao gồm : ngáp, chảy nước mắt, chảy nước mũi, “nổi da gà”...

2.Amphetamine:

Thời kỳ đầu sử dụng có tác dụng làm tỉnh táo, phấn chấn, hân hoan, thỏa mãn....Sử dụng lâu dài sẽ dẫn tới nhẫn耐, tâm lý ý lại. Nếu dừng sử dụng sẽ gây ra hội chứng cai ,tự sát hoặc các hành vi tấn công bạo lực.

3.Cocain , cần sa:

Thời gian đầu sử dụng sẽ tạo cảm giác mang tính chủ quan như: cảm giác hân hoan, tinh thần phấn chấn, tăng khả năng tập trung, suy nghĩ rõ ràng, nhưng sau khi tăng lượng sử dụng sẽ dẫn tới nhẫn耐 và tâm lý ý lại, ảo giác, cảm giác bị méo mó ,hay nghi ngờ.

4.Thuốc lắc (MDMA):

Có tác dụng độc tính tới hệ thống thần kinh trung ương, thoái hóa chuỗi thần kinh, trầm cảm, hoảng loạn tinh thần, lo lắng hoảng sợ, thậm chí có khuynh hướng muốn tự sát, tính nhẫn耐 hoặc tâm lý ý lại, dẫn tới sử dụng mang tính ép buộc.

5.Ketamine:

Ketamine có ảnh hưởng đến cảm giác, chức năng điều phối và sức phán đoán, đồng thời có thể gây ra các triệu chứng như buồn nôn, ói mửa, song thị, mờ mắt, biến dạng hình ảnh, mất trí nhớ và mất cân bằng tạm thời, và các triệu chứng khác. Sử dụng lâu dài có thể gây ra nhờn thuốc và ý lại vào thuốc, gây ra việc bắt buộc phải sử dụng thuốc và khó cai thuốc. Nghiên cứu gần đây đã chỉ ra rằng người lạm dụng ketamine sẽ bị viêm bàng quang mãn tính, khiến

thành bàng quang dày lên, dung lượng nhỏ đi, kết quả là tần số đi tiểu tăng, tiêu buốt, đi tiểu ra máu, đau bụng dưới và các triệu chứng khác v.v..., trường hợp nghiêm trọng thậm



chí có thể xuất hiện giảm lượng nước tiểu, phù nề và các triệu chứng khác của suy thận, và thậm chí phải phẫu thuật tái tạo bàng quang.

4 hành động chủ yếu chống chất ma túy (反轉毒害四核心行動)

1. Hành động 1 -- Coi trọng tính mệnh, yêu quý bản thân: Sinh mệnh của mỗi con người đều là đáng quý, nhưng mỗi người luôn luôn chịu nhiều áp lực và cảm dỗ, nếu biết đưa ra quyết định đúng, kết quả sẽ hoàn toàn khác nhau.

(1)Làm chủ bản thân: Tạo lập và duy trì một lối sống lành mạnh, không phụ thuộc vào các loại thuốc để gây hưng phấn và giảm cân; lựa chọn cách thư giãn hợp lý, suy nghĩ đúng hướng để tăng sự tự tin, xây dựng một mối quan hệ gia đình gắn bó và hòa thuận.

(2)Học tập kỹ năng kết bạn: Kết bạn lành mạnh, tham gia vào các hoạt động giải trí có ích, thiết lập các mục tiêu và cuộc sống và quan niệm giá trị đúng đắn.

(3)Tăng cường tính kiên nhẫn cho bản thân: Tham gia vào các hoạt động của nhà trường trong khu vực và các hoạt động tôn giáo, tập kỹ năng giao tiếp trong xã hội, để tăng khả năng kiên cường đối mặt với mọi thách thức.

2.Hành động 2 -- Phòng chống ma túy - cự tuyệt thuốc lá, rượu, ma túy:

Kiên quyết, khéo léo từ chối để xa rời những nơi không lành mạnh, dễ gây tổn hại cho bản thân. Nghiện một ngày, cai cả đời.

(1)Tránh xa những nơi không lành mạnh: như quán cà phê Internet, quán rượu, câu lạc bộ đêm, v.v.; đề cao cảnh giác, không dễ dàng tiếp nhận đồ uống và thuốc lá của người lạ; đặc biệt phải cẩn thận với bạn của bạn mình, hoặc thậm chí người quen hoặc phụ nữ cũng không được xem nhẹ; nếu không may bị hãm hiếp hoặc bị vết thương khác, bạn nên nhanh chóng gọi cho đường dây nóng 1996,



v.v..., hoặc tìm kiếm sự giúp đỡ của bạn bè và người thân.

- (2) Từ chối các chất gây nghiện: Học cách kết bạn lành mạnh, nên tránh tiếp xúc với các chất dễ gây nghiện như thuốc lá, rượu, trầu, vì những thứ đó đều có khả năng ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất và tinh thần.
- (3) Học các kỹ năng từ chối: khi đối mặt với áp lực sử dụng thuốc lá, rượu, ma túy, trầu hay bất cứ loại chất ma túy nào, bạn có thể từ chối trực tiếp, kiềm cờ để nhanh chóng thoát ra khỏi hiện trường, chuyển sang chủ đề khác, tự chế nhạo, lấy lý do là bạn bè khuyên ngăn hoặc gia đình nghiêm cấm, dùng lời nói nhẹ nhàng nhưng thái độ kiên quyết để từ chối.
- (4) "High" nhưng không "hại": Không cần đến chất cồn, không dựa vào dược liệu, hãy dùng phương thức đúng đắn để tự thoả mãn và thư giãn; có thể tham gia vào các hoạt động thể chất và trí tuệ như thi đấu bóng, thể thao mạo hiểm, thưởng thức nghệ thuật, v.v...

3. Hành động 3 -- Hiểu ma túy, chống ma túy - Chống lại tác hại của ma túy – chặn đứng chất ma túy:

Chất ma túy không có sự khác biệt về nặng nhẹ, đều gây tác hại đến sức khoẻ và tinh thần của người sử dụng, tuyệt đối không được đặt bước chân đầu tiên vào con đường sa ngã.

- (1) Nhận biết tác dụng của chất ma túy: Về tác dụng của chất ma túy đối với cơ thể người, có thể phân chia thành chất không chế thần kinh trung ương (chẳng hạn như thuốc phiện, Ketamine), các chất kích thích hệ thống thần kinh trung ương (như amphetamine, ecstasy) và gây ảo giác (chẳng hạn như cần sa, Organic solvent, LSD).
- (2) Nhận biết về các chất ma túy mới: Còn được gọi là thuốc "câu lạc bộ", bao gồm cần sa, thuốc lắc, Katemine, FM2 v.v.... Các loại thuốc này với tên mới và ngoại hình hấp dẫn, sau khi sử dụng dễ gây nghiện, và bản chất của thuốc là nó sẽ buộc người dùng phải tìm kiếm các loại thuốc mạnh hơn.



- (3)Đáu tranh chống hành vi bất hợp pháp: Sản xuất, buôn bán, sử dụng, ép người sử dụng bất hợp pháp hoặc thu hút người sử dụng ma túy đều là những hành vi bất hợp pháp, người sử dụng chất ma túy nếu tự động yêu cầu cơ sở y tế đủ điều kiện điều trị chuyên nghiệp, có thể được miễn giảm trách nhiệm pháp luật của họ.
- (4)Ngăn chặn các mối nguy hiểm của ma túy: Ma túy có ảnh hưởng và tác hại rất lớn đến sức khoẻ con người như tổn thương thần kinh, teo bàng quang, rối loạn chức năng tình dục, suy hô hấp, nhiễm độc tim mạch, nguy cơ bị AIDS hoặc các bệnh truyền nhiễm khác v.v..., còn có tác dụng tương tác khi sử dụng hỗn độn thuốc, và những hành vi phạm pháp thường thấy do sử dụng chất ma túy gây ra như cướp giật, tự gây thương tích, làm người khác bị thương, v.v...

4.Hành động 4 -- Chăm sóc giúp đỡ - tích cực giới thiệu

Ngoài việc bản thân tự tránh xa tác hại do ma túy gây ra, chúng ta cũng nên quan tâm, giúp đỡ đến bạn bè người thân xung quanh mình để tránh cho họ khỏi bị tác hại do ma túy gây ra.

(1)Phát hiện triệu chứng của người nghiện ma túy: Nghiện ma túy thường xuất hiện thói quen sinh hoạt hỗn loạn, hôn mê, thường phát ban ở da, cơ thể hoặc phòng có mùi đặc biệt, có hành vi tiêu tiền nhiều, ăn cắp, nói dối, dễ bị kích thích, khó tập trung chú ý, chán ăn hoặc giảm cân, mang theo các dụng cụ liên quan đến chất ma túy, v.v...

(2)Cung cấp và giới thiệu đơn vị hỗ trợ chuyên nghiệp: Sự cố vũ của gia đình, bạn bè và xã hội là sức mạnh lớn nhất để giúp người sử dụng chất ma túy tự đổi diện với chính (mình, tích cực đổi mới với thực tế, để rời xa với ma túy. Có thể giới thiệu dịch vụ chuyên nghiệp hoặc các đơn vị có Y tế liên quan, cơ sở y tế, trung tâm phòng chống tác hại của ma túy, cơ quan tư vấn cai thuốc (như hội cờ đốc giáo Chen Xi) v.v...