

การป้องกันการติดยาเสพติด

๕ ป้องกันตนเอง ไม่ใช้ยาโดยมิได้รับคำแนะนำจากแพทย์ และ
งดอย่าทดลอง เสพยาเสพติดทุกชนิด โดยเฉพาะเพศ เพราะจะติด
ง่ายหายยาก

๕ ป้องกันครอบครัว ควรสอดส่องดูแลเด็กทุกคนในครอบครัว
หรือที่อยู่มาร่วมกัน อย่าให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ต้องคอยอบรม
สั่งสอนให้รู้ถึงโทษและภัยของยาเสพติด หากมีผู้เสพยาเสพติด
ในครอบครัวควรแจ้งการ ให้แจ้งญาติที่โรงพยาบาล

๕ ป้องกันเพื่อนบ้าน โดยช่วยเหลือแจ้งให้เพื่อนบ้านเข้าไม่ถึงโทษ
และภัยของยาเสพติด โดยมิให้ เพื่อนบ้าน รู้เท่าไม่ถึงการณ์
ต้องถูกหลอกลวง และหากพบว่าเพื่อนบ้านติด ยาเสพติดคง
ช่วยแนะนำให้ไปรักษาตัวที่โรงพยาบาล

๕ ป้องกันโดยให้ความร่วมมือกับทางราชการ เมื่อทราบว่าบ้าน
ใด ค้าบิลเคมียาเสพติดแพร่ระบาด ขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่
ตำรวจทุกแห่งทุกท้องที่ทราบ



ยาเสพติดป้องกันได้

1. ป้องกันตนเอง ทำได้โดย..

- ศึกษาหาความรู้ เพื่อให้รู้เท่าทัน โทษภัยของยาเสพติด
- ไม่ทดลองใช้ยาเสพติดทุกชนิดและปฏิบัติตามกฎชักชวน
- ระวังเรื่องการใช้ยา เพราะยาบางชนิดอาจทำให้เสพ
ติดได้

• ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

• เลือกคบเพื่อนดี ที่ชักชวนกันไปในทางสร้างสรรค์

• เมื่อมีปัญหาชีวิต ควรหาหนทางแก้ไขที่ไม่ข้องเกี่ยวกับ
ยาเสพติด หากแก้ไข ไม่ได้ควรปรึกษา ผู้ใหญ่

2. ป้องกันครอบครัว ทำได้โดย..

• สร้างความรัก ความอบอุ่นและความสัมพันธ์อันดีระหว่าง
สมาชิกในครอบครัว

• รู้และปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง

• ดูแลสมาชิกในครอบครัว ไม่ให้ข้องเกี่ยวกับยาเสพติด

• ให้กำลังใจและหาทางแก้ไข หากพบว่าสมาชิกใน

ครอบครัวติดยาเสพติด

3. ป้องกันชุมชน ทำได้โดย

• ช่วยชุมชนในการต่อต้านยาเสพติด

• เมื่อทราบแหล่งเสพ แหล่งค้า หรือผลิตยาเสพติด ควรแจ้ง
ให้เจ้าหน้าที่ทราบทันที

เอกสารประชาสัมพันธ์



ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด



ด้วยความปรารถนาดีจาก

องค์การบริหารส่วนตำบลหินเหล็กไฟ อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ยาเสพติดคืออะไร

ยาเสพติด หมายถึง ยาหรือสารเคมี หรือวัตถุชนิดใด ๆ ที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยวิธีการกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีใด ๆ ก็ตาม เป็นช่วงระยะเวลา หรือนานติดกันจนทำให้ร่างกายทรุดโทรม และตกอยู่ใต้อำนาจหรือเป็นทาสของสิ่งนั้น ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ หรือจิตใจเพียงอย่างเดียว

ประเภทของยาเสพติด

★ แบ่งตามลักษณะการผลิด

- สิ่งเสพติดที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ เช่น ฝิ่น กัญชา ฯลฯ
- สิ่งเสพติดสังเคราะห์ ได้แก่ สิ่งเสพติดที่ผลิตด้วยกรรมวิธีทางเคมี เช่น เฮโรอีน มอร์ฟิน ฯลฯ

★ แบ่งตามลักษณะการออกฤทธิ์ต่อระบบประสาท

- ประเภทออกฤทธิ์กดประสาท จะมีฤทธิ์ทำให้สมองมีนงง ประสาทช้าลงซึม ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟิน โคลน
- ประเภทออกฤทธิ์กระตุ้นประสาทจะมีฤทธิ์ทำให้เกิดอาการตื่นเต้น ตลอดเวลา ใ้รู้สึกง่วงนอน แต่เมื่อหมดฤทธิ์ยาผู้เสพจะหมด ใ้ได้แก่ แอมเฟตามีน หรือยาบ้า กระเทียม
- ประเภทออกฤทธิ์หลอนประสาท จะมีฤทธิ์ทำให้เกิดอาการประสาทหลอนเห็นภาพ ลวงตาหูแว่ว อารมณ์แปรปรวน ใ้ได้แก่ แอลเอสดี หรือ เห็ดขี้ควาย
- ประเภทออกฤทธิ์กดประสาท และหลอนประสาทด้วยใ้ได้แก่ กัญชา



สาเหตุสำคัญที่ทำให้ติดยาเสพติด

- ✚ จากการถูกชักชวน
- ✚ จากการอยากรทดลอง อยากรู้อยากเห็น อยากรู้ อยากสัมผัส
- ✚ จากการถูกหลอกลวง
- ✚ เหตุทางกาย ความเจ็บป่วยทางกาย เช่น ต้องถูกผ่าตัดหรือเป็นโรคปอดตีระมะ เป็นหิด เป็นโรคประสาท ใ้รับ ความทรมานทางกายมากผู้ป่วยต้องการบรรเทา พยายามช่วยด้วยมานานแต่ก็ไม่หาย จึงหันเข้าหาเสพติด จนติดยาในที่พูด
- ✚ จากความลึกลับมอง บุคคลประเภทนี้คิดว่าตัวเองเป็นคนเก่ง จากสิ่งแวดล้อม เช่น สถานที่อยู่อาศัยแออัด เป็นแหล่งสลัม หรือเป็นแหล่งที่มีการเสพยาและค้าขายเสพติดภาวะทางเศรษฐกิจบีบคั้นจิตใจ

เยาวชนกับยาเสพติด

เมื่อพูดถึงปัญหา ยาเสพติด คนส่วนใหญ่ก็จะมุ่งความสนใจไปที่กลุ่มผู้ผลิตผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด โดยเฉพาะผู้เสพยาเสพติดที่เป็นเยาวชน ซึ่งเป็นผู้เสียหายโดยตรงซึ่งทำให้ทุกฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นบิดามารดา ครู ผู้ปกครอง องค์กรภาครัฐ และภาคเอกชน ตลอดจนสื่อมวลชนต่างก็ให้ความสนใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยเฉพาะการพยายามสื่อสาร เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องแก่เด็กและเยาวชนให้มีชีวิตที่ติงาม ห่างไกลจากยาเสพติด ซึ่งต้องระมัดระวังทั้งในเรื่องของการสรรหาวิถีการและเลือกเพื่อนเนื้อหา ข้อความที่เข้าถึงเยาวชนให้ตรงจุด ทั้งนี้เพราะเด็กและเยาวชนนั้นจะมีลักษณะพิเศษ เช่น ไม่ชอบใ้ใครว่ากล่าว ตักเตือนตรง ๆ โดยเฉพาะผู้ใหญ่แต่ละรับข่าวสารข้อมูล ใ้มีมากขึ้นถ้า เยาวชนด้วยกันเป็นผู้ใ้ข่าวสารข้อมูลนั้น หรือตนเองเป็นผู้มีส่วนร่วมในการสื่อสารด้วย

ติดกีฬาก็มีความสุขได้

การเล่นกีฬาไม่ใช่เป็นแค่เพียงกิจกรรมทางเลือกที่เบี่ยงเบนความสนใจของเยาวชนใ้ ห่างไกลยาเสพติดเท่านั้น แต่ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ เชื่อว่า การออกกำลังกายหรือ การเล่นกีฬานั้น จะทำให้ค่อยใ้รู้ต่อใ้สมองหลังสารเคมีชนิดหนึ่งชื่อ “เอนโดฟิน” ออกมา ซึ่งสารชนิดนี้จะทำให้รู้สึกสดชื่น และ เป็นสุข ผู้ที่ออกกำลังกายอยู่สม่ำเสมอมีสุขภาพแข็งแรง สมบูรณ์สมกับที่กล่าว ว่า “กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ” ดังนั้น จึงควรที่จะช่วยกันส่งเสริมใ้เยาวชนใ้ได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อใ้มีสาร “เอนโดฟิน” อยู่ในร่างกายเกิดความสุขใ้ โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติด

