

ຖະໜົນ ຄຳສະແລງ ສຳລັບສານສະກັດ ຈາກຝິນ

- **ໂຄເດອິນ:** ກັບຕັນໂຄດີ, ເດັກນັກຮຽນ, c ນ້ອຍ
- **ຟນທານິນ:** f3nt, pache, ໄຂ້ເຕັ້ນ, ຄາດຕະກຳ 8, ແທງໂກ ແລະ ເງິນສິດ, TNT
- **ໄຮໂດຣໂຄດອນ:** ປຸ່ຍ, ແຜ່ນຕິດ, vikes, ໄຮໂດຣສ, ວິຕາມິນ
- **ເມທາດອນ:** ຢາເທບ, ນາງ Emma, ສິ່ງຂອງສີຂາວ, ລິງ, ກັບມືຂອງແຫຼວ
- **ອອກຊີໂຄດອນ:** ercs, 30's, ບຣູສ໌, ບຣູເບີຣີ



ພວກເຮົາມາ ເວົ້າ ກ່ຽວກັບ ການນຳໃຊ້ສານສະກັດ ຈາກຝິນກັນເລີຍ

ຟນທານິນແມ່ນແຮງກວ່າມອກຝິນ 50 ຫາ 100 ເທົ່າ.

ການໃຊ້ສານສະກັດຈາກຝິນເກີນຂອບເຂດ ແລະ ການເສຍຊີວິດຍັງຄົງ ສືບຕໍ່ເພີ່ມຂຶ້ນໃນລັດ Washington. ລັດຂອງພວກເຮົາໄດ້ເຫັນມີບັນດາ ເຫດການສຳຄັນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບເດັກນ້ອຍທີ່ມີອາຍຸຕໍ່າກວ່າສາມປີ ທີ່ໄດ້ຮັບປະທານຢາຟນທານິນໂດຍບັງເອີນ ເພີ່ມຂຶ້ນຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ.

ການໃຊ້ສານແມ່ນມີຄວາມແຮງຫຼາຍ ແລະ ບໍ່ແມ່ນທຸກຄົນຈະພ້ອມທີ່ ຈະຢຸດນຳໃຊ້ໄດ້.

ໂດຍຮັບຮູ້ວ່າອາດຈະມີເວລາທີ່ທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ ແລະ/ຫຼື ພັກຜ່ອນ, ສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດແມ່ນການສ້າງແຜນການສະເພາະ ແລະ ແຜນການສະໜັບ ສະໜູນ ເພື່ອຮັບປະກັນໃຫ້ລູກຂອງທ່ານມີຄວາມປອດໄພຈາກຜົນກະທົບ ສຳຮອງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການນຳໃຊ້ສານເສບຕິດ.

DCYF ຈະເຮັດວຽກຮ່ວມກັບທ່ານ ເພື່ອຮັບປະກັນໃຫ້ສາມາດບັນລຸ ໄດ້ຄວາມຕ້ອງການຂອງລູກທ່ານໄປໃນທາງທີ່ສິ່ງເສີມສຸຂະພາບທາງ ດ້ານຮ່າງກາຍ, ຄວາມສຳພັນ ແລະ ຈິດໃຈຂອງເຂົາເຈົ້າ, ເຖິງແມ່ນວ່າ ໃນຂະນະທີ່ທ່ານກຳລັງສຳຫຼວດຫາສິ່ງທ້າທາຍທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການນຳ ໃຊ້ສານເສບຕິດກໍຕາມ.

DCYF ບໍ່ມີການຈຳແນກ ແລະ ໃຫ້ໂອກາດທີ່ເທົ່າທຽມແກ່ທຸກຄົນ ໃນການເຂົ້າຫາໂຄງການ ແລະ ການບໍລິການຂອງຕົນ ໂດຍບໍ່ຄຳນຶງ ເຖິງເຊື້ອຊາດ, ສີເມີວ, ເພດ, ສາດສະໜາ, ຄວາມເຊື່ອ, ສະຖານະ ທາງຄອບຄົວ, ຊາດກຳເນີດ, ລົດສະນິຍົມທາງເພດ, ອາຍຸ, ສະຖານະ ນັກຮິບເກົ້າ ຫຼື ການມີຄວາມພິການທາງຮ່າງກາຍ, ທາງປະສາດສຳຜັດ ຫຼື ທາງຈິດໃຈ.

ຖ້າທ່ານຕ້ອງການສຳເນົາຟຣີຂອງແຜ່ນພິມນີ້ໃນຮູບແບບ ຫຼື ພາສາ ທາງເລືອກ, ກະລຸນາຕິດຕໍ່ຫາ DCYF Constituent Relations (ຝ່າຍປະຊາສຳພັນດ້ານການປະກອບສ່ວນຂອງ DCYF) ທີ່ເບີ 1-800-723-4831 ຫຼື ສົ່ງອີເມວຫາ communications@dcyf.wa.gov.

DCYF ສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານເຂົ້າເຖິງແຫຼ່ງ ຊັບພະຍາກອນ, ການປິ່ນປົວ ແລະວິທີການອື່ນໆ ເພື່ອສະໜັບສະໜູນຄອບຄົວຂອງທ່ານ. ການຮ້ອງ ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອສຳລັບການນຳໃຊ້ສານເສບຕິດບໍ່ໄດ້ ໝາຍຄວາມວ່າລູກຂອງທ່ານຈະຖືກພາໄປຈາກທ່ານ.





ວິທີການທີ່ DCYF ສາມາດ ຊ່ວຍໄດ້:



ພວກເຮົາມາຫຼຸດຜ່ອນຜົນກະທົບຈາກການ ນຳໃຊ້ສານສະກັດຈາກຝົນ ຫຼື ສານເສບຕິດ ຕໍ່ຄອບຄົວຂອງທ່ານກັນເລີຍ.

ໃນກໍລະນີທີ່ມີການຈັບກຸມ ຫຼື ຕິດຄຸກຢ່າງກະທັນຫັນຂອງຜູ້ເບິ່ງແຍງ
ດູແລ, ພວກເຮົາຈະສາມາດເຮັດວຽກຮ່ວມກັນ ເພື່ອສ້າງແຜນການ
ສະໜັບສະໜູນທີ່ໃຫ້ຄວາມສຳຄັນກັບຄວາມໝັ້ນຄົງ ແລະ ຄວາມ
ສະຫວັດດີພາບຂອງລູກຂອງທ່ານໄດ້ຄືແນວໃດ?

ທ່ານສາມາດແບ່ງປັນຄວາມຄິດຂອງທ່ານໄດ້ບໍ່ ວ່າການໃຊ້ສານເສບຕິດ
ອາດສົ່ງອິດທິພົນຕໍ່ຄວາມສາມາດໃນການແກ້ໄຂຄວາມຕ້ອງການຂອງ
ລູກຂອງທ່ານໄດ້ຄືແນວໃດ? ນີ້ແມ່ນໂອກາດທີ່ພວກເຮົາຈະຄົ້ນຫາສິ່ງ
ທຳທາຍຕ່າງໆທີ່ທ່ານອາດຈະປະເຊີນ ແລະ ໃຫ້ການສະໜັບສະໜູນ.

ເມື່ອລູກຂອງທ່ານສະແດງອອກເຖິງຄວາມຕ້ອງການຂອງເຂົາເຈົ້າ,
ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວທ່ານຈະຕອບສະໜອງກັບເຂົາເຈົ້າຄືແນວໃດ? ພວກ
ເຮົາສາມາດເສີມຂະຫຍາຍການປະຕິສຳພັນຂອງທ່ານ ແລະ ຊ່ວຍ
ທ່ານສ້າງສະພາບແວດລ້ອມທີ່ເອື້ອອ່ານວຍຫຼາຍຂຶ້ນ ເພື່ອຄວາມ
ສະຫວັດດີພາບຂອງລູກຂອງທ່ານຄືແນວໃດ?

ພວກເຮົາຊິມັກສິ່ງທຳທາຍທີ່ມາພ້ອມກັບການຈັດການຄວາມກົດດັນ
ພາຍໃນເຮືອນ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນການພິຈາລະນາເຖິງສະຖານະການ
ທີ່ເປັນເອກະລັກສະເພາະທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການນຳໃຊ້ສານເສບຕິດ.

- ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ ທ່ານຈັດການກັບຄວາມກົດດັນໃນຄົວເຮືອນ
ຂອງທ່ານຄືແນວໃດ?
- ມີຍຸດທະສາດ ຫຼື ແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນອັນໃດໃຫ້ແກ່ທ່ານແດ
ຖ້າທ່ານພົບວ່າຕົວທ່ານເອງຕ້ອງການພັກຜ່ອນ?
- ພວກເຮົາຈະຊ່ວຍທ່ານໃນການຮັບປະກັນໃຫ້ຄວາມຕ້ອງການທາງ
ດ້ານອາລົມຂອງລູກທ່ານໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນເປັນຢ່າງດີໃນ
ຊ່ວງເວລານັ້ນໄດ້ຄືແນວໃດ ແລະ ພວກເຮົາຈະສາມາດຊ່ວຍທ່ານສ້າງ
ແຜນການທີ່ສົ່ງເສີມຄວາມສະຫວັດດີພາບສຳລັບທຸກຄົນໄດ້ຄືແນວໃດ?

- ຊ່ວຍກຳນົດແຜນການສະເພາະ ແລະ ການ
ສະໜັບສະໜູນເພື່ອຮັກສາລູກຂອງທ່ານໃຫ້ປອດໄພໃນ
ເວລາທີ່ທ່ານກຳລັງນຳໃຊ້ຢູ່.
- ໃຫ້ຢາ naloxone (Narcan®) ເພື່ອໄດ້ໃຊ້ໃນກໍລະນີທີ່
ນຳໃຊ້ເກີນປະລິມານ.
- ໃຫ້ກ່ອງມືກະແຈລ້ອກ ເພື່ອໃຫ້ທ່ານສາມາດເກັບຮັກສາ
ສານ ແລະ ຢາຕ່າງໆໄດ້ຢ່າງປອດໄພ ທີ່ເດັກນ້ອຍບໍ່ສາມາດ
ເຂົ້າເຖິງໄດ້.
- ໃຫ້ແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນໃນການປິ່ນປົວ ລວມທັງ
ການປະເມີນລຳດັບຄວາມສຳຄັນ, ເຊິ່ງຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານ
ໄດ້ຮັບການປະເມີນຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ້າໄວຂຶ້ນ.
- ຊ່ວຍກຳນົດການບໍລິການສະໜັບສະໜູນ ແລະ
ແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານ.
- ຊ່ວຍກຳນົດບຸກຄົນໃດໜຶ່ງທີ່ສາມາດເບິ່ງແຍງດູແລລູກ
ຂອງທ່ານໄດ້ຢ່າງປອດໄພໃນກໍລະນີທີ່ເຈົ້າບໍ່ສາມາດ
ເບິ່ງແຍງດູແລເຂົາເຈົ້າໄດ້.
- ຊ່ວຍກຳນົດການສະໜັບສະໜູນຈາກເພື່ອນແບບເປັນຄວາມ
ລັບກັບພໍ່ແມ່ ຜູ້ທີ່ໄດ້ຜ່ານການພື້ນຟູເຊັ່ນກັນ.
- ເຊື່ອມຕໍ່ທ່ານກັບແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນສຳລັບບັນຫາ
ສຸຂະພາບຈິດໃນຊຸມຊົນຂອງທ່ານ.
- ຊ່ວຍທ່ານຄົ້ນຫາຍຸດທະສາດໃນການຮັບມືທີ່ດີຕໍ່ສຸຂະພາບ
ເພື່ອຈັດການຄວາມກົດດັນ ແລະ ຄວບຄຸມອາລົມ
ເພື່ອສົ່ງເສີມຄວາມຮູ້ສຶກປອດໄພ ແລະ ຄວາມສະຫງົບ
ສຳລັບທຸກຄົນໃນຄອບຄົວຂອງທ່ານ.
- ຊ່ວຍທ່ານຄົ້ນຫາຍຸດທະສາດໃນການຮັບປະກັນໃຫ້ທ່ານ
ມີແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນແລະ ການສະໜັບສະໜູນທີ່ຈຳ
ເປັນ ເພື່ອໃຫ້ລູກຂອງທ່ານມີອາລົມຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ດີ.

ລົມກັບພະນັກງານຮັບຜິດຊອບກໍລະນີ ຂອງທ່ານກ່ຽວກັບທາງເລືອກໃນການ ປິ່ນປົວ.

ຖ້າທ່ານ ຫຼື ບຸກຄົນໃດໜຶ່ງທີ່ທ່ານຮູ້ຈັກ ກຳລັງດົ່ນຮົນກັບ
ພາວະຜິດປົກກະຕິຈາກການນຳໃຊ້ສານ, ແມ່ນຈະມີແຫຼ່ງ
ຊັບພະຍາກອນຕໍ່ໄປນີ້ໃຫ້:

- ໂທ ຫຼື ສົ່ງຂໍ້ຄວາມຫາ 988 ສຳລັບສາຍກູ້ຊີບໃນການຂ້າ
ຕົວຕາຍ ແລະ ວິກິດ (<https://988lifeline.org>).
- ໂທຫາ 211 ເພື່ອເຊື່ອມຕໍ່ກັບການບໍລິການຊຸມຊົນທີ່ສຳຄັນ.
- ໂທຫາ 1-800-662-HELP (4357) ສຳລັບສາຍດ່ວນ
ແຫ່ງຊາດ (www.samhsa.gov/find-help/national-helpline) ສຳລັບບັນດາຄອບຄົວທີ່ປະເຊີນ
ກັບພາວະຜິດປົກກະຕິທາງດ້ານຈິດໃຈ ແລະ/ຫຼື ການນຳ
ໃຊ້ສານເສບຕິດ.
- ໂທຫາ 1-866-789-1511 ສຳລັບສາຍໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອ
ການພື້ນຕົວຂອງ Washington
(www.warecoveryhelpline.org).
- ເຂົ້າເບິ່ງ www.StopOverdose.org ສຳລັບແຫຼ່ງ
ຊັບພະຍາກອນໃນການປ້ອງກັນການນຳໃຊ້ເກີນ
ປະລິມານໃນທົ່ວລັດ.