

NHỮNG ĐIỀU HT CẦN BIẾT VỀ MA TÚY

I. MA TÚY LÀ GÌ?

“MA TÚY là bất cứ chất gì, khi vào trong cơ thể, làm xáo trộn hoạt động bình thường của cơ thể, tâm lý và trí óc con người.” (*Hội Y Tế Thế Giới – World Health Organisation*)

II. CÓ BAO NHIÊU LOẠI MA TÚY?

1. Loại kích thích (*Stimulants*): Thuốc kích thích có tác dụng làm tăng hoạt động của hệ thống thần kinh và cơ thể.

Gồm có:

1. Nicôtin (thuốc lá): Cà-phê trong trà, cà phê, sô-cô-la, nước Côca côla.
2. Am-phê-ta-min hay Speed là những thuốc liên hệ MDMA hay Ecstasy.
3. Cô-ken

2. Loại giảm trì thần kinh (*Depressants*): Thuốc giảm trì thần kinh là loại thuốc có tác dụng làm suy giảm, trì trệ hoạt động của hệ thống thần kinh và cơ thể.

Gồm có:

1. Thuốc ngủ: Rượu, bia và các loại thuốc ngủ (Librium, Serapax, Normison, Rohypnol ...)
2. Thuốc giảm đau thuộc nhóm á phiện: Opium, Morphine, Co-dein, Pethidine, Heroin, Methadone.
3. Thuốc giảm đau không chứa á phiện: Aspirin, Paracetamol, Phencetin.
4. Cần sa với liều nhẹ (Marijuana, Hashish, Hashish oil)
5. Chất bốc hơi: Keo, xăng, gas, thuốc chùi móng tay ...

3. Loại gây ảo giác (*Hallucinogens*): Là loại thuốc tạo những cảm giác hảo huyền như thấy hoặc nghe những điều không có thực.

Gồm có:

- LSD (Lysergic acid diethylamide)
- DMT (Dimethyltryptamine)
- Psilocybin (Magic mushroom)
- Psilocin (Magic mushroom)
- Mescaline (Peyote cactus)
- MDMA (ECSTASY)
- PCP
- Ketamine
- Cần sa với liều nặng

III. TẠI SAO THANH THIẾU NIÊN DỪNG MA TÚY?

Thanh thiếu niên dùng ma túy với nhiều lý do khác nhau:

- Vì tò mò.
- Vì bạn bè lôi kéo, mời mọc.
- Để kèm chế những căng thẳng tinh thần.
- Giảm đi những cảm giác khó chịu, những tâm trạng buồn chán hay thất vọng.
- Để tỉnh táo, dai sức hơn, bớt mệt mỏi.
- Để tìm những cảm giác lạ.

IV. NHỮNG NGUY CƠ NÀO GÂY RA VIỆC SỬ DỤNG MA TÚY?

V. SỬ DỤNG MA TÚY GÂY RA NHỮNG TAI HẠI NÀO?

1. Cho sức khỏe:
 - Có thể bị các loại bệnh tật do thuốc gây ra.
 - Có thể đưa đến bệnh AIDS, bệnh viêm gan loại B và C, nếu sử dụng chung ống chích, hoặc giao hợp không an toàn.
 - Bị nghiện ngập.
 - Bị quá liều.
 - Chết vì quá liều.
2. Trong gia đình:
 - Căng thẳng trong đời sống gia đình.
 - Xung đột với cha mẹ, anh chị em.
3. Về việc học:
 - Nghỉ học vì lười, bệnh hoạn.
 - Không chu toàn bài học, bài làm.
 - Tình bạn đổ vỡ.
4. Tài chánh: Thiếu thốn tiền bạc đưa đến trộm cắp.
5. Về luật pháp: Bốn loại phạm pháp liên quan đến các loại ma túy bất hợp pháp: sử dụng, sở hữu, trồng chọt, buôn bán.
6. Tai nạn: Sử dụng ma túy có thể ảnh hưởng đến khả năng thích ứng với mọi hoàn cảnh, ảnh hưởng đến việc suy nghĩ, khả năng chú ý, thị giác yếu kém, bị vọp bẻ, nôn mửa. Những ảnh hưởng đó có thể gây thêm nguy cơ tai nạn lưu thông, chết đuối.

VI. NHỮNG DẤU HIỆU NÀO CHO BIẾT CÁC EM SỬ DỤNG MA TÚY?

Những triệu chứng đặc biệt liên quan đến ma túy:

- Thuốc lá (Tobacco/Nicotine)
- Mùi thuốc lá;
- Ngón tay và răng bị vàng ó Cấn sa (Marijuana);
- Mất đồ, đồ dẫn, không hồn;
- Cười nói ồn ào không đúng lúc và tiếp theo lại buồn ngủ;
- Sử dụng loại hương thơm ngọt;
- Mất hứng thú;
- Mất nghị lực;
- Lên cân hoặc sụt cân bất thường.

Rượu (*Alcohol*):

- Vụng về; hôi rượu; bước đi khó khăn;
- Giọng nói lắp bắp ngọng lú;
- Buồn ngủ; phán đoán nghèo nàn, con người nở lớn.

Thuốc an thần (*Depressants*):

- Xem như say rượu nhưng không có mùi rượu;
- Khó tập trung, vụng về;
- Phán đoán nghèo nàn;
- Giọng nói lắp bắp ngọng lú;
- Buồn ngủ;
- Con người teo nhỏ.

Thuốc kích thích (*Stimulants*):

- Quá hiếu động; cáu kỉnh; lo âu;
- Chán nản buồn phiền;
- Hay ngủ bất thường sau khi nói quá nhiều;
- Có thể không ăn không ngủ trong một thời gian dài;
- Con người nở lớn; sụt cân;
- Miệng mũi khô.

Chất hít (*Inhalants*):

- Mắt kém; trí nhớ kém;
- Chảy nước mũi;
- Mũi và miệng nổi mụn;
- Đau đầu và buồn nôn;
- Ra vẻ bị ngộ độc;
- Buồn ngủ; khẩu vị thay đổi;
- Lo âu; cấu kính.

Thuốc gây ảo giác (*Hallucinogens*):

- Con người nở lớn;
- Thái độ kỳ cục, phi lý bao gồm hoang tưởng, ảo giác;
- Tính khí thay đổi;
- Xa tránh người xung quanh;
- Nói lắp bắp ngọng lú;
- Bối rối lúng túng;

Bạch phiến (*Heroin*):

- Đau kim chích;
- Ăn ngủ thất thường;
- Đổ mồ hôi;
- Ói mửa; ho và mũi sụt sịt;
- Ăn mất ngon;
- Con người teo nhỏ và không có phản ứng với ánh sáng.

VII. NÊN LÀM GÌ NẾU BIẾT ĐƯỢC ĐOÀN SINH CỦA MÌNH SỬ DỤNG MA TÚY?

Đừng hoảng sợ và hãy bình tĩnh: Nếu phản ứng quá mạnh sẽ khó gần gũi để tìm hiểu và dễ mất sự tin nhiệm của các em.

Tìm hiểu sự thật: Tìm cách nói chuyện để hỏi xem em đang dùng loại ma túy nào, thời gian bao lâu và số lượng dùng.

Cởi mở và thông cảm lắng nghe: Để hiểu rõ hoàn cảnh và tìm cách giúp đỡ.

Bây tỏ sự quan tâm: Nên nhỏ nhẹ với các em và cũng khuyên em và không muốn em đi vào con đường nghiện ngập.

Chọn thời gian thích hợp để nói: Nói chuyện về việc sử dụng ma túy trong lúc các em đang bị ảnh hưởng ma túy, hoặc lúc mình chưa chuẩn bị sẵn sàng sẽ không đem lại kết quả, ngược lại có thể sẽ đưa đến cãi vã, gây bất hòa v.v.. Vì thế, Huỳnh Trường nên chọn lựa thời gian thích hợp để giải quyết vấn đề.

Tìm gặp chuyên viên y tế: Hãy tìm gặp nhân viên y tế được hướng dẫn giúp đỡ càng sớm càng tốt.

VIII. NHỮNG YẾU TỐ GIÚP PHÒNG NGỪA VIỆC SỬ DỤNG MA TÚY

Nguyễn Đăng Khoa

Vietnamese Drug & Alcohol Health Promotion Officer
Drug & Alcohol Service, SWSAHS

Phạm Minh Tùng

Mt. Druit Community Health Centre, WSAHS