



3. การป้องกันและแก้ไขชุมชนของตนเองให้ปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด

ควรช่วยเหลือแนะนำให้เข้ารับการบำบัดรักษาโดยเร็ว และเมื่อทราบว่ามีใครผลิต นำเข้า ส่งออก หรือจำหน่ายยาเสพติด ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ ที่เกี่ยวข้องทราบทันที



แม่คะแล้วเราจะทำอะไร
เพื่อที่จะได้ห่างไกล
ยาเสพติด คะ

กิจกรรมหลังเลิกเรียน ให้ลูกห่างไกลยาเสพติด

1. ทำอาหาร การทำอาหารคือกิจกรรมสร้างสรรค์ สด ความเครียด ขณะทำอาหาร เด็กจะมีสมาธิ ช่วยเสริมความคิด

2. อ่านหนังสือ การอ่านช่วยเสริมความรู้หลากหลาย และเป็นคนรอบรู้พัฒนาในการเรียนได้ไว เพราะช่วยให้เด็กมีสมาธินานขึ้น เด็กจะสามารถจดจ่อกับสิ่งที่ทำมากขึ้น

3. เล่นกีฬา ช่วยลดความเสี่ยงความอยากลองยาเสพติด กับปัญหาทางด้านอารมณ์ เช่น ภาวะกึ่งวกลิ้นหวี่

4. เรียนภาษาอื่น เด็กที่เรียนภาษาที่สองหรือสามมีแนวโน้มที่จะโตมาแล้วรู้จักการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีและมีความคิดสร้างสรรค์



ขอขอบคุณคุณแม่ หนูมี
รายงานส่งครูแล้ว เย้



26 มิถุนายนของทุกปี
วันต่อต้านยาเสพติดโลก



ที่มา [happyfresh.co.th
sites.google.com](http://happyfresh.co.th/sites.google.com)



เอกสารประชาสัมพันธ์

การป้องกันและแก้ไขปัญหา
ยาเสพติด



องค์การบริหารส่วนตำบลหน้าหมาน

อำเภอเมือง จังหวัดเลย
โทรศัพท์ 042 - 870048

www.nammarn.go.th



แม่คะ คุณครูให้ทำ
รายงานยาเสพติดหนูไม่
เข้าใจเลย ยาเสพติดคือ
อะไรคะแม่

เดี๋ยวแม่ช่วยเอง **ยาเสพติด**
หมายถึง ยาหรือสารเคมีหรือวัตถุ
ชนิดใดๆ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่
ว่าจะรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือ
ด้วยประการใดๆแล้วทำให้เกิดผลต่อ
ร่างกาย และจิตใจ



คะแม่ แล้วยาเสพติดมี
กี่ประเภท อะไรบ้างคะ

ยาเสพติดจำแนกตามการออก
ฤทธิ์ต่อระบบประสาท แบ่ง
ออกเป็น 4 ประเภท

1. ประเภทกดประสาท
ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน สาร
ระเหย ยานอนหลับ ยาระงับประสาท
2. ประเภทกระตุ้นประสาท
ได้แก่ ยาบ้า ยาอี กระห่อม โคลเคน
3. ประเภทหลอนประสาท
ได้แก่ แอลกอฮอล์ และเห็ดขี้ควาย
4. ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน
ได้แก่ กัญชา พิษกระท่อม พิษฝิ่น



เราจะสังเกตคนที่
ติดยาเสพติดได้
ยังไงคะ

สังเกตจากอาการและการ
เปลี่ยนแปลงทางร่างกายและ
จิตใจ ก็คือ

1. ทางร่างกาย จะทรุดโทรม
ซูบผอม ไม่มีแรง อ่อนเพลีย
ร่างกายสั่นไหว เหงื่อออกมาก
กลิ่นตัวแรง ชอบใส่เสื้อแขนยาว
กางเกงขายาว และสวมแว่นตา
เพื่อปิดบังหน้าตาที่ขยาย
2. ทางจิตใจ อารมณ์หงุดหงิด
ง่าย เอาแต่ใจตนเอง พุดจา
ก้าวร้าว ชอบแยกตัวอยู่คนเดียว
ไม่เข้าหาผู้อื่น มีอาการวิตก
กังวล เศร้าซึม สิ้นหนามองคล้ำ
3. สังเกตอาการขาดยา นำมูก
น้ำตาไหล หาวบ่อย
กระสับกระส่าย กระวนกระวาย
หายใจถี่ คลื่นไส้ อาเจียน เบื่อ
อาหาร อูจจาระเป็นเลือด ปวด
เมื่อยตามร่างกาย ปวดเสียวใน
กระดูก



ยาเสพติดหน้ากลัว
มาก แต่ก็มีคนเสพเป็น
เพราะอะไรคะแม่

ก็มาจาก

1. ถูกชักชวน
2. ออากทดลอง
3. ถูกหลอกลวง
4. เหตุความเจ็บป่วยทางกาย
5. ความตีกะนอง
6. จากสิ่งแวดล้อม



แล้วป้องกันได้ไหมคะ

ได้ซิจะลูก โดย

1. การป้องกันและแก้ไข
ตนเองจากยาเสพติด

- ศึกษาหาความรู้ ให้รู้เท่าทันพิษ
ภัยของยาเสพติด
- ไม่ทดลองใช้ยาเสพติดและ
ปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน
- ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- เลือคบเพื่อนที่ดี
- เมื่อมีปัญหาให้ปรึกษาผู้ใหญ่

2. การป้องกันและแก้ไข
ครอบครัวของตนเองจาก
ปัญหายาเสพติด

- สร้างความรัก ความอบอุ่นและ
ความสัมพันธ์อันดีระหว่าง
สมาชิกในครอบครัว
- รู้และปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่
ของตนเอง
- ดูแลสมาชิกครอบครัว ไม่ให้
เกี่ยวข้องกับยาเสพติด
- ให้กำลังใจและหาทางแก้ไข
หากพบว่าสมาชิกในครอบครัว

