



เอกสารประชาสัมพันธ์

การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด



ด้วยความปรารถนาดีจาก
องค์การบริหารส่วนตำบลห้วยไร่
อำเภอหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์

2567

-๑-

ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (Drugs)

การป้องกันยาเสพติด หมายถึง การให้การศึกษา ข่าวดสาร ความรู้ และข้อมูลในเรื่องคุณภาพ ชีวิตยาและยาเสพติด ตลอดจนการ ป้องกันตนเอง ครอบครัว และชุมชน ให้รอดพ้นจากยาเสพติดด้วย วิธีการต่าง ๆ เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันให้ประชาชนไม่ใช้ยาเสพติด ถึงแม้ จะประสบปัญหาต่าง ๆ รวมทั้งการปรับปรุงสภาพแวดล้อมใกล้ตัวที่มีส่วนผลักดันให้ใช้ยาเสพติดควบคู่กันไปด้วย การป้องกันตัวเองและคนรอบข้างให้พ้นจากวังวนของยาเสพติดเปรียบเสมือนกาวแรกที่สำคัญที่จะทำให้เราไม่ต้องไปยุ่งเกี่ยวกับมัน หากเราไม่คิดจะป้องกัน มันแต่จะแก้ไขปัญหายาเสพติดก็ไม่มีความหมายไปเสีย เพราะกันไว้ดีกว่าแก้ เราสามารถป้องกันตัวเองจากยาเสพติดได้ไม่ยาก อย่าคิดว่ายาเสพติดเป็นสิ่งไกลตัว ใช่ว่ายาเสพติด จะมีแค่ยาบ้าเพียงอย่างเดียว ซึ่งของแบบนั้นเรา เองยังไม่รู้ว่าจะเจอได้ยังไง เพราะยาเสพติดมีหลายประเภท ของบางอย่างเราอาจคาดไม่ถึงว่า มันก็ทำให้เราติดได้ แม้ไม่ใช่ยาเสพติดโดยตรง ก็ตาม เมื่อได้ซื้อยาเสพติดแล้ว ก็อย่ายกที่จะเลิก มัน การป้องกันจึงเป็นวิธีที่ดีที่สุด ซึ่งสามารถเริ่มได้จากตัวเรา ครอบครัว และคนรอบข้าง สาเหตุ ปัจจุบันเยาวชนที่ตกเป็นทาสของยาเสพติด ส่วนมากมาจากสาเหตุหลายประการที่เกิดจาก ตัวเยาวชน เอง ปัจจุบันเยาวชน ที่ตกเป็นทาสของยาเสพติด ส่วนมากมาจากสาเหตุหลายประการที่เกิด จากตัวเยาวชนเอง เช่น

- ความอยากรู้ อยากทดลอง ความคึกคะนองของเยาวชน
- ความต้องการให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนหรือ เข้ากับเพื่อนได้
- ความไม่รู้หรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของเยาวชนใช้ยาใน ทางที่ผิด หรือหลงเชื่อคำโฆษณา

- จิตใจของเยาวชนเอง จิตใจอ่อนแอ ใจคอไม่หนักแน่น เมื่อมีปัญหา ไม่สมหวัง ไม่ไต่ตรงหาเหตุผลเพื่อแก้ปัญหา ก็ใช้ยาหรือ ยาเสพติดเป็นเครื่องช่วยระงับความรู้สึก ทุกข์ ของตน ใช้อย่างไร ทำให้เกิด การเสพติด สาเหตุเกิดจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

๑. อยากทดลอง เกิดจากความอยากรู้อยากเห็นซึ่งเป็นนิสัยของคนโดยทั่วไป และโดยที่ไม่คิดว่า ตนจะติดสิ่งเสพติดนี้ได้ จึงไปทำการทดลองใช้สิ่งเสพติดนั้น ในการทดลองใช้ครั้งแรก ๆ อาจมีความรู้สึกดีหรือไม่ดีก็ตาม ถ้ายิ่งไม่ติดสิ่งเสพติดนั้น ก็อาจประมาทไปทดลองใช้สิ่งเสพติดนั้นอีก จนใจที่สุดก็ติดสิ่งเสพติดนั้น หรือ

-๒-

ถ้าไปทดลองใช้สิ่งเสพติดบางชนิด เช่น เฮโรอีน แม้จะเสพ เพียงครั้งเดียว ก็อาจทำให้ติดได้

๒. ความคึกคะนอง คนบางคนมีความคึกคะนอง ชอบพูดอวดเก่ง เป็นนิสัยโดยเฉพาะวัยรุ่นมักจะมีนิสัยดังกล่าว คนพวกนี้อาจแสดง ความเก่งกล้าของตนในกลุ่มเพื่อนโดยการแสดงการใช้สิ่งเสพติดชนิดต่าง ๆ เพราะเห็นแก่ความสนุกสนาน ตื่นเต้น และให้เพื่อนฝูงยอมรับว่าตนเก่ง โดยมิได้คำนึง ถึงผลเสียหรืออันตรายที่จะเกิดขึ้นในภายหลังแต่อย่างใด ในที่สุดจนเองก็กลายเป็นคนติดสิ่งเสพติดนั้น

๓. การชักชวนของคนอื่นอาจเกิดจากการเชื่อตามคำชักชวนโฆษณาของผู้ขายสินค้าที่เป็นสิ่งเสพติดบางชนิด เช่น ยากระตุ่นประสาทต่างๆ ยาขยัน ยาม้า ยาบ้า เป็นต้นโดยผู้ขายโฆษณาสรรพคุณของสิ่งเสพติดนั้นว่ามีคุณภาพดีสารพัดอย่างเช่น ทำให้มีกำลังวังชา ทำให้มีจิตใจแจ่มใส ทำให้มี สุขภาพดี ทำให้มีสติปัญญาดี สามารถรักษาโรคได้บางชนิด เป็นต้นผู้ที่เชื่อคำชักชวนโฆษณาดังกล่าวจึงไปซื้อตามคำชักชวนของเพื่อนฝูง ซึ่งโดยมากเป็นพวกที่ติดสิ่งเสพติดนั้นอยู่แล้ว ด้วย ความเกรงใจเพื่อน หรือเชื่อเพื่อน หรือต้องการแสดงว่าตัวเป็นพวกเดียวกับเพื่อน จึงใช้สิ่งเสพติดนั้นสาเหตุเกิดจากการถูกหลอกลวงต่างๆ ปัจจุบันนี้มีผู้ขายสินค้าประเภทอาหาร ขนมหรือเครื่องดื่มบางรายใช้สิ่งเสพติดผสมลงในสินค้าที่ขาย เพื่อให้ผู้ซื้อสินค้านั้นไปรับประทานเกิดการติด อยากรมาซื้อไปรับประทานอีก ซึ่งในกรณีนี้ ผู้ซื้ออาหารนั้นมารับประทาน จะไม่รู้สึกรู้ว่าตนเองเกิดการติดสิ่งเสพติดขึ้นแล้ว รู้แต่เพียงว่าอยากรับประทานอาหาร ขนมหรือเครื่องดื่มที่ซื้อจากร้านนั้นๆ กว่าจจะทราบก็ต่อเมื่อตนเองรู้สึกผิดปกติต่อความต้องการ จะซื้ออาหารจากร้านนั้นมารับประทานหรือต่อเมื่อ มีอาการเสพติดรุนแรง และมีสุขภาพเสื่อมลง สาเหตุที่เกิดจากความเจ็บป่วย

๑. การเจ็บป่วยทางกาย คนที่มีอาการเจ็บป่วยทางกายเกิดขึ้น เพราะ สาเหตุต่างๆ เช่นได้รับบาดเจ็บรุนแรงเป็นแผลเรื้อรัง มีความเจ็บปวดอยู่เป็นประจำ เป็นโรคประจำตัวบางอย่าง เป็นต้น ทำให้ได้รับทุกข์ทรมานมากหรือเป็นประจำจึงพยายามแสวงหาวิธีที่จะช่วยเหลือตนเองให้พ้นจากความทุกข์ทรมานนั้นซึ่ง วิธีหนึ่งที่ได้ทำได้ คือ การรับประทานยาที่มีฤทธิ์ระงับอาการเจ็บปวดนั้นได้ ซึ่งไม่ใช่เป็นการรักษาที่เป็นต้นเหตุของความเจ็บป่วยเพียงแต่ระงับ

อาการเจ็บปวดให้หมดไปหรือลดน้อยลงได้ชั่วคราว เมื่อฤทธิ์ยาหมดไปก็มักจะกลับเจ็บปวดใหม่ ผู้ป่วยก็จะใช้ยานั้นอีก เมื่อทำเช่นนี้ไปนานๆ เกิดอาการติดยานั้นขึ้น

๒. การเจ็บป่วยทางจิต ผู้ที่มีจิตใจไม่เป็นปกติ เช่น มีความวิตกกังวล เครียด มีความผิดหวังในชีวิต มีความเศร้าสลดเสียใจ เป็นต้น ทำให้สภาวะจิตใจไม่เป็นปกติจนเกิดการป่วยทางจิตขึ้นจึงพยายามหายาหรือสิ่งเสพติดที่มีฤทธิ์สามารถคลายความเครียด จากทางจิตได้ชั่วคราวหนึ่งมารับประทาน แต่ไม่ได้รับรักษาที่ต้นเหตุเมื่อยาหมดฤทธิ์ จิตใจก็จะกลับเครียดอีก และผู้ป่วยก็จะเสพติดสิ่งเสพติด ถ้าทำเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ ก็จะทำให้ผู้นั้นติดยาเสพติดในที่สุด

๓ การปฏิบัติไม่ถูกต้องในการใช้ยา การไปซื้อยามารับประทานเองโดยไม่ทราบสรรพคุณยาที่แท้จริง ขนาดยาที่ควรรับประทาน การรับประทานยาเกินจำนวนกว่าที่แพทย์ได้สั่งไว้ การรับประทานยาบางชนิดมากเกินไปจนเกินขนาด หรือรับประทานติดต่อกันนานๆ บางครั้งอาจมีอาการถึงตายได้ หรือบางครั้งทำให้เกิดการเสพติดยานั้นได้

สาเหตุอื่นๆ

๑. การอยู่ใกล้ชิดกับแหล่งสิ่งเสพติด การอยู่ใกล้แหล่งขายหรือใกล้แหล่งผลิต หรือ เป็นผู้ขายหรือผู้ผลิตเอง จึงทำให้มีโอกาสติดสิ่งเสพติดให้โทษนั้นมากกว่าคนทั่วไป

๒. การอยู่ใกล้ชิดกับผู้ติดสิ่งเสพติด เมื่อมีเพื่อนสนิทหรือพี่น้องที่ติดสิ่งเสพติดอยู่ ผู้นั้นย่อมได้เห็นวิธีการเสพ ของผู้ที่อยู่ใกล้ชิด รวมทั้งใจเห็นพฤติกรรมต่างๆ ของเขาด้วยและยังอาจได้รับคำแนะนำหรือชักชวนจากผู้เสพด้วย จึงมีโอกาสติดได้

๓. สภาพแวดล้อมทางสังคมคนบางคนอยู่ในสภาพที่มีปัญหา เช่น ว่างาน ยากจน ค่าใช้จ่ายเพิ่มโดยมีรายได้ลดลงหรือคงที่ มีหนี้สินมาก ฯลฯ เมื่อแก้ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ไม่ได้ก็หันไปใช้สิ่งเสพติดช่วยผ่อนคลายนความรู้สึกในความทุกข์ยากต่างเหล่านี้ แม้จะรู้ว่าเป็นชั่วคราวช่วยยามก็ตาม เช่น กลุ่ม ใจที่เป็นหนี้คนอื่นก็ไปกินเหล้าหรือสูบบุหรี่ให้เมาเพื่อที่จะ ได้ลืมเรื่องหนี้สินบางคนต้องการรายได้เพิ่มขึ้นโดยพยายามทำงานให้หนักและ มากขึ้นทั้ง ๆ ที่ร่างกายอ่อนเพลียมากจึงรับประทานยา กระตุ้น ประสาทเพื่อ ให้สามารถทำงานต่อไปได้ เป็นต้น ถ้าทำอยู่เป็นประจำทำให้ติดสิ่งเสพติดนั้นได้

๔. การเลียนแบบ การที่ไปเห็นผู้ที่ตนสนิทสนมรักใคร่หรือเพื่อน เสพสิ่งเสพติด จึงเห็นว่าเป็นสิ่ง น่าลอง เป็นสิ่งโก้ เป็นสิ่งแสดงความเป็นพวกเดียวกัน จึงไปทดลองใช้สิ่งเสพติดนั้นจนติด

๕. การประชดชีวิต คนบางคนมีความผิดหวังในชีวิตตนเอง ผิดหวังในชีวิตครอบครัวหรือผิดหวังในชีวิตสังคม เพื่อเป็นการประชดตนเองหรือคนอื่น จึงไปใช้สิ่งเสพติดจนติด ทั้งที่ทราบว่าเป็นสิ่งไม่ดี ก็ตาม

การป้องกันยาเสพติด ตัวอย่าง เมื่อลูกริบติดยา?

ปัญหาอย่างหนึ่งที่พ่อแม่มักจะปรึกษาแพทย์เป็นประจำก็คือ สงสัยว่าลูกใช้ยาเสพติดเพราะสังเกตเห็นความผิดปกติหลายอย่างเกิดขึ้นแต่ก็ไม่มั่นใจจึงอยากรู้ว่ามีวิธีการอะไรไหมที่จะยืนยันว่าลูกใช้ยาจริง ๆ จะได้หาทางแก้ไขได้ทันที่ที่ปัญหาอย่างหนึ่งที่พ่อแม่มักจะปรึกษาแพทย์เป็นประจำก็คือ สงสัยว่าลูกใช้ยา เสพติดเพราะสังเกตเห็นความผิดปกติ แต่ก็ไม่มั่นใจหลายอย่างเกิดขึ้น จึงอยากรู้ว่ามีวิธีการอะไรไหมที่จะยืนยันว่าลูกใช้ยาจริง ๆ จะได้หาทางแก้ไขได้ทันที่ที่ หากเกิดกรณีเช่นนี้ทางที่ตีพ่อแม่อย่าพยายามไปคาดคั้นให้ลูกสารภาพ เพราะนอกจากเขาจะไม่สารภาพ แล้วอาจจะเป็นเหตุ ให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวแยลงไปอีก อย่างที่บอกไว้แล้วปัญหายัยรุ่น ใช้ยาเสพติดสาเหตุส่วนใหญ่มาจากการขาดความอบอุ่นในครอบครัว และการเลี้ยงดูลูกอย่างไม่เหมาะสม ทำให้เด็กเลือกใช้ยาเสพติดเป็น ทางออก ดังนั้นหากจะคิดแก้ไข อย่างคิดแต่เพียงจะทำให้เด็กเลิกใช้ยาเสพติด แต่ต้องแก้ไขสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง เสียก่อน การช่วยเหลือเด็กจึงจะได้ผล สำหรับ การตรวจปัสสาวะ ไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุดที่จะแนะนำ วิธีการนี้เปรียบเสมือนการคาดคั้นหาหลักฐานมายืนยันเพื่อให้เด็กรับสารภาพและการตรวจปัสสาวะมีข้อจำกัดที่จะตรวจพบได้เฉพาะผู้ที่เสพยาบ้าภายในระยะเวลาประมาณ ๒๔ ชั่วโมง และมักพบเสมอว่าถึงผลตรวจปัสสาวะเป็นบวกแต่เด็กก็ยัง ปฏิเสธว่าไม่ให้ผลบวกได้ เป็นผลบวกหลวง (False Positive) ยัยรุ่นที่เสพยาบ้า (Amphetamine) อยู่ประจำ จะมีการเปลี่ยนแปลงหลายสิ่งหลายอย่างให้สังเกตได้สิ่งแรกเป็นการ เปลี่ยนแปลงของสุขภาพร่างกาย โดยสังเกตเห็นร่างกายที่ทรุดโทรม โดยเฉพาะพวกที่ใช้ยาแล้วออกเที่ยวเตร่คืนและส่วนมากพอใช้ไปสักระยะหนึ่งน้ำหนักจะลดลงเพราะไม่ค่อยอยากอาหาร

เมื่อถึงเวลารับประทานอาหารก็มักจะอ้วกโน้นอ้วกนี่ เพื่อหลีกเลี่ยงไม่รับประทานอาหาร ที่เป็นเช่นนี้เพราะสารแอมเฟตามีนถูกใช้เพื่อยาลดน้ำหนัก มีผลต่อศูนย์ ควบคุมความอยากอาหารในสมองเด็กที่ใช้ยาเสพติดไม่ใช่น้องที่ไม่เคยได้รับการกล่าวถึงพิษภัยของยาเสพติดแต่การรับรู้ในหลายด้าน โดยเฉพาะจากเพื่อนฝูงหรือจากการลองเสพจริงเขายังไม่เห็นโทษของยาเสพติด แต่ประโยชน์ที่ได้จากมันเขาสามารถ ได้ รับทันทั้งความสนุกสนาน ความสุขและความพึงพอใจ ดังนั้นท่าทางของพ่อแม่และครูเป็นสิ่งสำคัญ ปัญหาเด็กใช้หรือติดยา เสพติดเป็นสิ่งที่สามารถแก้ไขได้ อย่าแสดงอารมณ์หรือความรู้สึกที่รับไม่ได้ต่อปัญหานี้การแสดงความเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจ เด็กเป็นสิ่งสำคัญ ปัญหามันไม่ได้เพิ่งเกิดขึ้น และต้องรีบแก้ไขในขณะนั้นให้เวลากับเด็กได้คิดได้ตัดสินใจสักหน่อยอย่าไปคาดคั้นเด็กมากนักนอกจากผลต่อร่างกายแล้วยาบ้าทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของจิตใจวัยรุ่น พวกนี้จะหงุดหงิดง่าย บางครั้งก่อการทะเลาะวิวาทด้วยเหตุผลเล็กน้อยในบางช่วงของการขาดยาอาจจะมีการซึมเศร้าบางรายถึงขนาดคิดฆ่าตัวตายอาการทางจิตอาจจะรุนแรงเมื่อวัยรุ่นติดยาบ้าเป็นเวลานาน หรือใช้ในปริมาณมาก จะมีอาการประสาทหลอน หลงผิด บางรายถึงขนาดไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เกิดอาการคลุ้มคลั่งจับตัวประกันเป็นข่าว ที่เราเห็นอยู่เป็นประจำ สิ่งผิดปกติที่เปลี่ยนแปลงให้เห็นอีกก็คือ การเล่าเรียนหรือการงานของผู้ติดยาบ้าจะแยลงอย่าง เห็นได้ชัด เขาจะไม่สนใจเรียนหรือทำงาน ขาดสมาธิมีความคิดหมกมุ่นกับการใช้ยาเสพติด เงินที่เก็บสะสมไว้จะถูกนำออก มาซื้อยาเสพติด หากเงินที่เก็บไว้หมดลงก็จะเริ่มลักขโมยของในบ้านไปขายหรือเอาของไปจำนำเพื่อนฝูงที่เคยคบหากี่ จะหายหน้าไปเปลี่ยนเป็นกลุ่มเพื่อนที่ชั่วสมเสพยาแทน การที่เด็กต้องเสพยาบ้าเป็นประจำ พ่อแม่จะสังเกตเห็นว่าลูก จะเก็บตัวมากขึ้น อยู่ในห้องคนเดียว บางครั้งอาจจะพบอุปกรณ์ที่เด็กใช้เสพยาบ้า เช่น กระดาษฟรอย หลอดกาแฟ เป็นต้น ดังนั้นสิ่งเหล่านี้เป็นเพียงเครื่องชี้หรือข้อสังเกตเท่านั้น สิ่งที่จะยืนยันว่าเด็กใช้ยาเสพติดหรือไม่คือ คำสารภาพจากปาก ของเด็กเอง แต่คำสารภาพก็ไม่ใช่อสิ่งสำคัญที่สุด คำยืนยันของเด็กที่จะหยุดยาเสพติดเป็นสิ่งสำคัญหว่าแต่คำยืนยันนั้น จะเป็นจริงขึ้นมาได้ เด็กต้องการความช่วยเหลือและความเข้าใจจาก พ่อแม่อย่างมากพ่อแม่เป็นหมอ

ที่รักลูกได้ดีที่สุด ขอให้พ่อแม่และสมาชิกทุกคนในครอบครัวตระหนักว่าความรัก และความเข้าใจเป็นสิ่งสำคัญที่ จะช่วยเหลือเด็ก ให้รอดพ้นจากการติดยาเสพติด บางครั้งพ่อแม่อาจจะเหน็ดเหนื่อยหรือท้อแท้ใจกับพฤติกรรมที่เด็กแสดงออก แต่ต้องเชื่อมั่นว่าท่านช่วยลูกของท่านได้ แล้วความสำเร็จจะเกิดขึ้นในไม่ช้า

การป้องกันยาเสพติด การป้องกันยาเสพติดด้วยตัวเอง การป้องกันและแก้ไขตนเองของเยาวชนให้ปลอดภัยจากปัญหายาเสพติด สามารถกระทำได้โดย

๑.ศึกษาหาความรู้ เกี่ยวกับโทษและพิษภัยของยาเสพติด และระมัดระวังในการใช้ยา

๒.รู้จักเลือกคบเพื่อนที่ดี ส่งเสริมให้คิดและกระทำสิ่งดีมีประโยชน์กล้าพูดปฏิเสธ เพื่อนที่ชักจูงไปในทางที่ไม่ดี เช่น การพูดปฏิเสธเพื่อนที่ชวนให้ลองเสพยาเสพติด

๓.ใช้เวลาว่าง และความอยากรู้อยากลอง ไปในทางที่เป็นประโยชน์ พึงระลึกเสมอว่าตนเองนั้นมีคุณค่าทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ๔.มีความภาคภูมิใจและนับถือตนเอง ด้วยการไม่พึ่งพาหรือเกี่ยวข้องกับอบายมุขและสิ่งเสพติดใดๆ ซึ่งจะนำความเสื่อมไปสู่ชีวิตของตนเอง

๕.รู้จักแก้ไขปัญหาชีวิตของตนเองด้วยเหตุและผล

๖.รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง ด้วยการตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของ พ่อแม่และประพฤติแต่ในสิ่งที่ดีงาม จะช่วยให้เยาวชนประสบความสำเร็จในชีวิต

๗.ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส เข้าใจวิธีการดำเนินชีวิตและยอมรับความเป็นจริง ที่ตนเองเป็นอยู่ โดยนำหลักศาสนามาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตจะช่วยให้เยาวชนเกิดความมั่นคงทางด้านจิตใจมากขึ้น

๘.เมื่อมีปัญหา รู้จักปรึกษาผู้ใหญ่ พ่อ แม่ หรือผู้ที่ไว้วางใจ หรือหน่วยงานต่างๆ ที่รับให้คำปรึกษา ในฐานะเยาวชนเป็นสมาชิกคนหนึ่งของครอบครัว จึงควรมีส่วนช่วย พ่อแม่ ผู้ปกครอง

การป้องกันยาเสพติดจากครอบครัว ป้องกันปัญหายาเสพติดของครอบครัวสามารถทำได้โดย

๑. พ่อ แม่ สอดส่องดูแลน้อง ๆ หรือสมาชิกคนอื่นๆภายในครอบครัวมิให้กระทำการสิ่งผิด เช่น การคบเพื่อนที่ไม่ดี การมั่วสุมในอบายมุขและสิ่งเสพติด เยาวชนควรทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่สมาชิกคน

อื่นๆภายในครอบครัวด้วย เช่น การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ความมีระเบียบวินัย ความขยันหมั่นเพียร

๒. สร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว มีความรักใคร่กลมเกลียวและมีความเข้าใจกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันเมื่อมีปัญหา

๓. เมื่อมีโอกาสดูหรือบอกกล่าวหรือตักเตือนสมาชิกคนอื่นๆภายในครอบครัว โดยเฉพาะน้องๆให้รู้เกี่ยวกับโทษพิษภัยของยาเสพติดวิธีการใช้ยาอย่างปลอดภัย

๔. พ่อ แม่ ควรพูดคุยหรือร่วมกันทำกิจกรรมที่ทำให้เกิดความสุขสบายใจและภาคภูมิใจด้วยการประพฤติดี ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน แบ่งเบาภาระหน้าที่การงานของพ่อ แม่ ภายในบ้าน

การป้องกันยาเสพติด การป้องกันยาเสพติดด้วยวิธีอื่นๆ

๑. ป้องกันเพื่อนบ้าน โดยช่วยชี้แจงให้เพื่อนบ้านเข้าใจถึงโทษและภัยของยาเสพติด โดยมีให้เพื่อนบ้านรู้เท่าไม่ถึงการณ์ต้องถูกหลอกลวง และหากพบว่าเพื่อนบ้านติดยาเสพติด จงช่วยแนะนำให้ไปรักษาตัวที่โรงพยาบาล

๒. ป้องกันโดยให้ความร่วมมือกับทางราชการ เมื่อทราบที่บ้านใดตำบลใด มียาเสพติดแพร่ระบาดขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจทุกแห่ง ทุกท้องที่ทราบ หรือที่ศูนย์ปราบปรามยาเสพติดให้โทษกรมตำรวจ (ศปส.ตร.) โทร. ๒๕๒-๗๙๖๒ , ๒๕๒-๕๙๓๒ และที่สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (สำนักงาน ป.ป.ส.) สำนักงานกฤษฎมนตรี โทร. ๒๔๕-๙๓๕๐-๙

๓.เป็นแบบอย่างที่ดีของลูก ลูกหลานมักเรียนแบบหรือเคยชินต่อการกระทำของผู้ที่เขาใกล้ชิดโดยไม่รู้ตัว หรือไม่ได้ตั้งใจ พ่อ แม่ ผู้ปกครองจึงควรประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีของลูกหลานทั้งในเรื่องของคุณธรรม ความขยันหมั่นเพียร และความมีระเบียบวินัย รวมทั้งไม่ควรหมกมุ่นในอบายมุขและสิ่งเสพติด

การป้องกันยาเสพติด เยาวชนกับยาเสพติด เพื่อให้ประชาชนพ่อแม่ผู้ปกครอง ตระหนักถึงพิษภัยและโทษของยาเสพติดและช่วยกันคุ้มครองสร้างความรัก ความอบอุ่นให้กับครอบครัวเพื่อเป็นการไม่ให้เยาวชนไทยติดยาเสพติดปัจจุบัน มีผู้ติดยาเสพติดเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนจะติดยาเสพติดมากกว่ากลุ่มคน

กลุ่มอื่น และที่น่าเป็นห่วงกำลังแพร่ระบาดสู่เด็กนักเรียนวัย ๙ ขวบ ๑๐ ขวบ สาเหตุอาจเป็นเพราะถูกเพื่อนชักจูงให้ลองเสพ อยากรู้อยากลอง ถูกล่อลวงและสาเหตุสำคัญอีกประการหนึ่ง คือ การขาดความอบอุ่นในครอบครัวปัญหาพ่อแม่หย่าร้างกัน ผู้ใหญ่ไม่ได้สนใจดูแลหรือเป็นที่พึ่งของเด็กได้ เด็กเกิดความว้าเหว ไม่รู้จะปรึกษาใครเลยหันไปหายาเสพติด หรือเป็นเป้าล่อให้กับผู้ไม่ปรารถนาดีอย่างพ่อตีปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาที่เป็นภัยร้ายแรงต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตส่งผลกระทบต่อสังคม เศรษฐกิจ ปั่นทอนความเจริญของประเทศชาติหากประเทศใดมีประชาชนติดยาเสพติดจำนวนมากก็ไม่สามารถพัฒนาประเทศชาติให้เจริญรุ่งเรืองได้ ยาเสพติดมีมากมายหลายชนิดได้แก่ ผิ่น เฮโรอีน ทินเนอร์ กัญชา ยาบ้า ยาไอ้ สารระเหย กระเทียม และยากระตุ้นประสาทเป็นต้น แต่ละชนิดก่อให้เกิดผลร้ายแก่ร่างกายทั้งสิ้น ทำให้สุขภาพทรุดโทรมอ่อนแอความจำเสื่อมเสียบุคลิกภาพและปัญหาสำคัญที่ตามมาอีกประการหนึ่ง ก็คือผู้ติดยาเสพติดชนิดฮิด เข้าเส้นมีโอกาสดิตเชื้อไวรัสเอดส์ และแพร่กระจายไปยังกลุ่มผู้ผลิตยาเสพติดด้วยกัน รวมไปถึงคนกลุ่มอื่นๆ ด้วย แม้รัฐบาลจะประกาศสงครามกับยาเสพติดก็ตาม ก็ไม่ได้หมายความว่า การป้องกัน การปราบปรามยาเสพติดจะเป็นหน้าที่ของรัฐบาลเท่านั้นการแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นหน้าที่ของทุกฝ่ายที่จะต้องร่วมมือกันการปราบปรามเป็นการแก้ปัญหา ที่ปลายเหตุ การป้องกันยังเป็นสิ่งที่สำคัญ โดยการให้การศึกษาและความรู้เรื่องพิษภัยและ โทษของยาเสพติดอย่างต่อเนื่อง แก่ประชาชน ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง เด็กและเยาวชน โดยเฉพาะ พ่อ แม่ ผู้ปกครองจะต้องเอาใจใส่ดูแลลูกหลานให้มีความรักความอบอุ่นแก่ครอบครัวเป็นที่พึ่งของเด็กได้ เมื่อเด็กมีปัญหาสามารถจะพูดคุย ช่วยกันแก้ปัญหาให้เด็กใช้เหตุผลกับเด็ก ไม่ใช้อารมณ์ เพราะการใช้อารมณ์อาจทำให้เด็กเกิดความน้อยเนื้อต่ำใจ กลุ่มใจและเตลิดออกจากบ้านไปพึ่งยาเสพติดและเสียนาคตได้ในที่สุดเยาวชนคืออนาคตของชาติอย่าให้ตกเป็นทาสของยาเสพติด

