**③ ปัจจัยตัวยา ได้แก่**

- ยาเสพติดจะไปกระตุ้นสมองสร้างสารเคมีที่ทำให้เกิดรู้สึกสุข ซึ่งเป็นการกระตุ้นที่ผิดธรรมชาติ เมื่อหมดฤทธิ์ของยาเสพติด ร่างกายมีอาการหงุดหงิด ซึมเศร้า เมื่อใช้ยาเสพติดมากขึ้นสมองจะถูกทำลาย

👉เชื่อว่าเสพยาแล้วจะผอม หุ่นดี ช่วยลดน้ำหนัก

👉เชื่อว่าเสพยาแล้วผิวจะสวย ผิวขาวขึ้น

👉เชื่อว่าเสพยาแล้วจะหล่อ จะสวย ไม่มีกลิ่นตัว

👉เชื่อว่าเสพยาแล้วจะสมองดี เรียนเก่ง

👉เชื่อว่าเสพยาแล้วจะเพิ่มพลังและสมรรถภาพทางเพศ

⮚ ไม่รู้สึกอยากอาหารซึ่งเป็นสาเหตุให้น้ำหนักลดลง แต่เมื่อเลิกเสพน้ำหนักตัวจะขึ้นอย่างรวดเร็วหรือที่เรียกว่า **YOyo Affect**

⮚ ผิวซีด ผิวแห้ง ดำคล้ำเมื่อเสพเป็นเวลานาน

⮚ อารมณ์ดี ตื่นเต้นและพูดมาก หลังจากเสพยาไม่กี่นาทีเริ่มย้ำคิดย้ำทำ พูดซ้ำ ๆ หวาดระแวง

⮚ รูม่านตาขยาย การมองพร่ามัว เหงื่อออกมาก วิงเวียน ริมฝีปากแห้ง

⮚ ความดันโลหิตสูงขึ้น ปวดหัวอย่างรุนแรง อัตราการเต้นของหัวใจเร็วขึ้นและผิดปกติ มือและนิ้วสั่น

⮚ เซ็กส์เสื่อม หมดความรู้สึกทางเพศ

⮚ อาการประสาทหลอนนำไปสู่โรคนอนไม่หลับเรื้อรัง สมองทำงานน้อยลง

⮚ หัวใจเต้นผิดจังหวะ เต้นเร็ว และอาจเกิดภาวะหัวใจวายเฉียบพลันได้

① **ป้องกันตนเอง** ทำได้โดย…

* ศึกษาหาความรู้ เพื่อให้รู้เท่าทันยาเสพติด
* ไม่ทดลองเสพยาเสพติดทุกชนิดและปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน
* เลือกคบเพื่อนที่ดี โดยไม่คบค้าสมาคมกับผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด
* ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออก กำลังกาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี เป็นต้น
* เมื่อพบว่าตนเองติดยาเสพติดให้รีบปรึกษาครอบครัว หรือ คุณครู อาจารย์ นักพัฒนาชุมชน อบต.ทอนหงส์ ทันที โดยไม่ต้องกลัวว่าจะถูกลงโทษหรือมีความผิด เพื่อจะได้หาทางแก้ไขและบำบัดรักษาได้ทันท่วงที

② **ป้องกันครอบครัว** ทำได้โดย…

* สร้างความรัก ความอบอุ่นและความสัมพันธ์อันดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว
* ให้อภัย ให้กำลังใจ และหาหนทางแก้ไขหากพบว่าสมาชิกในครอบครัวติดยาเสพติด
* สอดส่องให้สมาชิกในครอบครัวเลือกคบคนที่ดี โดยไม่คบค้าสมาคมกับผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด

③ **ป้องกันชุมชน** ทำได้โดย…

* สร้างจิตสำนึกและร่วมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด

เมื่อพบผู้ค้าหรือผู้เสพยาเสพติดในชุมชนให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจทันที่ ซึ่งหน่วยงานราชการจะปกปิดเป็นความลับเพื่อป้องกันผู้แจ้งไม่ให้ได้รับอันตราย



**ชาวทอนหงส์ร่วมใจต้านภัย**

**ยาเสพติด**



**องค์การบริหารส่วนตำบลทอนหงส์**

**อำเภอพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช**

**โทรศัพท์ ๐๗๕-๓๙๔-๑๖๑ ต่อ๑๑**

 **WWW.THONHONG.GO.TH**

 **... หมายถึง สารหรือยาที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีการใด ๆ แล้ว จะทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น**

**⮚ มีความต้องการเสพ**

 **ทั้งทางร่างกายและจิตใจ**

 **อย่างรุนแรงและต่อเนื่อง**

⮚ มีอาการอยากยา เมื่อขาดยา

 ต้องเพิ่มขนาดการเสพมากขึ้น

 เรื่อย ๆ

⮚ สุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง

ในทางการแพทย์มีหลักฐานชัดเจนว่ายาเสพติดจะออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง สามารถแบ่งได้ 4 ประเภท ดังนี้

**1.ประเภทออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท**

 กระตุ้นการทำงานของสมอง หัวใจ ทำให้ หัวใจเต้นแรงและเร็ว ความดันเลือดขึ้นสูง ไม่หลับไม่นอน หากเสพมากทำให้มีอาการหงุดหงิด กระวนกระวาย หวาดระแวง ก้าวร้าว อาละวาด ทำร้ายผู้อื่น ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ ยาบ้า ยาอี ยาไอซ์ ยาเลิฟ โคเคน เป็นต้น

**2.ประเภทออกฤทธิ์กดประสาท**

 กดการทำงานของกล้ามเนื้อ ศูนย์ควบคุมการหายใจและสมองส่วนควบคุมความคิด ทำให้เซื่องซึม ง่วง สะลึมสะลือ ปฏิกิริยาตอบโต้ช้า ควบคุมตนเองไม่ได้ มือสั่น ขนลุก คลื่นไส้ ตัดสินใจผิดพลาด หากขาดยาจะมีอาการกระวนกระวาย ทำร้ายผู้อื่น ยาเสพติดประเภทนี้ ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน ยานอนหลับ ยาระงับประสาท เครื่องดื่มมึนเมาทุกชนิด รวมทั้งสารระเหย เช่น ทินเนอร์ แลกเกอร์ กาว เบนซิน เป็นต้น



**3.ประเภทออกฤทธิ์หลอนประสาท**

 มีผลต่อสมองส่วนการรับรู้ ทำให้การรับรู้ทางประสาทสัมผัสปรวนแปร ความจำระยะสั้นและความ นึกคิดเสื่อม การกะระยะผิด ความรู้สึกเกี่ยวกับกาลเวลาเปลี่ยนไป หากเสพมากทำให้มีอาการประสาทหลอน รับรู้เสียงและภาพเปลี่ยนแปลงไป เข่น เห็นภาพหลอน ได้ยินเสียงประหลาด หวาดผวา ป่วยเป็นโรคจิต ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ ยาเค แอลเอสดี เห็ดขี้ควาย เป็นต้น





**4.ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน**

 ออกฤทธิ์ผสมผสานทั้งกด กระตุ้นและหลอน ขึ้นอยู่กับขนาดและระยะเวลาของการเสพ ทำให้หวาดระแวง ความคิดสับสน เห็นภาพลวงตา ควบคุมตนเองไม่ได้ สุดท้ายจะกลายเป็นโรคจิต ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ เฮโรอีน

สามารถแบ่งได้เป็น 3 ปัจจัย คือ

**① ปัจจัยตัวคน**

- ความอยากรู้ อยากลองด้วยความคึกคะนอง

 - มีค่านิยมและความเชื่อที่ผิด เช่น มองว่าเป็นความโก้ หรือเชื่อว่าทำงานได้มากขึ้น มีความสนุกสนานและลืมความทุกข์

- ขาดความระวังในการใช้ยา

- ขาดทักษะในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม เช่น ปฏิเสธ ไม่เป็น จัดการความเครียดของตนเองไม่ได้

- ขาดความรู้เรื่องยาเสพติด ทำให้ถูกหลอกลวง เชื่อคำชักจูง

- ขาดความรู้สึกรักตนเอง และไม่เห็นคุณค่าของตนเองและเคารพต่อตนเอง

**② ปัจจัยสิ่งแวดล้อม**

- ปัจจัยจากครอบครัว เช่น ครอบครัวแตกแยก อบรมไม่ดี หรือมีผู้ติดยาเสพติดภายในครอบครัว

- ปัจจัยจากกลุ่มเพื่อน เช่น อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ใช้ยาเสพติด

- ปัจจัยจากสังคม เช่น ในละแวกบ้านมีแต่ยาเสพติด แพร่ระบาดหรือมีพื้นที่เสี่ยงมาก เช่น แหล่งมั่วสุมต่าง ๆ