

- ไม่ทดลองเสพยาเสพติดทุกชนิดและปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน
- เลือกคบเพื่อนที่ดี โดยไม่คบค้าสมาคมกับผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด
- ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี เป็นต้น
- เมื่อพบว่าตนเองติดยาเสพติดให้รีบปรึกษาครอบครัว หรือ คุณครู อาจารย์ นักพัฒนาชุมชน อบต.เขาไพร ทันที โดยไม่ต้องกลัวว่าจะถูกลงโทษหรือมีความผิด เพื่อจะได้หาทางแก้ไขและบำบัดรักษาได้ทันทั่วทั้งที่

② ป้องกันครอบครัว ทำได้โดย...

- สร้างความรัก ความอบอุ่นและความสัมพันธ์อันดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว
- ให้อภัย ให้กำลังใจ และหาหนทางแก้ไขหากพบว่าสมาชิกในครอบครัวติดยาเสพติด
- สอดส่องให้สมาชิกในครอบครัวเลือกคบคนที่ดี โดยไม่คบค้าสมาคมกับผู้ค้าและผู้เสพยาเสพติด

③ ป้องกันชุมชน ทำได้โดย...

- สร้างจิตสำนึกและร่วมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด
- เมื่อพบผู้ค้าหรือผู้เสพยาเสพติดในชุมชนให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจทันที ซึ่งหน่วยงานราชการจะปกปิดเป็นความลับเพื่อป้องกันผู้แจ้งไม่ให้เกิดอันตราย

# ด้วยความปรารถนาดีจาก.. องค์การบริหารส่วนตำบลเขาไพร

อำเภอรัษฎา จังหวัดตรัง  
โทร.๐๗๕-๒๕๐-๘๖๙  
[www.khaoprai.go.th](http://www.khaoprai.go.th)

## ยาเสพติด

... หมายถึง สารหรือยาที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากธรรมชาติหรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อเสพยาเข้าสู่ร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีการใดๆ แล้ว จะทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น

- มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงและต่อเนื่อง
- มีอาการอยากยา เมื่อขาดยาต้องเพิ่มขนาดการเสพมากขึ้นเรื่อย ๆ
- สุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง



# องค์การบริหารส่วนตำบลเขาไพร



# เอกสารประชาสัมพันธ์ ความรู้เกี่ยวกับ ยาเสพติด



## สาเหตุของการติดยาเสพติด



สามารถแบ่งได้เป็น ๓ ปัจจัย คือ

### ① ปัจจัยตัวคน

- ความอยากรู้อยากลองด้วยความคึกคะนอง
- มีค่านิยมและความเชื่อที่ผิด เช่น มองว่าเป็นความโก้หรือเชื่อว่าทำงานได้มากขึ้น มีความสนุกสนานและลิ้มความทุกข์
- ขาดความระวังในการใช้ยา
- ขาดทักษะในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม เช่น ปฏิเสธไม่เป็น จัดการความเครียดของตนเองไม่ได้
- ขาดความรู้เรื่องยาเสพติด ทำให้ถูกหลอก เชื่อคำชักจูง
- ขาดความรู้สึกรักตนเอง และไม่เห็นคุณค่าของตนเองและเคารพต่อตนเอง

### ② ปัจจัยสิ่งแวดล้อม

- ปัจจัยจากครอบครัว เช่น ครอบครัวแตกแยก อบรมไม่ดี หรือมีผู้ติดยาเสพติดภายในครอบครัว

### ③ ปัจจัยตัวยา ได้แก่

ยาเสพติดจะไปกระตุ้นสมองสร้างสารเคมีที่ทำให้เกิดความรู้สึกสุข ซึ่งเป็นการกระตุ้นที่ผิดธรรมชาติ เมื่อหมดฤทธิ์ของยาเสพติด ร่างกายมีอาการหงุดหงิด ซึมเศร้า เมื่อใช้ยาเสพติดมากขึ้นสมองจะถูกทำลาย

## ความเชื่อที่ผิด ๆ ที่ทำให้วัยรุ่นบุเสพยาบ้า ยาไอซ์

- ☞ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะผอม หุ่นดี ช่วยลดน้ำหนัก
- ☞ เชื่อว่าเสพยาแล้วผิวจะสวย ผิวขาวขึ้น
- ☞ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะหล่อ จะสวย ไม่มีกลิ่นตัว
- ☞ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะสมองดี เรียนเก่ง
- ☞ เชื่อว่าเสพยาแล้วจะเพิ่มพลังและสมรรถภาพทางเพศ

## เกิดอะไรขึ้นกับร่างกายเมื่อติดยาเสพติด ??

- ไม่รู้สึกอยากอาหารซึ่งเป็นสาเหตุให้น้ำหนักลด แต่เมื่อเลิกเสพน้ำหนักตัวจะขึ้นเร็ว หรือที่เรียกว่า Yoyo Affect
- ผิวซีด ผิวแห้ง ตาค้ำเมื่อเสพเป็นเวลานาน
- อารมณ์ดี ตื่นเต้นและพูดมาก หลังจากเสพยาไม่กี่นาที เริ่มย่ำคิดย่ำทำ พูดซ้ำ ๆ หวาดระแวง
- รุ่มาตาขยาย การมองพร่ามัว เหงื่อออกมาก วิงเวียน ริมฝีปากแห้ง
- ความดันโลหิตสูงขึ้น ปวดหัวอย่างรุนแรง อัตราการเต้นของหัวใจเร็วขึ้นและผิดปกติ มือและนิ้วสั่น
- เซ็กส์เสื่อม หมดความรู้สึกทางเพศ
- อาการประสาทหลอนนำไปสู่โรคนอนไม่หลับ เรือร้ง สมองทำงานน้อยลง
- หัวใจเต้นผิดจังหวะ ตื่นเร็ว และอาจเกิดภาวะหัวใจวายเฉียบพลันได้

## ประเภทของยาเสพติด

ในทางการแพทย์มีหลักฐานชัดเจนว่ายาเสพติดจะออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง สามารถแบ่งได้ ๔ ประเภท ดังนี้

### ๑. ประเภทออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท

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



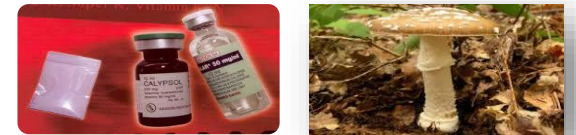
### ๒. ประเภทออกฤทธิ์กดประสาท

กดการทำงานของกล้ามเนื้อ ศูนย์ควบคุมการหายใจและสมองส่วนควบคุมความคิด ทำให้เซื่องซึม ง่วง สะลึมสะลือ ปฏิกริยาตอบสนองช้า ควบคุมตนเองไม่ได้ มือสั่น ขนลุก คลื่นไส้ ตัดสินใจผิดพลาด หากขาดยาจะมีอาการกระวนกระวาย ทำร้ายผู้อื่น ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ ผีนมร้อน เฮโรอีน ยานอนหลับ ยาระงับประสาท เครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ รวมทั้งสารระเหย เช่น ทินเนอร์ แล็กเกอร์ กาว เบนซิน เป็นต้น



### ๓. ประเภทออกฤทธิ์หลอนประสาท

มีผลต่อสมองส่วนการรับรู้ ทำให้การรับรู้ทางประสาทสัมผัสสับสนแปร ความจำระยะสั้นและความนึกคิดเสื่อม การกระหายผิด ความรู้สึกเกี่ยวกับกาลเวลาเปลี่ยนไป หากเสพมากทำให้มีอาการประสาทหลอน รับรู้เสียงและภาพเปลี่ยนแปลงไป เช่น เห็นภาพหลอน ได้ยินเสียงประหลาด หวาดผวา ป่วยเป็นโรคจิต ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ ยาเคแอลเอสดี เห็ดขี้ควาย เป็นต้น



### ๔. ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน

ออกฤทธิ์ผสมผสานทั้งกด กระตุ้นและหลอน ขึ้นอยู่กับขนาดและระยะเวลาของการเสพ ทำให้หวาดระแวง ความคิดสับสน เห็นภาพลวงตา ควบคุมตนเองไม่ได้ สุดท้ายจะกลายเป็นโรคจิต ยาเสพติดประเภทนี้ได้แก่ เฮโรอีน