

# ਮੈਕਸਟੇਸੀ

ਬਾਰੇ ਸੱਚੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

The facts about Ecstasy

FRANK

0800 77 66 00

ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ

ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

[www.talktofrank.com](http://www.talktofrank.com)

DrugScope

020 7928 1211

[www.drugscope.org.uk](http://www.drugscope.org.uk)

For additional copies, please  
contact Prolog on 0870 2414680

Produced by the FRANK campaign in association  
with DrugScope and funded by the Home Office.

BMECOMSP3

Punjabi

## ਐਕਸਟੇਸੀ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਕੀ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਇਹ ਨਸ਼ਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਐਕਸਟੇਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਵੱਧ ਦੋਸਤਾਨਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਐਕਸਟੇਸੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਨਾਈਟ ਕਲੱਬ ਵਰਗੀ ਕਿਸੇ ਗਰਮ ਥਾਂ 'ਤੇ;
- ਜੇ ਉਹ ਡਾਂਸ ਵਰਗੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਗਰਮੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਨਸ਼ੇ ਨਾਲ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਹੋਏ ਹਨ। ਐਕਸਟੇਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਉਦਾਸ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਦਿਮਾਗ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਐਕਸਟੇਸੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਲਗਦੀ ਹੈ?

ਇਹ ਖਾਣ ਵਾਲੀ ਗੋਲੀ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹਦਾ ਰੰਗ ਚਿੱਟਾ, ਗੁਲਾਬੀ ਜਾਂ ਭੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਕਸਰ ਇਹਦੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਤਸਵੀਰ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲੋਕ ਐਕਸਟੇਸੀ ਕਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ?  
ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ।

ਐਕਸਟੇਸੀ ਦੇ ਹੋਰ ਨਾਂ  
ਇਹਨੂੰ ਈ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਇਹਦੇ ਨਵੇਂ ਨਾਂ ਵੀ ਬਣਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਐਕਸਟੇਸੀ 'ਤੇ ਖਰਚ ਕਿੰਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ?  
ਇਹਦੀ ਇਕ ਗੋਲੀ 'ਤੇ £3 ਤੋਂ £8 ਤਕ ਖਰਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਇਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਕੋਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇਬ ਵਿਚ) ਜਾਂ ਘਰ ਵਿਚ ਐਕਸਟੇਸੀ ਰੱਖਣਾ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਐਕਸਟੇਸੀ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਵੇਚਣਾ ਵੀ ਜੁਰਮ ਹੈ, ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ।

What does ecstasy do to people?  
This drug gives people energy.  
Some people who take ecstasy say it makes them more friendly.

Ecstasy makes people feel very hot, which can make a person seriously ill if they take this drug:

- in a hot place, such as a nightclub;
- when they are doing something that makes them hot, such as dancing.

Some young people have died after taking this drug and becoming too hot.

Ecstasy can also cause people to become very unhappy two or three days after they take it. This is because of the way this drug affects the brain.

What does ecstasy look like?

It looks like a pill and comes in different colours like white, pink and brown. It often has a picture on it.

How do people take ecstasy?  
It is swallowed.

Other names for ecstasy

It is also called E. This drug often gets new names.

How much does ecstasy cost?  
It costs £3–£8 for a pill.

Is it legal?

No. It is against the law to have ecstasy on you (for example, in your pockets) or in your house. It is also illegal to sell or give ecstasy to anyone, even friends.