FRANK
0800 77 66 00
આ નંબર ઉપર તમારી ભાષામાં
વાત કરી શકતાં લોકો મળી શકશે.
www.talktofrank.com

DrugScope
020 7928 1211
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.

BMECOMSG9

યુવાન લોકો અને ડ્રગ્સ

તે વિશેની કેટલીક હકીકતો

The facts about
Young people and drugs

Gujarati

યુવાન લોકો અને ડ્રગ્સ.

ઘણાં યુવાન લોકો નવી નવી વસ્તુઓ અજમાવવા માગતાં હોય છે.

કેટલીકવાર તેમનાં પરિવારને ન ગમતી હોય કે તેમને ખોટી લાગતી હોય તેવી વસ્તુઓ યુવાનો અજમાવતાં હોય છે. દાખલા તરીકે, તેઓ કદાચ સિગરેટ પીવા, દારુ પીવા, જાતીય સંબંધ માણવા, નાઈટ ક્લબોમાં જવા કે પશ્ચિમી ઢબનાં કપડાં પહેરવા માગતાં હોય. અને તેઓ કદાચ ગેરકાનૂની ડ્રગ્સની અજમાયશ કરવા માગતાં હોય તેવું બને.

યુવાન વ્યક્તિ શા માટે ડ્રગ્સ લે છે?

યુવાન લોકો ડ્રગ્સ એટલા માટે લેતાં હોય છે, કારણ કે:

- તેઓ નવા અનુભવ કરવા માગતાં હોય છે;
- ડ્રગ્સ લેવાથી ‘હાઈ’ નામે ઓળખાતી જે લાગણી થાય છે, તે તેમને ગમતી હોય છે;
- જ્યારે તેમના મિત્રો ડ્રગ્સ લેતાં હોય ત્યારે પોતે એકલા પાછળ રહી જવા નથી માગતાં;
- કાયદા વિરુદ્ધ કશું કરવામાં તેમને ઉત્તેજના લાગતી હોય છે;
- જ્યારે તેઓ ‘હાઈ’ની લાગણીનો આનંદ માણતાં હોય છે ત્યારે તેમની સમસ્યાઓ ભૂલી જઈ શકે છે; અને
- તેમને ડ્રગ્સ ખરીદવાનું સહેલું લાગતું હોય છે.

હું જાણું છું તે યુવાન વ્યક્તિ ડ્રગ્સ લેતી હોવાની મને કેવી રીતે ખબર પડે?

આ પ્રશ્નનો કોઈ સહેલો જવાબ નથી. દાખલા તરીકે, કોઈ યુવાન વ્યક્તિ વિચિત્ર વર્તન કરતી હોય, અથવા કશું ખાનગી રાખતી હોવાનું લાગે, તો બની શકે કે તે મોટા થવાની ક્રિયાનો એક સામાન્ય ભાગ પણ હોય. પરંતુ બીજી કેટલીક એવી નિશાનીઓ છે, જેનાથી તે યુવાન વ્યક્તિને કોઈ તકલીફ હોવાની તમને ચેતવણી મળી શકે. આ નિશાનીઓમાં સમાવેશ થાય છે – યુવાન વ્યક્તિ:

- થાકેલી કે બીમાર લાગવી;
- પૂરતો ખોરાક ન ખાતી હોવી;
- તે ક્યાં જાય છે અથવા કોની સાથે જાય છે તે તમને ન કહેતી હોવી;
- સ્કૂલ કે કોલેજમાં બહુ સારું કામ ન કરતી હોવી;
- રાત્રે મોડા સુધી બહાર રહેતી હોવી કે મોડી રાત્રે બહાર જતી હોવી.

જો તમને આમાંની એક કરતાં વધારે નિશાનીઓ જણાય, તો બની શકે કે કોઈ તકલીફ છે.

જો કોઈ યુવાન વ્યક્તિ ડ્રગ્સ લેતી હોય, તો શક્ય છે કે તે તમે શોધી શકો તેવી કોઈ જગ્યાએ તેઓ નહિ મૂકે. પણ ડ્રગ્સ લેવા માટે લોકો વાપરતાં હોય છે તેવી અમુક વસ્તુઓ તમને કદાચ મળી આવે. આમાં નીચેની વસ્તુઓનો સમાવેશ થાય છે:

- બળેલી ટિન ફોઈલના ટુકડા, જેની ઉપર કથ્થઈ (બ્રાઉન) ડાઘા પડેલા હોય;
- વાળેલા કાગળોના ટુકડા;
- દવાઓ ન હોય તેવી ગોળીઓ;
- સોફ્ટ ડ્રિન્કનાં ડબલાં, જેમાં કાણાં પાડેલાં હોય;
- બળેલી ચમચીઓ;
- સોયો અને સીરિંજો.

હું જાણતો/જાણતી હોઉં તેવી યુવાન વ્યક્તિ ડ્રગ્સ લેતી હોવાનું મને લાગે તો મારે શું કરવું જોઈએ?

- યાદ રાખો કે તેનો અર્થ એવો નથી કે તેઓ ખરાબ વ્યક્તિ છે.
- ‘ડ્રગ્સ અંગે મદદ મેળવવી... તે વિશેની કેટલીક હકીકતો’ (ધ ફેક્ટ્સ અબાઉટ... ગેટીંગ હેલ્પ વિથ ડ્રગ્સ) નામની પત્રિકાની નકલ મેળવો.

Young people and drugs.

Many young people want to try new things.

Sometimes they try things that their families do not like or think are wrong. For example, they might want to smoke cigarettes, drink alcohol, have sex, go to nightclubs or wear western fashions. And they might want to try illegal drugs.

Why would a young person take drugs?

Young people take drugs because they:

- want to have new experiences;
- like the feeling they get from taking drugs, called a ‘high’;
- do not want to be left out when their friends are taking drugs;
- find it exciting to do something that is against the law;
- can forget about their problems while they enjoy the ‘high’; and
- find it easy to buy drugs.

How can I tell if a young person I know is taking drugs?

There is no easy answer to this question. For example, if a young person is behaving strangely or appears to be keeping a secret, it could just be a normal part of growing up. But there are some other signs that could warn you that a young person has a problem. These include the young person:

- looking tired and ill;
- not eating enough;
- not telling you where they are going or who they are with;
- not doing good work at school or college;
- staying out late or going out late.

If you notice more than one of these things, there might be a problem.

If a young person is taking drugs, they probably will not leave them in a place where you will find them. But you might find some things people use to take drugs. These include:

- bits of burnt tin foil with brown marks on them;
- bits of folded paper;
- pills that are not medicines;
- a soft drink can with holes in it;
- spoons that are burnt;
- needles and syringes.

What should I do if I think a young person I know is using drugs?

- Remember that this does not mean that they are a bad person.
- Get a copy of the leaflet called ‘The facts about... Getting help with drugs’.