

ຜແນກຊ່ວຍເຫຼືອເຮືອງຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ້າ ຈະຊ່ວຍທ່ານໄດ້ ຫຼາຍໆຢ່າງ - ໂດຍການໃຫ້ຄວາມຮູ້, ຄຳປຶກສາແນະນຳ ຫຼື ປຶ້ມປົວ ຫຼື ແນະນຳໃຫ້ທ່ານໄປພົບຜແນກບໍລິການອື່ນໆທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ. ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ, ກະຮຸນາ ໂທສຫາ ສູນສຸຂະພາບທ້ອງຖິ່ນ ແລະ ຖາມເບິ່ງວ່າເພິ່ນມີການຊ່ວຍເຫຼືອ ອັນໃດ ແດ່. ຖ້າທ່ານໂທສ ຍາມທີ່ທາງຫ້ອງການຫຍຸ້ງວຽກຫຼາຍ ແລະ ບໍ່ມີໃຜຊ່ວຍທ່ານໄດ້ໃນທັນທີໂລດ, ກໍໃຫ້ປະ ເລກ ໂທສະສັບໄວ້ ເພື່ອໃຫ້ເພິ່ນ ໂທສ ຄືນຫາເຈົ້າໄດ້, ຫຼື ບໍ່ດັ່ງນັ້ນ ກໍໃຫ້ໂທສໄປໃໝ່ອີກ.

ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຮາຍລະອຽດເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ ການຊ່ວຍເຫຼືອເຮືອງ ຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ້າ, ກະຮຸນາໂທສ ຫາ ສູນກາງສຶກສານາໆວັທນະທັມ ເຮືອງຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ້າ (Drug and Alcohol Multicultural Education Centre) ເບີ ໂທສ (02) 9699 3552.



Laotian
[BHC-5185]

ບັນຫາເຮືອງເຫຼົ້າ ແລະ ຢາເສບຕິດ
ເກີດຂຶ້ນກັບ ຄອບຄົວ ທົ່ວໆໄປ
Alcohol and drug problems happen
in all kinds of families

NSW Multicultural Health Communication Service
Website: <http://www.mhcs.health.nsw.gov.au>
Email: mhcs@sesiahs.health.nsw.gov.au
Tel: (02) 9816 0347



ບັນຫາເລື່ອງເຫຼົ່າ ແລະ ຢາເສບຕິດ ເກີດຂຶ້ນກັບ ຄອບຄົວ ທົ່ວໄປ

Alcohol and drug problems happen in all kinds of families

ການຕໍ່ສູ້ກັບ ບັນຫາອັນໃດ ກໍຕາມ ຈະງ່າຍຂຶ້ນ ຫາກເຮົາມີ ຄົນໃນຄອບຄົວໃຫ້ ຄວາມຮັກ, ຄວາມສນັບສນູນ ແລະ ຄຳແນະນຳ ໃນຍາມລຳບາກ. ແຕ່ຍັງມີ ສຖານະການ ບາງຢ່າງ ທີ່ແມ່ນແຕ່ ຄວາມຮັກ ແລະ ພະລັງຊ່ວຍເຫຼືອຈາກ ຄອບຄົວ ກໍບໍ່ອາດ ຊ່ວຍໄດ້. ຕົວຢ່າງ ບັນຫາຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ່າ.

ບາງຄົນຄິດວ່າ ບັນຫານີ້ ເກີດຂຶ້ນກັບບາງຄອບຄົວເທົ່ານັ້ນ. ແຕ່ມັນເກີດຂຶ້ນກັບ ຄອບຄົວທຸກໆປະເພດ ຈາກທຸກໆຊຸມຊົນ ແລະທຸກໆ ສາສນາ. ມັນໄດ້ເກີດຂຶ້ນກັບ ຄົນເຊັ່ນ ຄາຣ໌ລາ, ຊຶ່ງເປັນຄູ ອາຍຸ ໔໘ ປີ, ລາວຕົ້ນແຕ່ເຊົ້າ ທຸກໆມື້ ແລ້ວຂັບລົດໄປເຮືອນເຊົ້າ ທີ່ລູກຊາຍຊື່ ໂທນີ ອາຍຸ ໒໒ ປີ ແບ່ງ ເຊົ້າຢູ່, ເພື່ອປຸກ ໃຫ້ລູກຊາຍຕົ້ນ ແລ້ວພາໄປການ. ຫາກ ຄາຣ໌ລາ ບໍ່ເຮັດແບບນີ້, ໂທນີ, ຜູ້ຕິດ ກັນຊາຢ່າງໜັກ, ກໍຈະຕົ້ນໄປການບໍ່ທັນຈັກເທື່ອ ແລະ ກໍຈະຕົກງານອີກ.

ການເຮັດແບບນີ້ ຫ້າມຕໍ່ ອາທິດເປັນການ ລຳບາກ ສຳລັບ ຄາຣ໌ລາ - ມັນຕ້ອງໃຊ້ ເວລາດົນ ເພື່ອຈະປຸກ ໂທນີ ໃຫ້ຕົ້ນ ບາງຄັ້ງ ຄາຣ໌ລາ ກໍເລີຍໄປການຊ້ານຳກັນອີກ. ນອກຈາກນີ້ ຄາຣ໌ລາ ຍັງຕ້ອງເຮັດແບບລັບໆລື້ງອີກ ເພາະວ່າ ຫາກ ສາມີຂອງນາງ ຮູ້ ລາວກໍຈະຕ້ອງຮ້າຍ. ລາວໄດ້ເຄີຍໂທດນາງແລ້ວ ເຮືອງທີ່ລູກຕິດຢາເສບຕິດ. “ບາງທີ ຫາກເຈົ້າ ເຂົ້າມາວດກັບມັນກວ່ານີ້ເມື່ອມັນຍັງມີອຍ ມັນກໍອາດຈະ ບໍ່ເປັນ ແບບນີ້.” ລາວຈົມແບບນີ້ເລີຍໆ.

ໃນທີ່ສຸດ ຄາຣ໌ລາ ກໍໄປພົບຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາ ດ້ານຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ່າ ທີ່ສູນ ສຸຂພາບຊຸມຊົນ ປະຈຳເຂດທ້ອງຖິ່ນ. ນັບວ່າ ເປັນຄັ້ງທຳອິດ ທີ່ ຄາຣ໌ລາ ໄດ້ມີ ໂອກາດເວົ້າເຖິງບັນຫານີ້ວ່າມັນມີຜົນສະທ້ອນຕໍ່ນາງເອງຢ່າງໃດ, ແລະເມື່ອໄດ້ເວົ້າ

ອອກມາກໍເຮັດໃຫ້ນາງມີຄວາມຮູ້ສຶກຊ່ວງຂຶ້ນ. ຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາ ຍັງໄດ້ຊ່ວຍນາງຕື່ມ ໂດຍການເວົ້າໃຫ້ ຄາຣ໌ລາຟັງກ່ຽວກັບ ວິທີອື່ນ ທີ່ອາດຈະຊ່ວຍ ລູກຂອງນາງ ໄດ້. ຫຼາຍຄົນຄິດວ່າ ວິທີແບບອອສເຕຣເລັຍ ຊຶ່ງເອົາບັນຫາສ່ວນຕົວໄປປຶກສາ ກັບ ຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາ ເປັນວິທີທີ່ແປກ. ພວກເຂົາມອງບໍ່ເຫັນວ່າ ການປຶກສາ ກັບຄົນ ແປກໜ້າຈະຊ່ວຍໄດ້ຢ່າງໃດ. ແຕ່ວ່າ, ເຊັ່ນດຽວກັບຄາຣ໌ລາທີ່ໄດ້ພົບວ່າ, ການລົມ ກັບຄົນອື່ນຢູ່ນອກຄອບຄົວ ສ່ວນຫຼາຍ ຈະຊ່ວຍໃຫ້ ເຮົາເຫັນ ບັນຫາ ຈາກມຸມ ທີ່ແຕກຕ່າງອອກໄປ ແລະ ຊ່ວຍໃຫ້ ເຮົາພົບທາງໃໝ່ໆ ທີ່ຈະໃຊ້ ຕໍ່ສູ້ ກັບ ບັນຫາ ທັງຫຼາຍນັ້ນ.

ບາງຄັ້ງ ຄົນເຮົາ ມີຄວາມຮູ້ສຶກລະອາຍເກີນໄປ ທີ່ຈະເວົ້າ ກັບຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງ ຊຶ່ງບໍ່ແມ່ນ ຄົນໃນຄອບຄົວ, ໂດຍສເພາະ ກ່ຽວກັບ ບັນຫາເຫຼົ່າ ຫຼື ຢາເສບຕິດ ທີ່ຜິດກົດໝາຍ. ແຕ່ວ່າ ການອຳ ກ່ຽວກັບ ບັນຫາ ຢາເສບຕິດ, ບໍ່ວ່າຈະເປັນ ເຫຼົ່າ, ຢາລະຮັບປະ ສາດ, ເຮໂຣອິນ, ຫຼື ຢາເສບຕິດອື່ນໆ, ນັ້ນແມ່ນ ປ່ອຍໂອກາດ ໃຫ້ການໃຊ້ ຢາເສບຕິດ ດຳເນີນຕໍ່ໄປ ແລະ ເກີດບັນຫາຮ້າຍແຮງຂຶ້ນ ຕໍ່ທັງຜູ້ໃຊ້ ແລະ ຄົນ ຄອບຄົວ. ຢາເສບຕິດ ແລະ ເຫຼົ່າ ແມ່ນບັນຫາ ທາງສຸຂພາບນຳອີກ ແລະ - ຄືກັນກັບບັນຫາທາງສຸຂພາບອື່ນໆ - ອາດຕ້ອງໄດ້ຮັບຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ ຈາກແພດ.

ຖ້າຫາກ ເຮົາລົມນຳ ຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາ ຫຼື ແພດ ກ່ຽວກັບບັນຫາໃດ ບັນຫານຶ່ງ, ຜູ້ກ່ຽວ ຈະບໍ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດເອົາບັນຫານັ້ນໄປເຜີຍກັບໃຜອີກ (ນອກຈາກ ພະນັກງານ ສຸຂພາບ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ). ໄດ້ມີ ກົດລະບຽບທີ່ເຄັ່ງຄັດ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ພວກເພິ່ນເວົ້າຫ່ຽງ ກ່ຽວກັບເລື່ອງນີ້ສູ່ຄົນອື່ນຟັງ, ຮວມທັງຄົນໃນຄອບຄົວດ້ວຍ. ກົດລະບຽບ ທີ່ ເຄັ່ງ ຄັດນີ້ ຍັງຮວມໄປຮອດ ນາຍພາສາອີກ. ຖ້າຫາກ ທ່ານຂໍ ເອົານາຍພາສາ ແຕ່ ໄດ້ພົບວ່ານາຍພາສາຄົນນັ້ນເປັນຄົນທີ່ທ່ານຮູ້ຈັກ, ທ່ານຈະຂໍປຸງເອົານາຍພາສາ ຄົນອື່ນກໍໄດ້.