

มีล่ามมาช่วยแล้วทราบภายหลังว่าล่ามเป็นคนที่ท่านรู้จัก ท่านสามารถขอเปลี่ยนให้เป็นล่ามคนอื่นได้

บริการต่างๆ ในโรงพยาบาลจิตและแอลกอฮอล์สามารถช่วยท่านในเรื่องต่างๆ ได้หลายอย่าง โดยการให้ข้อมูล ให้การแนะนำหรือการรักษา หรือส่งต่อท่านไปยังบริการอื่นๆ หากท่านต้องการความช่วยเหลือ โปรดโทรศัพท์เพื่อสอบถามว่าศูนย์อนามัยในท้องถิ่นสามารถให้ความช่วยเหลือได้อย่างไรบ้าง หากท่านโทรศัพท์ไปในช่วงที่ทุกคนกำลังยุ่งและไม่อาจมีใครช่วยท่านได้ในทันที โปรดโทรศัพท์ติดต่อไปอีก หรือทิ้งหมายเลขของท่านไว้เพื่อเขาจะได้โทรศัพท์กลับมาหาท่าน

ต้องการรายละเอียดเพิ่มเติมในเรื่องยาเสพติดและแอลกอฮอล์ โปรดโทรศัพท์ถึงศูนย์การศึกษายาเสพติดและแอลกอฮอล์เอนกวัฒนธรรม (Drug and Alcohol Multicultural Education Centre) หมายเลข (02) 9699 3552

หมายเลขโทรศัพท์ ถูกตัดลงในขณะที่พิมพ์ แต่ มิ ได้ ตรวจสอบให้ เป็น ปัจจุบันอยู่ ตลอดเวลาท่านอาจจำ เป็นต้อง สอบหมายเลขจากสมุดโทรศัพท์

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

multicultural health communication

Thai  
[BHC-5185]

**ปัญหาแอลกอฮอล์และยาเสพติดเกิดขึ้นได้ในทุกครอบครัว**  
Alcohol and drug problems happen in all kinds of families



Health

## ปัญหาแอลกอฮอล์และยาเสพติดเกิดขึ้นได้ในทุกครอบครัว

Alcohol and drug problems happen in all kinds of families

การจัดการกับปัญหาใดก็ตามจะง่ายขึ้นหากมีสมาชิกในครอบครัวคอยให้ความรัก สนับสนุนและคำแนะนำอยู่ในขณะที่ท่านต้องเผชิญกับปัญหา แต่ในบางสถานการณ์แม้แต่ครอบครัวที่รักใคร่อบอุ่นและมีปัจจัยรองรับอย่างเต็มที่ก็จำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือในการต่อสู้กับปัญหา ปัญหาในเรื่องแอลกอฮอล์และยาเสพติดเป็นตัวอย่างอันดีในเรื่องนี้

บางคนคิดว่าปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้นกับครอบครัวบางแบบเท่านั้น แต่ปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้นได้กับครอบครัวทุกแบบในทุกกลุ่มชนและทุกศาสนา ทำให้คาร์ลา คุณครุอายุ 48 ปี ต้องตื่นแต่เช้าตรู่ทุกวันเพื่อขับรถไปยังบ้านที่รวมที่โทนี่ลูกชายของเธอพักอาศัยอยู่ เพื่อที่จะได้ปลุกให้เขาตื่นขึ้นและพาเขาไปทำงาน หากเธอไม่ทำเช่นนั้น โทนี่ผู้ใช้กัญชาแบบติดลึกก็จะไม่ยอมตื่นขึ้นตามเวลาแล้วก็จะต้องถูกไล่ออกจากงาน

การที่ต้องทำเช่นนี้สัปดาห์ละ 5 วันนับเป็นเรื่องยากสำหรับคาร์ลา เพราะการปลุกให้โทนี่ตื่นขึ้นนั้นต้องใช้เวลานานและบางครั้งคาร์ลาเองก็ต้องไปทำงานสาย นอกจากนี้สิ่งที่เธอทำยังต้องเป็นความลับเพราะถ้าสามีของเธอทราบเรื่องเขาก็จะต้องโกรธมาก เขาโทษเธออยู่แล้วที่ลูกชายต้องมีปัญหาในเรื่องยาเสพติด “บางทีถ้าหากเธอเข้มงวดกับเขาให้มากสักหน่อยเมื่อตอนที่ลูกยังเล็ก เขาก็อาจจะไม่เป็นแบบนี้” เขามักจะกล่าวอยู่เสมอ

ในที่สุดคาร์ลาไปพบเจ้าหน้าที่แนะแนวในเรื่องยาเสพติดและแอลกอฮอล์ที่ศูนย์อนามัยชุมชนในท้องถิ่น นั่นเป็นครั้งแรกที่คาร์ลามีโอกาสได้พูดว่าปัญหานี้มีผลต่อเธออย่างไร ทำให้เธอรู้สึกดีขึ้น เจ้าหน้าที่แนะแนวยังได้ให้ความช่วยเหลือคาร์ลาในด้านอื่นๆที่เธอจะสามารถช่วยลูกชายเธอได้

หลายคนคิดว่าระบบปฏิบัติแบบออสเตรเลียในเรื่องการพูดถึงปัญหากับคนแปลกหน้าจะแนะนำนั้นเป็นเรื่องแปลก เพราะเขามองไม่เห็นว่าการพูดถึงปัญหากับคนแปลกหน้าจะช่วยให้ได้อย่างไร กระนั้น ก็อย่างที่คาร์ลาได้พบ การพูดกับคนภายนอกนั้นมักจะช่วยให้ท่านมองเห็นเรื่องราวในแง่มุมที่ต่างออกไปและช่วยให้ท่านได้พบวิธีใหม่ๆในการแก้ปัญหา

บางครั้งหลายคนก็รู้สึกอายที่จะพูดกับคนนอกครอบครัว โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับปัญหาในเรื่องแอลกอฮอล์และยาเสพติดผิดกฎหมาย แต่การซ่อนปัญหาเสพติด ไม่ว่าจะเป็นแอลกอฮอล์ ยาสูบประสาท เสโรอื่น หรือยาอื่นๆ จะทำให้การใช้ชีวิตดำเนินต่อไปและกลายเป็นปัญหาร้ายแรงยิ่งขึ้นสำหรับทั้งผู้ใช้ยาและครอบครัว ปัญหาเรื่องยาเสพติดและแอลกอฮอล์เป็นปัญหาทางสุขภาพด้วย เช่นกันกับปัญหาทางสุขภาพอื่นๆ ปัญหาเหล่านี้ อาจจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ทางสุขภาพ

หากท่านพูดถึงปัญหากับเจ้าหน้าที่แนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สุขภาพ ผู้นั้นมีได้รับอนุญาตให้เปิดเผยรายละเอียดของท่านกับคนอื่น (นอกจากจะเป็นเจ้าหน้าที่สุขภาพที่อาจเกี่ยวข้องในกรณีนั้น) มีกฎเข้มงวดที่ห้ามเจ้าหน้าที่เหล่านี้ให้กล่าวสิ่งหนึ่งสิ่งใดต่อคนอื่น ๆ รวมทั้งสมาชิกในครอบครัว ล่ามจะต้องปฏิบัติตามกฎที่เข้มงวดนี้ด้วยเช่นกัน หากท่านขอให้