लागूऔषध बेचबिखन

- मदिरा तथा धुम्रपानको खुला र बैधानिक कारोबार हुनु ।
- विभिन्न ढङ्गबाट बिक्री वितरण गर्नु ।
- लागूऔषधको प्राप्ती सहज हुनु ।

लागूऔषधको लतमा फसेका व्यक्तिहरुमा देखिने केही लक्षणहरु:

- शरीर कमजोर बन्दैजानु, हेर्दैमा कुपोषण लागेकोजस्तो देखिनु ।
- स्वभाव, बोल्ने शैली र पहिचान अचानक परिवर्तन आउनु ।
- बिना कारण झगडा बनाएर चाहिने भन्दा बढी पैसा माग्नु र खर्च गर्नु ।
- घरबाट पैसा र अन्य बहुमूल्य सामानहरू हराउँदै जानु ।
- हाई हाई गर्नु, निद्रा नलाग्नु ।
- शरीरमा काटिएको खत, निलडाम, चोटपटक देखिनु ।
- कुनै कारण विना स्कूलमा गयल हुनु, पढाई बिग्रदै जानु ।
- घरमा अनावश्यक, नयाँ नयाँ र अमिल्दा साथीहरू ल्याउनु ।
- घरमा ढिलो आउनु, धेरैजसो घरबाहिर बस्न खोज्नु ।
- छटपटि हुनु, थरथरी काप्नु स्थिर आसन नहुनु ।
- सुत्ने र उठ्ने समयमा अचानक परिवर्तन आउनु ।
- मुटुको चाल घटबढ भइरहनु ।
- आँखा रातो हुनु आँखाबाट आँसु आइरहनु, बोली लर्बरिनु ।
- आँखा जुधाएर वा सिधा भएर कुरा गर्न नसक्नु ।
- व्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान नदिनु ।
- खानामा रूची नहुनु ।
- एक्लोपन रूचाउनु तथा बोलीचाली कम गर्नु ।
- अचानक निर्णय बदल्नु वा तुरून्तै आवेगमा आईहाल्नु ।
- दुर्व्यसनसँग सम्बन्धीत वस्तुहरू (ट्याब्लेट, सुर्तिको धुलो, झिलझिले कागज, सिरिन्ज, ब्लेड, सलाई, लाईटर, मसिनो पाइप, बेरिएको नोट, औषधिका सिसिहरू, खैरो/सेतो धुलोहरू आदि झोला वा खल्तिमा वा कोठामा भेटिनु आदि ।
- अन्य मानसिक रोगका लक्षणहरू देखिनु
- दिक्दारीपना, हाउभाउमा परिवर्तन, भ्रम भ्रान्ति, एक्लै हाँस्ने, एक्लै बोल्ने इत्यादी ।
- आत्महत्याको बारेमा ख्याल आउनु वा प्रयास गर्नु ।

आफ्ना छोराछोरीहरुलाई दुर्व्यसन मुक्त राख्नको लागि बाबुआमाहरुले अपनाउनु पर्ने केही उपायहरु :

- छोराछोरीहरूको हरेक क्रियाकलाप, साथीभाइ, विद्यालय समय बाहेक अरू बेला व्यतित गर्ने ठाउँ आदि बारे जानकारी राख्ने ।
- छोराछोरीलाई खेलकुद, कला तथा सांगितिक कार्यक्रम लगायतका गतिबिधिमा बढी संलग्न गराउने ।
- छोराछोरीलाई गलत साथीहरूको संगतमा पर्न नदिने ।
- छोराछोरीलाई धुम्रपान तथा मद्यपानको प्रयोगबाट टाढा राख्ने ।
- छोराछोरीलाई अन्य विषयको साथ साथै लागूऔषध र यसको असरको बारेमा जानकारी गराउने ।
- विद्यालयसँग सम्पर्क गरी आफ्ना बालबालिकाको पढाई तथा अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागिता बारेमा बुझ्ने ।
- छोराछोरीसँग पर्याप्त समय बिताउने र विचारहरूको आदान प्रदान गर्ने ।
- छोराछोरीहरूले लागूऔषध प्रयोग गरेको थाहा पाएमा मानसिक रोग विशेषज्ञ एवं त्यसलाई नलुकाई शीघ्र लागूऔषध प्रयोगकर्ताको उपचारको लागि खोलिएका सरकारको स्वीकृति प्राप्त उपचार तथा पुर्नस्थापना केन्द्रमा लगि उपचार गराउने ।

लागूऔषध एक किसिमको मानसिक रोग हो र उपचार पछि यो निको हुन्छ । तर बिना उपचार प्रयोगकर्ताले आफै छोड्न सक्छ भन्ने विश्वासमा नपरी समयमै सही उपचार नगराउने तर्फ होसियारी अपनाऔं ।

लागूपदार्थ होइन, स्वास्थ्यमा ध्यान दिउँ

लागूऔषध सेवनले सेवनकर्ताको एकाग्रता घटी सोच्ने, बुझ्ने र सम्झने शक्तिमा ह्रास आउने मात्र होइन उसलाई भ्रमित तुल्याई गलत निर्णय गर्नमा प्रेरित गर्छ, यसले सेवनकर्ता, उसको परिवार र समाज मात्र होइन राष्ट्रलाई नै ठूलो क्षति पुऱ्याउँछ । यसको प्रयोगबाट प्रयोगकर्तालाई HIV, HBDC, HCV तथा अन्य संक्रमणहरू भै जिन्दगी नै बर्वाद हुन पुग्छ भने अर्को तर्फ उसको कारणबाट परिवारका अन्य सदस्यमा शारीरिक तथा मानसिक रोग लाग्न सक्ने सम्भावना हुन्छ । मानसिक रोगमा डिप्रेसन, साईकोसिक, एङ्जाईटी प्रमुख मानिन्छ । यस्तो प्रयोगले व्यक्तिमा आत्महत्याको जोखिम पनि बढाउँछ ।

त्यसैगरी यसको कारणबाट चोरी, हत्या, हिंसा, लुटपाट, बलात्कार जस्ता जघन्य सामाजिक अपराधहरूमा संलग्न हुन पुग्दछ । सेवनकर्ताको अकाल र असामयिक मृत्यु र समाज विकासको गतिरोध नै लागूऔषधको अन्तिम परिणाम हो । यसैकारणले व्यक्ति, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई समेत लागूऔषधको कुप्रभावबाट मुक्त गर्न "**लागूपदार्थ होइन, स्वास्थ्यमा ध्यान दिउँ**"

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
लागूऔषध नियन्त्रण कार्यक्रम
सिंहदरवार, काठमाडौं
फोन नं. ०१-४२११२२२
फ्याक्स: ०१-४२११२८३

'हाम्रो चाहाना: दुर्व्यसन रहीत स्वस्थ र सुखी जीवनको कामना'

लागूपदार्थ होइन, स्वास्थ्यमा ध्यान दिउँ

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
लागूऔषध नियन्त्रण कार्यक्रम
सिंहदरवार, काठमाडौं
फोन नं. ०१-४२११२२२
फ्याक्स: ०१-४२११२८३

लागूऔषध भनेको के हो ?

कुनै पनि औषधि जसको सेवनले मानिसको केन्द्रीय स्नायु प्रणालीमा प्रभाव पार्नुको साथै प्रयोगकर्ताको भावना तथा सोचाईमा परिवर्तन ल्याउँछ भने यसलाई लागूऔषध भनिन्छ । समग्रमा यसले एकै पटक व्यक्तिको मन, मष्तिस्क र व्यवहारमा परिवर्तन ल्याउँछ । यसले मानसिक चेतना, अनुभूति र मनोभावलाई प्रभावित पारी बुझ्ने, सम्झने र सोच्ने शक्तिलाई विकृत तुल्याउँछ । विश्व स्वास्थ्य संगठनको परिभाषा अनुसार लागूऔषध भनेको कुनै पनि किसिमको रासायनिक पदार्थ हो जुन स्वस्थ (Normal) शरीरको लागि प्रयोग गर्न आवश्यक छैन र यसको प्रयोगले शारीरिक (Biological) कार्य तथा यसको बनावटमा परिवर्तन ल्याउन सक्छ । लागूऔषध नियन्त्रण ऐन, २०३३ का अनुसार लागूऔषध भन्नाले गाँजा, औषधोपयोगी गाँजा, अफिम वा तयारी अफिम, औषधोपयोगी अफिम, कोकाको झारपात, अफिम वा कोकाको सार तत्व, मिश्रण वा लवण समेत मिलाई तयार गरिने पदार्थ र सरकारले तोकिदिएका प्राकृतिक वा कृत्रिम लागूऔषध तथा मनोद्दिपक पदार्थ (Psychotropic Substance) र तिनको लवण अन्य पदार्थ सम्झनु पर्छ ।

लागूऔषधको वर्गिकरण

लागूऔषधलाई विभिन्न किसिमबाट वर्गिकरण गर्ने गरिन्छ । लागूऔषधको प्राप्तिको श्रोतको हिसाबबाट प्राकृतिक र कृत्रिम गरी दुई किसिमबाट वर्गिकरण गरिन्छ भने कानुनी रूपमा कानुनी, गैरकानुनी र नियन्त्रित गरी तीन प्रकारमा बाँड्ने गरिन्छ । त्यसैगरी लागूऔषधको असरको हिसाबबाटै हेर्दा यसलाई निम्नानुसार वर्गिकरण गर्ने गरिन्छ ।

१) स्वापकजन्य वा पीडाहर (Narcotic Analgesic):

निद्रा लगाउने, चेतनाको अवस्थामा बदलाव ल्याउने साथै पिडाहरू कम गराउन प्रयोग गरिने औषधिलाई स्वापकजन्य वा पीडाहर (Narcotic) भनिन्छ । अफिम र यसबाट प्रशोधित औषधिहरू यस वर्गमा पर्दछन् । अफिम, मर्फिन, कोडिन, हेरोइन, पेथिडिन, ट्रामाडोल, मेथाडोन, बुप्रेनर्फिन र अरू ओपियनहरू यसमा पर्ने औषधिहरू हुन् ।

२) अवसादक वा आलस्यजनक (Depressants):

यस प्रकारका औषधिहरूले केन्द्रीय स्नायु प्रणालीमा असर गरी व्यवहार हरूमा परिवर्तन ल्याई यसको गतिविधिमा शिथिलता ल्याएर चेतनामा कमि ल्याउँछन् । मदिरा, निद्रा ल्याउने र पिडा भुलाउने चक्किहरू यस अन्तर्गत पर्दछन् । यस्ता औषधिहरूमा बार्विच्युरेट्स्, बेन्जोडायजेपिन (नाइट्रोजेपाम, डायजेपान, क्यालोनाजेपाम, लोरोजेपान आदि पर्दछन् ।

३) उत्तेजक (Stimulants):

केन्द्रीय स्नायु प्रणालीको गति वा कामलाई तिव्र गति दिने औषधिलाई उत्तेजक भनिन्छ । यस वर्गमा पर्ने औषधिहरूले उत्तेजना बढाउने, भोक हटाउने र थकाई मेटाउने जस्ता प्रभाव पार्दछन् । कोकाको पातबाट बन्ने कोकिन जस्ता औषधिहरू र निकोटिन, क्याफिन तथा एमफिटामिन (Amphetamine Type Stimulants) आदि औषधिहरू यस अन्तर्गत पर्दछन् ।

४) मति भ्रामक (Hallucinogens):

यस वर्गमा पर्ने औषधिहरूको उत्पादनमा सर्वाधिक रसायनिक प्रयोग गरिन्छ । यस किसिमका औषधिको प्रयोगले हाम्रो मति/चेतनालाई भ्रमित तुल्याउँछ र ज्ञानलाई विकृत तुल्याई गलत निर्णय गर्ने अवस्थामा पुर्‍याउँछ । यसले मानसिक सन्तलुत खल्बल्याई स्वप्न र कल्पनाको दुनियाँमा चुर्लुम्म डुबेको महशुस गराउँछ । यसले रमाईलो, उत्सुकता, कौतुहल, भ्रम सृजना गरिदिने हुँदा यसको प्रयोगले आन्तरिक असरबाट भन्दा यसबाट सृजित भ्रमको धोकाबाट मानिसलाई बढी खतराको मुखमा पुर्‍याउँछ । यस वर्गमा एल.एस.डी (Lysergic acid diethylamide), ऋोमा डि.एम. ए. सिलासाईबिन (Magic Mushroom), मेस्कालिन आदि पर्दछन् ।

५) प्राकृतिक लागूपदार्थ

प्राकृतिक लागूपदार्थमा गाँजा, चरेस, अफिम एवं Coca पर्दछन् । गाँजाको निरन्तर प्रयोगले व्यक्तिको उत्प्रेरण (Motivation) मा कमि एवं कडा खाले मानसिक रोगका लक्षणहरू (जस्तै साईकोसिस, डिप्रेसन, मेनिया, एङ्जाईटी) देखा पर्न सक्दछन् । संस्कृतिको नाममा पनि हामीले यसको प्रयोगलाई निरूत्साहित गर्नु पर्दछ ।

लागूऔषध प्रयोग गर्नुका केही कारणहरु

१) साँस्कृतिक पक्षः

हाम्रो समाजमा कतिपय समुदायमा जाँड, रक्सीलाई मर्दा, पर्दा वा धर्म सँस्कृतिको अभिन्न अंगको रूपमा ग्रहण गर्ने गरिन्छ । यसले गर्दा महत्वपूर्ण साँस्कृतिक पर्व विवाह भोज र अन्य काजकृयामा अनिवार्य र प्रयोगको चलन भएकोले यसको प्रयोग सहज र सर्वव्यापी छ । त्यस्तै शिवरात्री र होलीमा संस्कृतिका नाममा गाँजाको प्रयोग गरिन्छ ।

२) वातावरणीय पक्ष

पारिवारिक वातावरणः-

- छोराछोरीलाई दिएको पैसाको कसरी उपयोग भएको छ भनेर खोजिनीति नगर्नु ।
- परिवारमा बाबु आमाबीचको मनमुटाव हुनु ।
- परिवारमा बाबु आमाबीच आफै लागू पदार्थ प्रयोग गर्नु ।
- बच्चाहरूलाई उपयुक्त समयको व्यवस्थापन गर्न नसक्नु ।
- बाबु आमाबाट सकारात्मक व्यवहार नपाउनु ।
- छोराछोरीलाई झुट्टा आश्वासन दिनु ।
- आफ्ना दाजु भाइ दिदी बहिनी भन्दा फरक व्यवहार पाउनु ।
- छोरा छोरीहरूलाई आवश्यक परेको बेला सहयोग नगर्नु ।
- छोरा छोरीहरुलाई नराम्रो क्रियाकलाप र व्यवहार गर्नबाट नरोक्नु ।
- छोरा छोरीको अगाडि धुम्रपान, मदिरापान जस्ता पर्दाथ सेवन गर्नु ।
- छोरा छोरीहरूलाई लामो समयसम्म आमाबाबुबाट टाढा राख्नु ।
- छोरा छोरीको आवश्यकता, उमेरको परिवेश र बाहिरी वातावरणको तारतम्य मिलाउन नसक्नु ।

वाह्य वातावरण :

समाजमा राम्रो कुराहरूको साथसाथै अन्य विभिन्न प्रकारका कुलत र विकृतिहरू पनि व्याप्त हुन्छन् । धुम्रपान तथा मद्यपान हाम्रो समाजमा समुदायले नै स्वीकार गरेका विकृति हो । लागूऔषधको प्रयोग तथा यसको उत्पादन तथा यसको कारोबार त्यस्तै प्रकारको एउटा अर्को विकृति हो । यस्तो विकृतिको बीचमा रहने ब्यक्तिलाई यस्तो वातावरणले प्रभाव पर्न सक्छ । आधुनिकताको नाममा डिस्को, नाइट क्लब, गजल रेस्टुराँ, आदिमा मद्यपान, धुम्रपान तथा लागूऔषधले विशेष गरी युवा पुस्तालाई गाँज्दै गएको छ । समाज र साथीहरूमाझ अरू भन्दा भिन्दै र हिरो देखिन खोज्ने मानसिकता र आफु भन्दा सिनियरहरूले गर्ने गरेको यस्तो कुलतले लागूऔषध प्रयोग गर्न उत्साहित बनाईरहेको देखिन्छ ।

साथी/दौतरीका

- साथीहरूको बचनलाई नकार्न नसक्नु ।
- साथीहरूको गलत दवाव र आग्रहलाई नाई भन्न नसक्नु ।
- लागूऔषधबाट हुने नकारात्मक असरबारे जानकारी नहुनु ।
- लागूऔषध सेवन गर्ने साथीहरूको संगत हुनु ।
- साथीहरूको आवश्यक भन्दा बढी विश्वास गर्नु ।

जिज्ञासु स्वभाव

- कही कतै लागूऔषध भेटेमा त्यसको जानकारी बिना नै सेवन गर्न उत्सुक हुनु ।
- कसैले लागूऔषध प्रयोग गरेको देखेमा जानकारी बिना नै त्यसको नक्कल गर्नु ।

निराशा/असफलता

- आफुले गरेको काममा असफलता मात्र हात पार्नु
- घरपरिवार र साथीभाइबाट सकारात्मक र रचनात्मक सहयोग र सुझावको अभाव हुनु ।
- जीवन र जगतलाई हेर्ने दृष्किोण साँगुरो र त्रुटिपूर्ण हुनु ।
- दुःख र सुख, अभाव र आवश्यकता जस्तो मानवीय नियतीलाई सुक्ष्म ढङ्गले मनन गर्न नसक्नु ।
- समय सन्दर्भ र युगको पहिचान गर्न नसक्नु ।