

# Membesar dalam persekitaran bebas dadah

Bimbang anak anda untuk menjauhi bahaya



## Keluarga yang bahagia ialah keluarga yang menghindari dadah

Adalah amat penting bagi ibu bapa untuk **MENGAMBIL TAHU** tentang dadah dan inhalan, bahayanya serta tanda-tanda penyalahgunaan dadah yang ketara. Pengetahuan ini dapat dikongsi bersama anak-anak anda sebagai satu usaha untuk **MEMBIMBING** mereka agar menjauhi dadah dan inhalan. **BERBINCANG** dengan mereka dan jangan sekali-kali mengandaikan bahawa anak anda sudah sepertutnya tahu akan perkara ini.

### Mengapakah golongan belia menyalahgunakan dadah?

Para belia telah menamakan beberapa punca penyalahgunaan dadah dan/atau inhalan.



### Tujuh tip berguna untuk ibubapa

- Perhatikan dan ambil berat terhadap mood anak anda dan pergaulannya
- Kekalkan komunikasi yang bersifat terbuka dan sentiasa mendengarkannya tanpa membuat sebarang kesimpulan yang melulu
- Cungkil bakat anak anda dan galakkannya untuk mengembangkan bakat itu
- Cari sesuatu kegiatan yang dapat dikongsi dan luangkan masa bersama
- Bincang dan ingatkan anak anda supaya menjauhi dadah
- Didik anak anda dengan kemahiran menangani situasi dan cara-cara molok pelawaan yang kurang elok
- Mulakan perbualan anda dengan menyebutkan peristiwa-peristiwa yang mudah difahami (contohnya, berita selebriti yang ditangkap kerana penyalahgunaan dadah)

### Tanda-tanda penyalahgunaan dadah



#### Tanda-tanda penyalahgunaan 'Ice'

Perubahan persekitaran:

- kaca/tub yang ada bekas kotoran
- kerajang aluminium terbakar atau dipotong kecil-kecil
- alat yang direka ganti (contohnya, campuran ubat batuk atau botol air)
- pek pil tidur yang berselerak

Perubahan tingkah laku:

- tidak tidur selama beberapa hari diikuti dengan tidur buat beberapa hari berturut-turut
- mata merah/cengkung
- terlampau murung atau agresif



#### Tanda-Tanda Penyalahgunaan Kanabis

Perubahan persekitaran:

- rokok yang digulung atau puntung dalam tong sampah
- tingkap yang sentiasa tertutup
- bau "lembap" dalam bilik
- alat yang direka ganti, bong

Perubahan tingkah laku/perwatakan:

- gigi kuning dan kotor
- mata berwarna kuning
- nafas "lembap", tangan berbau busuk
- malas
- kebersihan diri yang tidak terjaga (tiub dengan air)
- bilik yang amat berselerak

### Dadah dan inhalan – ambil tahu tentangnya!



#### Methamphetamine

Juga dikenali sebagai 'Ice', 'Ya ba'



#### Kanabis

Juga dikenali sebagai Ganja, "Weed"



#### Bahan Psikoaktif Baharu (NPS)

Juga dikenali sebagai "Spice", "Bath Salts"



#### Heroin

Juga dikenali sebagai Putih, Ubat



#### 'Ecstasy'

Juga dikenali sebagai E, XTC



#### Nimetazepam

Juga dikenali sebagai 'Erimin-5' sebagai Hidu Gam



#### Inhalan

Juga dikenali sebagai Hidu Gam

Imbas kod QR ini untuk maklumat lanjut tentang dadah dan inhalan di [www.cnb.gov.sg](http://www.cnb.gov.sg).

# Dadah menghancurkan keluarga

Ketahui kos ketagihan

Sebuah gambaran tentang bagaimana dadah menghancurkan keluarga.

Di Singapura, masalah dadah masih dalam keadaan yang terkawal. Sungguhpun begitu, Biro Narkotik Pusat (CNB) telah menangkap lebih ramai belia yang menyalahgunakan dadah. Kebanyakan belia ini menyalahgunakan kanabis dengan anggapan bahawa ia kurang berbahaya dan kurang menyebabkan ketagihan daripada tembakau. Malah ada yang bertanggapan salah bahawa kanabis mempunyai nilai terapeutik. Profil penagih dadah belia juga telah berubah, yakni lebih ramai didapati datang daripada keluarga kelas pertengahan dan berprestasi baik di sekolah.

### Beberapa trend membimbangkan yang sepatutnya diketahui ibu bapa tentang kanabis



#### Mengapa penyalahgunaan kanabis satu kebimbangan?

Profil penagih dadah berubah

Lebih ramai penagih kanabis datang daripada keluarga kelas pertengahan dan berprestasi baik di sekolah.

Pandangan liberal belia

Lebih ramai ingin mencuba kanabis kerana pengaruh media dan pemberianan dadah itu di luar negara.

Pandangan bahawa kanabis kurang berbahaya berbanding tembakau

Pandangan ini salah kerana kanabis lebih merosakkan kerana ia mengandungi lebih banyak tar dan agen yang menyebabkan barah.

Syarikat yang hanya ingin mencari keuntungan

Beberapa syarikat memasarkan kanabis untuk kegunaan rekreasi, memperdaya belia hany untuk menjerat mereka.



#### Kesan buruk kanabis terhadap kesihatan

Kanabis menyebabkan ketagihan

Penagih yang cuba berhenti melaporkan keadaan cepat marah, kesukaran untuk tidur, kurang selera makan, kebimbangan dan ketagihan dadah.

Memberi kesan pada kesihatan mental

Gangguan psikotik yang bermula lebih awal, peningkatan risiko bunuh diri dan memberi kesan pada perkembangan dan fungsi otak remaja.

Merendahkan IQ

Salah guna kanabis menyebabkan hilang tumpuan dan penurunan IQ.



#### Belia masa kini yang menyalahgunakan dadah

Tidak ada latar belakang dadah

Berasal daripada keluarga yang tidak mempunyai sejarah dadah malah mendapat bimbang ibubapa yang wajar.

Pelajar yang patuh

Mencapai prestasi yang baik di sekolah dan tidak mempunyai masalah disiplin.

Tekanan rakan sebaya

Tekanan rakan sebaya dan maklumat salah dari rakan sebaya serta pengaruh negatif Internet dan media membentuk pandangan yang memesongkan mereka.

Anggapan salah

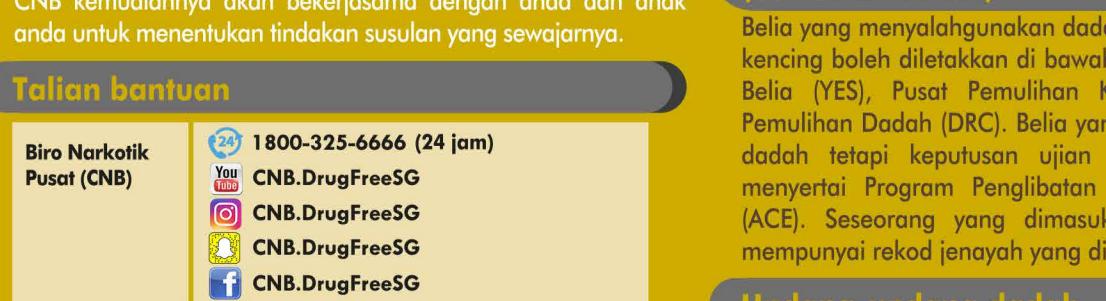
Belia semakin bersikap liberal dan berpendapat bahawa kanabis adalah kurang berbahaya.

Risiko yang meningkat

Belia semakin terbuka untuk mencuba kanabis dan berisiko terdedah kepada bahan dadah/inhalan berbahaya yang lain.

CNB mendapati lebih banyak kes kelompok dadah dalam kalangan belia. Kelompok dibentuk apabila belia menyalahgunakan dadah dan memperkenalkan dadah kepada rakan sebaya. Hal ini meningkatkan kesan kontaminasi dengan lebih besar. Contohnya adalah seperti di bawah:

### PENGESANAN KELOMPOK DADAH DI KALANGAN BELIA



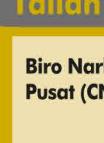
### TAHUKAH ANDA?

Penggunaan dadah di luar negara oleh warganegara dan Penduduk Tetap Singapura merupakan satu kesalahan undang-undang.

Apabila seorang anak menyalahgunakan dadah, seluruh keluarga terjejas

Di Singapura, masalah dadah masih dalam keadaan yang terkawal. Sungguhpun begitu, Biro Narkotik Pusat (CNB) telah menangkap lebih ramai belia yang menyalahgunakan dadah. Kebanyakan belia ini menyalahgunakan kanabis dengan anggapan bahawa ia kurang berbahaya dan kurang menyebabkan ketagihan daripada tembakau. Malah ada yang bertanggapan salah bahawa kanabis mempunyai nilai terapeutik. Profil penagih dadah belia juga telah berubah, yakni lebih ramai didapati datang daripada keluarga kelas pertengahan dan berprestasi baik di sekolah.

Beberapa trend membimbangkan yang sepatutnya diketahui ibu bapa tentang kanabis



#### Mengapa penyalahgunaan kanabis satu kebimbangan?

Profil penagih dadah berubah

Lebih ramai penagih kanabis datang daripada keluarga kelas pertengahan dan berprestasi baik di sekolah.

Pandangan liberal belia

Lebih ramai ingin mencuba kanabis kerana pengaruh media dan pemberianan dadah itu di luar negara.

Pandangan bahawa kanabis kurang berbahaya berbanding tembakau

Pandangan ini salah kerana kanabis lebih merosakkan kerana ia mengandungi lebih banyak tar dan agen yang menyebabkan barah.

Syarikat yang hanya ingin mencari keuntungan

Beberapa syarikat memasarkan kanabis untuk kegunaan rekreasi, memperdaya belia hanya untuk menjerat mereka.



#### Kesan buruk kanabis terhadap kesihatan

Kanabis menyebabkan ketagihan

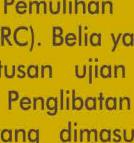
Penagih yang cuba berhenti melaporkan keadaan cepat marah, kesukaran untuk tidur, kurang selera makan, kebimbangan dan ketagihan dadah.

Memberi kesan pada kesihatan mental

Gangguan psikotik yang bermula lebih awal, peningkatan risiko bunuh diri dan memberi kesan pada perkembangan dan fungsi otak remaja.

Merendahkan IQ

Salah guna kanabis menyebabkan hilang tumpuan dan penurunan IQ.



#### Belia masa kini yang menyalahgunakan dadah

Tidak ada latar belakang dadah

Berasal daripada keluarga yang tidak mempunyai sejarah dadah malah mendapat bimbang ibubapa yang wajar.

Pelajar yang patuh

Mencapai prestasi yang baik di sekolah dan tidak mempunyai masalah disiplin.

Tekanan rakan sebaya

Tekanan rakan sebaya dan maklumat salah dari rakan sebaya serta pengaruh negatif Internet dan media membentuk pandangan yang memesongkan mereka.

Anggapan salah

Belia semakin bersikap liberal dan berpendapat bahawa kanabis adalah kurang berbahaya.

Risiko yang meningkat

Belia semakin terbuka untuk mencuba kanabis dan berisiko terdedah kepada bahan dadah/inhalan berbahaya yang lain.

CNB mendapati lebih banyak kes kelompok dadah dalam kalangan belia. Kelompok dibentuk apabila belia menyalahgunakan dadah dan memperkenalkan dadah kepada rakan sebaya. Hal ini meningkatkan kesan kontaminasi dengan lebih besar. Contohnya adalah seperti di bawah:

### PENGESANAN KELOMPOK DADAH DI KALANGAN BELIA



### TAHUKAH ANDA?

Penggunaan dadah di luar negara oleh warganegara dan Penduduk Tetap Singapura merupakan satu kesalahan undang-undang.

### Talian bantuan

Biro Narkotik Pusat (CNB)

1800-325-6666 (24 jam)

CNB.DrugFreeSG

CNB.DrugFreeSG

CNB.DrugFreeSG

CNB.DrugFreeSG

www.cnb.gov.sg



1800-325-6666 (24 jam)

</