लागु औषधि र मदरिको सेबन बारेमा जानकारी र सहयोग सेवाहरू

इतहिासलाई हेर्नेहो भने, प्रत्येक समाजमा रुची, चाहना र बचिारलाई प्रभवपार्न लागु औषधलिाई प्रयोग गरेको दखन्छि । लागु औषधि प्रयोगले समश्या पनि निम्तियाएको छ । कानुनी रुपमा मदरि र सुर्ती बढी प्रचलनमा छन् । यस बाहेक अरुथुप्रै लागु औसधि प्रचलनमा छन् ।
थुप्रै प्रकारका सेवाहरू छन् जसले व्यक्तलिाई लागु औषधि र मदरिको सेबन प्रयोग कम गर्न, रोक्न वा समस्यालाई सम्हाल्न मद्दत गर्न सक्छ । येस्ता सेवाहरूले लागु औषधकिो प्रयोगका कारणले समस्या व्यक्तकिो परविारका सदस्य र साथीभाइहरुले पनि मिद्दत गर्न सक्छन् । यस्ता सेवा केहि सार्वजनकि र नशिुल्क छन्, केही नजिीसेवालाई भने शुल्क तरि्नु पर्छ । नम्नि प्रकारका सेवाहरु उपलब्ध छन्ः

व्यक्तगित परामर्श र सहयोग

लागु औषधि र मदरिका दुर्व्यसनी, वा उनीहरूको परविारका सदस्य वा साथीहरूको लागि सहयोग सेवा उपलब्ध छ । यो सेवा सामाजकि कार्यकर्ता, मनोवैज्ञानकि, परामर्शकर्ता वा अन्य सहयोगीद्वारा प्रदान गरन्छि ।

सहयोग समुहहरु

सहयोग समुहहरु अस्पतालहरू र स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा स्वास्थ्य पेशाकर्मीद्वारा वा लागु औषधलिाई प्रयोग गर्न छोडेका स्वयंसेवकहरूले संचालन गरेका हुन्छन् उदाहरणका लागि अल्क वा नाकोटीक एनोनमस समुह । अन्य सहयोग समूहहरु परविारका सदस्यहरूका लागि हो ।

पुनस्थापना र उपचार सेवाहरू

यी केन्द्रहरू लागु औषधहिरू र मदरिको (कुलत) परेकाहरुको लागि हो, जो यस्ता लतबाट नस्किन खोजरिहेका छन् । एक व्यक्तलिे वभिन्नि सेवाहरूको लागि सेवा केन्द्र जान सक्छ वा लागुऔषधीहरू र मदरिको दुब्र्यसनकिो प्रभावबाट शारीरकि, मनोवैज्ञानकि र भावनात्मकरुपमा पूनजीवन प्रप्त नभए सम्मकालागि यी केन्द्रहरुमा बस्न सक्छ ।

छुटकारा ब्यवस्थापन

छुटकारा ब्वस्थापन (डटिक्सफिकिेसन) एक प्रक्रयिा हो जसले लागुऔसधि छोडेपछि व्यक्तमिा आउने शारीरकि र मनोवैज्ञानकि परणिामहरुको ब्यवस्थापन गर्दछ । यस्तो प्रकारको सेवा व्यक्तकिो घरमा डाक्टरको माध्यमबाट वा स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा गएर लनि सकन्छि ।

अन्य सेवाहरू

दुर्व्यसनी देखएिका अन्य समस्याहरुको समाधान गर्न र अवस्था सुधार गर्न बभिन्नि प्रकारका सेवाहरू उपलब्ध छन् । लागु औषधकिो दुर्व्यसनी र मदरि सेवनको कारण उत्पन्न समस्याहरूको समाधान गर्न यी सेवाहरुले मद्दत गर्न सक्छन् । उदाहरणका लागि युवा केन्द्रहरू, पारवािरकि सहयोग केन्द्र, परामर्श, रोजगारी सेवाहरू, आवास सेवाहरू, सामुदायकि केन्द्रहरू

थप जानकारी वा सही सेवा प्राप्त गर्न, तपाइ नम्नि सेवा केन्द्रहरूलाई सम्पर्क गर्न सक्नु

- चकित्सिक वा अस्पताल क्लनिकि
- कड्सि हेल्प लाइन १८००५५१८०० (२४ घण्टा)
- लाइफलाइन १३१११४ (२४ घण्टा फोन सहयोग)
- अभभिावक हेल्पलाइन. १३२०५५ कुनै पनि समस्यामा अभभिावकहरूको लागि फोन सेवा
- मदरि र लागुऔषधि जानकारी सेवा फोन.९३६१८००० (२४ घण्टा)
- पारविारकि औषधि सहयोग फोन ९८१८६१६६
- एड्रभान्स डाइभसटिी सभसिेज (नेपाली बोल्ने कर्मचारी) ९५९७ ५४५५

यदि तपाईलाई नेपाली दोभाषे आवश्यक छ भने, टेलफिोन इन्तरपेटर सेवाको नम्नि नम्वरमा फोन गनुहोस् । १३१४५० (२४ घण्टा) । सबै दोभाषे सेवा गोपनीय रहनेछन् ।

St George
CDAT
Community Drug Action Team
We're stronger together

INFORMATION/SUPPORT FOR DRUG & ALCOHOL ISSUES

In all of history, every society has used drugs that affect mood, thought, and feelings. There have also been problems with drug use. The drugs that are used the most are Alcohol and Tobacco, the legal drugs. There are lots of other drugs used too.

There are several types of services that can help a person to cut down or stop drug use (including alcohol), or to handle any problems better. Or, they can help a family member/friend who is having issues with another person's drug use. Some are public and free, others have a fee as they are private. The types of services available are:

PERSONAL COUNSELLING AND SUPPORT

Support can be for the person who is using the drug/alcohol, or for their family members or friends. This can be provided by a Social Worker, Psychologist, Counsellor or other support workers.

SUPPORT GROUPS

Support groups are run by professionals in hospitals/health centres, or by volunteers who have stopped using drugs e.g. Called Alcoholics Anonymous or Narcotic anonymous groups. Other support groups are for family members.

REHABILITATION/ TREATMENT SERVICES

These centres are for people who are dependent (addicted) to drugs and/or alcohol and are trying to stop. A person can visit a centre for different services or can stay there for a period of time, while they recover from the physical, psychological and emotional effects of drugs and/or alcohol.

WITHDRAWAL MANAGEMENT

Withdrawal management (detoxification) refers to the process of managing the physical and psychological consequences of a person stopping the use of a drug of dependence. This kind of support service can be done either in a person's home through a doctor, or at another health service.

OTHER SERVICES

There are other types of services which can help with other types of problems that may improve the situation. They can help with causes of, or issues arising from, drug use. Examples are: Youth centres, family support, counselling, employment services, accommodation services, community centres.

FOR MORE INFORMATION OR TO FIND THE RIGHT SERVICE, YOU CAN CONTACT:

- Doctor or Hospital Clinic
- Parent Helpline: 132 055
- Kids Helpline: 1800 551 800 (24hrs)
- Advance Diversity Services (Nepalese Speakers): 9597 5455
- Alcohol & Drug Information Service: 9361 8000 (24hrs)
- Lifeline: 131 114 (24hrs)
- Family Drug Support: 9818 6166

If you need a Nepalese Interpreter, ask the service to arrange this or phone a Telephone Interpreter on 131 450 (24hrs). All interpreters are confidential.

St George
CDAT
Community Drug Action Team
We're stronger together