रघुगंगा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
मौवाफाँट, म्याग्दी

गण्डकी प्रदेश, नेपाल

प.सं.:-०७८/७९

च.नं.:-

मिति : २०७९।०३।०८

लागू औषध दुर्व्यसन तथा अवैध ओसापोसार विरुद्ध रघुगंगा गाउँपालिकाको सूचना !!!

मानवीय स्वास्थ्य संकटको बेला झन ; लागु औषध चुनौतीको गरौं सम्बोधन भन्ने अन्तर्राष्ट्रिय नाराका साथ जुन २६ (मिति २०७९।०३।१२ गते) पर्ने लागू औषध दुर्व्यसन तथा अवैध ओसारपोसार विरुद्धको अन्तर्राष्ट्रिय दिवसका अवसरमा सम्पूर्ण रघुगंगाबासी किशोर, किशोरी, युवा तथा युवतीमा विशेष जानकारी :

लागुऔषध दुर्व्यसनका कारणहरु

- पारिवारिक, सामाजिक सांस्कृतिक वातावरण राम्रो नहुनु,
- परिवारको कुनै सदस्यले लागूऔषध प्रयोग गर्दा बालबालिकाले त्यसको नक्कल गर्नु,
- बालबालिका संवेदनशील हुनाले उनीहरुलाई उमेर अनुसारको व्यवहार गर्न नसक्नु,
- अभिभावकले बालबालिकालाई दिएको पैसाको सही सदुपयोग भए नभएकोमा ध्यान नदिनु,
- आफ्ना बालबालिकाले गरेका नराम्रा क्रियाकलापको ढाकछोप गर्दै जानु,
- परिवारमा पर्याप्त समय दिन नसक्नु, एक अर्काको मनोभावनालाई नबुझ्नु,
- बालबालिकामा नैराश्यपना जगाउने वातावरणको सिर्जना हुनु,
- बालबालिका माथि हिंसा र दुर्व्यवहार हुनु तथा लागुऔषध सेवन गर्ने साथीभाइको संगत हुनु,
- साथीभाइले लागूऔषध सेवनको लागि गर्ने अनुरोध तथा दवावलाई अस्वीकार गर्न नसक्नु,
- लागू औषधको तात्कालीन तथा दीर्घकालीन असरका बारेमा जानकारी नहुनु,
- आफूले गरेका काममा सोचेअनुरुप सफलता प्राप्त गर्न नसक्नु,
- लागू औषधसम्बन्धी सामग्रीहरु बेचबिखन गर्न तथा प्राप्त गर्न सहज वातावरण हुनु आदि ।

लागुऔषध प्रयोग गर्ने व्यक्तिहरुमा देखिने केही लक्षणहरु:

- किशोर किशोरीहरुको बोल्ने शैली र स्वाभावमा अचानक परिवर्तन आउनु,
- बिना कारण झगडा गरी आवश्यकता भन्दा बढी पैसा माग्नु, घरबाट नगद, बहुमूल्य सामान तथा गरगहनाहरु हराउनु,
- बालबालिकाहरुको कक्षामा नियमित नहुनु तथा पढाइको स्तर घट्दै जानु,
- पुराना साथीहरु भन्दा नयाँ साथीहरु बनाउनु, धेरै रिसाउनु तथा तुरुन्त आवेगमा आउनु,
- लागुपदार्थ सेवनका लागि अनेक बाहाना बनाउँदै घरबाहिर जानु र अबेर फर्कनु,
- शारीरिक रुपमा कुपोषण लागेको जस्तो कमजोर देखिनु तथा शरीरमा काटिएको, निलडाम र चोटपटक देखिनु,
- शरीरमा लगाएको कपडाबाट भिन्दै प्रकृतिको गन्ध आउनु, परिवार वा अग्रजसँग आँखा जुधाएर बोल्न नसक्नु,
- खल्ती, झोला, कोठामा लाइटर, गाँजा, लागुऔषध, मैनबत्ती आदि जस्ता सामान भेटिनु,
- एक्लोपन रुचाउनु, घरपरिवारको लागि समय दिन नखोज्नु, खानामा अरुचि हुनु, आँखा रातो हुनु, बोली लरबरिनु,
- व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान नदिनु तथा बिहान अवेरसम्म सुत्नु आदि ।

लागूऔषधको दुर्व्यसनबाट बच्ने उपायहरु

- लागू औषधको सेवन तथा दुर्व्यनको प्रयोगबाट हुने तात्कालीन र दीर्घकालीन असरका बारेमा जानकारी गराउने,
- लागू औषधको सेवन गर्ने साथीहरुको संगत नगर्ने तथा नगराउने,
- घर परिवारका कुनै सदस्यले लागु पदार्थ सेवन गर्ने भएमा तुरुन्त सुधार केन्द्रमा लैजाने,
- लागू औषधको सेवनका प्रस्तावहरुलाई दुरुत्सान गर्ने, गलत साथीहरुको संगत नगर्ने तथा नगराउने,
- किशोरकिशोरीहरुको खाली समयलाई अध्ययन तथा रचनात्मक कार्यमा लगाउने,
- ध्यान, योग वा अन्य आध्यात्मिक आस्थासँग आबद्ध हुने, घर परिवारमा धुम्रपान तथा मद्यपान नगर्ने तथा नगराउने,
- आफ्ना बालबालिकाहरुको बानी व्यवहार तथा क्रियाकलापहरुलाई निगरानी गर्ने,
- अभिभावकले नियमित रुपमा विद्यालयमा सर्म्पक गरी आफ्ना बालबालिकाहरुको बानी व्यवहार बुझ्ने,
- घरपरिवार तथा विद्यालयले लागू औषधको सेवनबाट मानव जीवनमा पर्ने असरको जानकारी दिने आदि ।

अमृत सुवेदी
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

नोट : प्रस्तुत सूचना सम्पूर्ण विद्यालय, वडा कार्यालय, स्वास्थ्य संस्था, प्रहरी चौकी, जनप्रतिनिधि, युवा क्लब, आमा समूह, टोल सुधार संस्था तथा सम्पूर्ण सचेत नागरिकहरुले आआफ्नो क्षेत्रभित्र व्यापक प्रचार प्रसार गरिदिनुहुन अनुरोध छ ।