# NÓI ĐỂ NGĂN NGỪA

## SỰ KIỆN SỬ DỤNG THUỐC XÔNG HƠI ĐANG GIA TĂNG

Ấn bản Số 6
**TRUNG TÂM CSAP'S WESTERN VỀ ÁP DỤNG CÁC PHƯƠNG THỨC NGĂN NGỪA**
**JULIE HOGAN, Tiến sĩ Giám đốc.**

*Do Diane Glass, Điều hợp viên Cơ quan Áp Dụng các Phương Thức Ngăn Ngừa trình bày*
*Phụ tá Giám đốc Kris Gabrielsen chọn lọc*

Thuốc xông hơi là những sản phẩm gia dụng được coi là có tính cách đại chúng và cũng là những vật chất làm chết người mà giới trẻ thường hay lạm dụng.

Trong một cuộc thăm dò gần đây trong giới học sinh lớp 6 và 7 thì thuốc xông hơi là loại thuốc thông dụng bị lạm dụng vào hàng thứ ba sau rượu và thuốc lá. Phụ huynh và những người quãn hộ cần trang bị cho mình các chi tiết về việc sử dụng thuốc xông hơi và phải NÓI CHUYỆN với con em trong tuổi thiếu niên của mình. Giới trẻ cần phải hiểu về hậu quả của sự lựa chọn sai trái trong việc dùng thử và sử dụng các loại thuốc xông hơi. Hậu quả của một hành động vô tình có thể dẫn đến cái chết.

> **GHI NHỚ**
> *"Cứ 5 em trong giới trẻ thì có 1 em sử dụng thuốc xông hơi khi đến lớp tám."*

Các loại thuốc xông hơi thường gồm có ba loại:
- Dung môi làm tan (thuốc tẩy sơn, keo dán, xăng dầu).
- Hơi đốt (các chất hóa học để đốt như khí đốt quẹt máy, khí đốt lò).
- Các loại xịt (thuốc xịt tóc, kem xịt, sơn xịt).

Những người lạm dụng dùng các phương thức sau để tạo ra cảm giác mạnh cho bản thân:
- Hít người hương thơm từ các bình chứa.
- Xịt thẳng vào mũi hay miệng.
- Tẩm hương thơm vào giẻ và bỏ vào miệng.
- Xịt hương thơm lên giấy hoặc bao nylon để hít ngửi.

Các loại thuốc xông hơi tạo cho người sử dụng những cảm giác say mạnh rất nhanh và chỉ gây ra trong vòng vài phút, vì vậy người sử dụng thường lập lại hít ngửi nhiều lần trong vòng vài giờ đồng hồ. Điều nầy có thể gây ra nguyên do bất tỉnh và kể cả gây thành tử vong. Những nguy hiểm khác liên quan đến sức khỏe trong việc lạm dụng thuốc xông hơi là: làm hư hại nảo bộ, hư hại xương tủy, rụng tóc, nghẹt thở, đứng tim.

Khám phá sớm việc lạm dụng thuốc hơi rất quan trọng cho các bậc cha mẹ và người chăm sóc. Các dấu hiệu gồm có các mùi hôi hóa chất trong hơi thở và quần áo, dấu vết sơn dính trên da hay quần áo, giọng nói líu nhíu, biếng ăn, thiếu tập trung, ói mữa, và tỏ dấu bị lạc hướng.

Giáo dục giới trẻ về những nguy hại của các loại thuốc xông hơi là phần rất quan trọng trong việc ngăn ngừa việc sử dụng thuốc xông hơi.

**NHỮNG ĐIỀU CẦN SUY NGHĨ:**
- Giới trẻ thường nói rằng các em lạm dụng thuốc xông hơi vì giá rẽ và rất dể tìm.
- Các loại thuốc xông hơi là những vật chất thông dụng thường được lạm dụng và việc nầy có khả năng đem lại những kết quả đau thương.
- Các hóa chất độc có thể gây thiệt hại vài bộ phận của nảo bộ trong vai trò kiểm soát như khả năng học tập, sự chuyển động, thị giác và thính giác.

### CÁC BƯỚC CẦN LÀM:
- Nói với con em trong tuổi thiếu niên. Cho các em biết các dử kiện và những mong muốn của quý vị.
- Kiểm soát các loại thuốc xông hơi trong nhà.
- Chai sẻ những tin tức nầy với các bậc cha mẹ khác.
- Để biết thêm chi tiết, xin vào trang lưới điện toán www.inhalants.org