



الأمور التي يجب أن يعرفها الأهل والمرشدون والبالغون الموثوق بهم عن القنب

يجب أن تبلغ ٢١ عاماً من أجل شراء القنب (المعروف أيضاً باسم الماريجوانا والمخدرات والحشيش وغيرها) أو استخدامه أو امتلاكه في ولاية نيويورك. الأهل والبالغون الموثوق بهم: يمكنك التأثير على خيار الشباب أو الصغار البالغين في استخدام القنب إذ ليس من السابق لأوانه أبداً التحدث عن هذا الموضوع. حدثهم في وقت مبكر وبشكل متكرر وساعدهم على فهم التأثير السلبي لتعاطي القنب على القاصرين. يمكن أن يساعدهم دعمك على اتخاذ خيارات أكثر أماناً وصحة.

القنب والدماغ النامي

أظهرت الدراسات أن النمو الكلي للدماغ لا يكتمل حتى بلوغ سن ٢٥. وتشير الأبحاث إلى أن استخدام القنب يمكن أن يغيّر عملية بناء الروابط المهمة للانتباه والذاكرة والتعلم أثناء نموه. ويمكن أن يؤثر القنب أيضاً على نمو أجزاء الدماغ المسؤولة عن حكمنا واتخاذنا للقرار وعملها. ويمكن أن تؤثر هذه التغييرات سلباً على الأداء المدرسي علماً أن الاستخدام المزمّن المستمر له نتائج وخيمة أخرى. وقد يؤدي الاستخدام المتكرر للقنب من قبل الشباب أو الصغار البالغين إلى زيادة مخاطر الإصابة بمشاكل نفسية، بما في ذلك الاكتئاب والقلق والأمراض النفسية الخطيرة مثل الاضطرابات الذهانية. وأظهرت الدراسات أن البدء في تناول القنب في سن مبكرة والاستخدام المتكرر للنوع الذي يحتوي على نسبة أعلى من مادة رباعي هيدرو كانابينول من قبل الأشخاص الذين لديهم تاريخ عائلي يعرضهم للإصابة بأمراض عقلية خطيرة قد يزيد من هذه المخاطر.

تخزين منتجات القنب بشكل آمن ومسؤول

يعني التخزين الآمن والمسؤول لمنتجات القنب التأكد من وجودها في المنزل في مكان مغلق وبعيد عن الأنظار وعن متناول الأطفال (والحيوانات الأليفة). ومثل استهلاك منتجات القنب عن طريق الخطأ خطراً على الأطفال والحيوانات ويمكن أن يؤدي إلى التسمم أو الحاجة إلى رعاية طبية طارئة. إذا حدث تعرض غير مقصود - اتصل بمركز مكافحة السموم أو قم بزيارة قسم الطوارئ في المستشفى إذا لزم الأمر. اتصل بالطبيب البيطري فوراً إذا تناول حيوانك الأليف منتجاً يحتوي على القنب.



الأمور التي يجب أن يعرفها الأهل والمرشدون والبالغون الموثوق بهم عن القنب

إليك بعض النصائح بغية التحدث مع الشباب وصغار البالغين في حياتك

- ابدأ المحادثة مبكراً (عندما يطرحون الأسئلة لأول مرة) وقبل أن يفكروا في استخدامها.
- خطط لإجراء أكثر من محادثة واحدة - إن المحادثات القصيرة فعّالة أكثر. خُصّ محادثة عادية بدلاً من عقد اجتماع عائلي رسمي أو لقاء فردي.
- ابحث عن طرق طبيعية لطرح الموضوع - مثلاً القيادة بالقرب من مستوصف أو رؤية عرض على التلفزيون عن استخدام القنب.
- ركّز على الوقائع وكيف يمكن أن يؤثر القنب على نمو الدماغ.
- قم بتحضير "خطة هروب" مع أطفالك في حال عُرض عليهم استخدام القنب إذ يمكن أن يكون ضغط الأقران قوياً. لذلك، يمكن أن تساعدك الخطة في تجنب استخدامه واتخاذ خيارات أكثر صحةً. تحدث مع الشباب وصغار البالغين في حياتك حول ردة فعلهم إذا واجهوا قراراً بشأن تعاطي المخدرات أو الكحول، مثل إرسال كلمة مشفرة إلى أحد أفراد الأسرة. اعرض كلمة سر يمكن للشباب وصغار البالغين إرسالها إليك عبر الرسائل النصية عندما يواجهون موقفاً بشأن تعاطي المخدرات.
- كن على دراية بمواقفك وسلوكياتك - تقبل حقيقة أن هذه المحادثة قد تبدو محرّجة لكلاكما. وتذكر أنه من المرجح أن يستخدموا القنب إذا قمت بذلك. لذلك، حدد توقعاتك وقم بإبلاغها بوضوح.
- شجّع طرح الأسئلة، ولا تحكم على الآخرين، واستمع لأفكارهم.
- ابق هادئاً ودعهم يعرفون أنك موجود من أجلهم. إذا كنت تعتقد أن الشباب وصغار البالغين في حياتك قد يستخدمون القنب، فتأكد من أنهم يعرفون أنه يمكنهم دائماً اللجوء إليك أو إلى شخص آخر موثوق به، إذا كانوا بحاجة إلى شخص بالغ.

ما العمل إذا كان طفلك يستخدم القنب؟

- ابق هادئاً - فالمبالغة في رد الفعل قد تدفع الشباب إلى التمرد أو الشعور بالاستياء أو المخاطرة بشكل أكبر.
- تحدّث عن مخاوفك وقدم الحقائق والأسباب الإيجابية التي تكمن وراء رغبتك في التوقف عن استخدام القنب مركزاً على التأثير الذي يمكن أن يحدثه القنب على الدماغ النامي.
- في حال حيازتهم على رخصة قيادة، ذكرهم بعدم استخدام القنب والقيادة إذ يبطئ وقت رد الفعل والتنسيق الحركي وقد يكون من الخطير للغاية القيادة تحت تأثيره. إنه غير قانوني ويمكن أن يحصلوا على مخالفة "القيادة تحت التأثير" مما يعرضهم لمشاكل أكبر.



Office of Cannabis
Management

الأمور التي يجب أن يعرفها الأهل والمرشدون والبالغون الموثوق بهم عن القنب

لمزيد من المعلومات، اتصل بمكتب إدارة القنب

الموقع الإلكتروني cannabis.ny.gov

البريد الإلكتروني info@ocm.ny.gov

٥١٥١-٦٢٦-٨٨٨ (١-٨٨٨-٥١٥١) مكتب إدارة القنب - ٨٨٨-٨٨٨-٨٨٨ (رقم التلغون)



NYC Poison Control Center



cannabis.ny.gov