

N. Hyatt

N. Hyatt

ஒளி

ஒளி: 2

கதிர்: 1

- | | |
|---|----|
| 1. போதைவஸ்துகளும்
இளைஞர் சமுதாயமும் ... | 01 |
| 2. போதைப்பொருட்களின் தீமைகளும்
அவற்றைத் தடுத்தலும் ... | 04 |
| 3. போதைவஸ்தின் ஆரம்பமும்
அதன் விளைவும் ... | 08 |
| 4. போதையிலிருந்து மீளல் ... | 10 |
| 5. வேண்டாமென்று சொல்லுவோம் ... | 12 |
| 6. The Drug Problem ... அட்டையிலுள்ளே | |

காலாண்டு இதழ்

தை, மாசி, பங்குனி 1992

FORUT J/E,

Point Pedro.

11
DRL
RO 2500

RO
11

'ஒளி'

அன்புள்ள மாணவர்களே!

நீண்ட இடைவெளிக்குப் பின்னர் 'ஒளி' மீண்டும் பரவுகிறது. இதனைத் தொடர்ந்து பிரகாசிக்கச் செய்வது என்பது உங்கள் கைகளிலேதான் உள்ளது. உங்கள் ஆக்கங்களை கட்டுரையாகவோ, கவிதையாகவோ, நாடகமாகவோ எழுதி நேரத்தோடு 'ஒளி'க்கு அனுப்பி வைக்க வேண்டும்,

குடிவகை, போதைவஸ்துப் பிரச்சனைகளிலிருந்து இளஞ்சமுதாயத்தினரை விடுவித்து நல்லொழுக்க வழிகளிலீட்டுச் செல்ல 'ஒளி' வழிகாட்டும்.

சுற்றாடல் பாதுகாப்பு சம்பந்தமான விடயங்களில் 'ஒளி' அக்கறை காட்டும். சுற்றாடலைப் பற்றிய கட்டுரைகளையும் உங்களிடமிருந்து எதிர்பார்க்கிறோம்.

உங்கள் எழுத்தாற்றலை வளர்த்துக்கொள்ள 'ஒளி' தகுந்த ஒரு களமாக அமையும்.

'ஒளி'யில் குளித்துமகிழ உங்களை அழைக்கின்றோம். உங்கள் கருத்துக்கள், அபிப்பிராயங்களை எழுதுங்கள்.

இர. சந்திரசேகர சர்மா
ஆசிரியர்

'OLI'

Quarterly Devoted to Information Service on Alcohol and Drug Abuse Problems.

Published by: FORUT J/E, Thambachitty, Point Pedro.

Editor: R. Chandrasegara Sarma

Printers: Tamil Poonga Printers, Nelliady, KVD.

போதை வஸ்துக்களும் இளைஞர் சமுதாயமும்

யோ. சிறீதாசன்
வேலாயுதம் மகாவித்தியாலயம்

மனிதனால் உட்கொள்ளப்படும் போது அவனது உடலில், மனத்தில், நடத்தையில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்த வல்ல இரசாயனப் பொருட்களே போதைப் பொருள்களாகும். அபின், கஞ்சா, ஹெரோயின், மோர்பின், கொக்கெயின் எல்-எஸ்-டி, மதுபானம், புகையிலை என்பன போதைப் பொருள்களில் சிலவாகும். சில மருத்துவத் துறையில் நோயாளிகளுக்கு கொடுக்கப்படுகின்றன. இன்னும் சில எவ்வித நோக்கத்திற்காகவும் பாவிக்கப்படுவதில்லை. இவற்றினை உட்கொள்ளும் மனிதன் காலப்போக்கில் உளரீதியாகவும், உடல் ரீதியாகவும் அதில் தங்கி இருக்க வேண்டிய நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறான்.

போதைப் பொருட்களை மனிதன் உட்கொள்ளத் தொடங்கியதற்கு பல வகையான காரணங்கள் கூறப்படுகின்றன. ஒரு வகையான போலிக் கௌரவம் இப்பழக்கத்தை பழகிக் கொள்வதற்கு அடிப்படையாகின்றது. நண்பர்களுடைய தூண்டுதல்களினாலோ அல்லது நெருக்குதல்களினாலோ அல்லது இப்பொருட்கள் எத்தன்மையானது என்பது பற்றி அறிந்து கொள்ளும் ஆர்வத்தினாலோ ஒருவன் இப்பொருட்களை பயன்படுத்தத் தொடங்கியிருக்கலாம். மேலும் மனோரீதியான பிரச்சினைகளில் இருந்து தப்பிக் கொள்வதற்காகவும் அதாவது பல்வேறு நிலைப்பாடுகளினால் தோன்றும் கவலைகளை மறப்பதற்காகவும் இப் பொருட்களைப் பயன்படுத்துகின்றான். அண்மைக் காலத்தில் பல்வேறு காரணங்களுக்காக வெளிநாடுகள் சென்ற நம் இளைஞர்கள் இதற்கு ஆட்பட்ட நிலையில் நாடு திரும்பியுள்ளமையும் அவர்களது நெருக்கத்தினால் சிலர் இப்பொருட்களை உட்கொள்ளத் தொடங்கியுள்ளனர் என்பது அண்மைக்கால வைத்திய அறிக்கைகளில் இருந்து அறியக் கூடியதாக உள்ளது. வெளிநாட்டு உல்லாசப் பிரயாணிகளின் வருகையும் இந்நிலைமைக்கு காரணமாகும்.

ஐரோப்பிய நாடுகளிலே கால் கொண்ட ஆனால் ஆசிய நாடுகளுக்கு பொருந்தாத நாகரிகம் என்ற பெயரிலே உருவான அநாகரியச் சூறாவளி ஆசியமக்களை வெகுவாகப் பர்த்தித்துள்ளது. அது கலாச்சாரத் துறையிலே ஏற்பட்ட பெருந்தாக்கம். ஆனால் ஹெரோயின்

முதலான போதைவஸ்துப் பொருட்கள் கீழைத்தேய நாடுகளில் ஏற்படுத்தியுள்ள தாக்கங்கள் பாரதூரமானவை. நகர்ப்புறங்களில் உள்ள பணக்கார வர்க்க இளம் சந்ததியினரிலே தொற்றிய இந்த நோய்கிராயப் புறங்களிலுள்ள மத்தியதரக் குடும்பங்களை சார்ந்த இளம் சந்ததியினரைக்கூட பெருமளவு பாதித்துள்ளமையை புள்ளி விபரங்கள் பறைசாற்றுகின்றன, இப்பழக்கமானது காட்டுத்தீபோல வெகுவிரைவாக பரவுகிறது. இதனால் மாற்றவே முடியாத உடல் நோயும், உள நோயும் கொண்ட ஓர் வருங்கால சந்ததி தட்டுத்தடுமாறி தோற்றம் பெற்றுக்கொண்டிருக்கிறது.

இப் பொருட்களை பயன்படுத்துவதினால் பல்வேறு வகையிலான தாக்க விளைவுகள் உருவாகின்றன. இப்பொருளுக்கு அடிமையாகி விடுவதால் உளவியல் ரீதியாகவும், உடல் ரீதியாகவும் பலர் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். சில சமயங்களில் குடும்பப் பிரச்சனைகள் உருவாகி வாழ்க்கையில் விரக்தி ஏற்பட்ட நிலையில் பலர் தற்கொலை செய்துள்ளனர். இதன் பயன்பாடு அதிகரிக்கும் போது எமது கலாச்சார விழுமியங்கள் அர்த்தமற்றவையாகிவிடுகின்றன இப்பொருளைப் பாவித்த நிலையில் வாகனங்கள் செலுத்தும் போது அவை விபத்துக்கு உள்ளாகின்றன. அளவுக்கு அதிகமாக உட்கொள்வதால் பல்வேறு நோய்களும் மரணங்களும் உண்டாகின்றன. யாழ்ப்பாண போதனா வைத்தியசாலையின் அறிக்கையின்படி புற்றுநோய்கள் ஏற்படுவதற்கு இவையே காரணம் என அறியக்கிடக்கிறது.

இப்பிரச்சினைக்குத் தீர்வு காணவேண்டிய பொறுப்பு உளவியல் அறிஞர்கள், சமயத் தலைவர்கள், அரசியல்வாதிகள் முதலியோரைச் சார்ந்தது. முதலிலே இளந்தலைமுறையினரின் இத்தகைய போக்குக் காரண உண்மையான காரணங்களை அவர்களுடன் மனம்விட்டு கலந்துரையாடி அறிந்துகொள்ளவேண்டும். அவர்கள் கூறும் காரணங்கள் அவர்களுடைய திருப்தி ஆன்மைக்கு பொருத்தமானவையாக அமைந்தால் அதற்கு ஏற்ற தீர்வுகள் வழங்கப்படவேண்டும். கோரிக்கைகள் நியாயம் அற்றவை எனில் அவர்களுடைய உள்ளங் ஈர்க்கத்தக்க வகையிலே புத்திமதிகள் ஆலோசனைகள் வழங்கப்பட வேண்டும். மேலும் கீழைத்தேய நாடுகளில் கவர்ச்சியான வியாபாரமாக அமைந்துள்ள போதைவஸ்துப் பொருட்களது வியாபாரத்துக்கு பூண்டோடு முடிவுகட்டவேண்டும் இவ்வியாபாரத்தில் ஈடுபட்டுள்ள இதயம் அற்ற மலிதர்களுக்கு பயங்கரமான தண்டனைகள் வழங்கப்படவேண்டும்.

மேலும் போதைவஸ்துப் பொருட்களால் ஏற்படக் கூடிய தீமைகளை வெகுசனத் தொடர்பு சாதனங்கள் பெருமளவில் முக்கியத்துவம் கொடுத்து விளம்பரப்படுத்த வேண்டும். இத்தகைய முயற்சிகள் நகர்ப்புறங்களில் மட்டுமல்ல பட்டி தொட்டி எங்கும் மேற்கொள்ளப் படுதல் வேண்டும்.

அண்மைக் காலங்களில் இதன் பாவனை அதிகரித்துவருவதால் இதைத்தடை செய்யவேண்டியது மனிதாபிமானமுள்ள ஒவ்வொருவரின் கடமையாகும். இத்தீய பழக்கத்தில் பொழுதுபோக்குதல் தவிர்ந்து மாற்றீடான பொழுது போக்கு வசதிகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். சமயம், சமூக சேவை, விளையாட்டு, நாடகம், இலக்கியம் என்பவற்றில் தீவிரமாக ஈடுபடுதல் வேண்டும்.

பாடசாலைகளில் இது சம்பந்தமான போதனைகளுக்கு முக்கியத்துவம் அளித்தல் வேண்டும். இப்பொருட்களை உட்கொண்டு பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு புனர்வாழ்வு நடவடிக்கைகள் எடுக்க வேண்டும். சமுதாயம் நல்ல முறையில் வழி காட்டப்படுவதற்கு நாம் ஒவ்வொருவரும் கடப்பாடு உடையவர்கள் என்பதை உணர்ந்து செயலாற்ற வேண்டும்.

ஆனால் கிட்டத்தட்ட ஒரு தசாப்தமாக இப்பிரச்சனை வளர்ந்து வருவதை அவதானிக்கமுடிகிறது. அரசாங்கமும் சமயத்தலைவர்களும் பெருமுயற்சிகளில் ஈடுபட்டு வருவதை நாம் அறிய முடிகிறது. இலங்கையில் உல்லாசப் பயணிகளின் வருகையில் ஏற்பட்டவீழ்ச்சி அதாவது உல்லாசப் பிரயாணிகள் என்ற போர்வையில் வருவோரின் வீழ்ச்சியினால் இக்கொடிய நோய் சற்று ஆறிவருவதாக அவதானிக்க முடிகிறது. இளைஞர்களாகிய நாம் இந்தப் பாழான பழக்கத்தின் தீமைகளை நன்றாக உணர்ந்து, நாம் வருகால சமுதாயத்தின் சிருட்டிகர்த்தாக்கள் என்பதை உணர்ந்து, இதனைத் தவிர்க்க ஒன்றுபடுவோம் எனத் திடசங்கற்பம் செய்வோமாக.

போதைப் பொருட்களின் தீமைகளும் அவற்றைத் தடுத்தலும்

— செல்வி. சூ. ஜெஸ்ரீனா புஷ்பவதனி
(மெதடிஸ்த பெண்கள் உயர்தர பாடசாலை)

■ தீயநிலைகள், ரேடியோக்கள், தொலைக்காட்சிகள், எல்லாமே இக்கால கட்டத்தில் ஒன்றையே அறிவித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. பெற்றோர்களே! உங்கள் பிள்ளைகள் விஷயத்தில் சிறிது கவனமாக இருங்கள். நாட்டிற்குள் போதைவஸ்துக்களின் பழக்கம் இளம் சமூகத்தினரிடையே வேகமாகப் பரவிக்கொண்டிருக்கிறது. சமய குருமார்கள், போதகர்கள், பிக்குகள் வாராவாரம் வணக்க ஸ்தலங்களில் போதைவஸ்துக்களின் தீமைகளைப் பற்றி மக்களுக்கு பிரசங்கங்கள் நடத்துகின்றனர். எங்கள் இளம் சமூகத்தினரை உயிருடன் அழிக்கும் இப்போதை வஸ்துக்களின் ஊடுருவல்களிலிருந்து காப்பதற்காக அரசாங்கமேலதிகாரிகள் போதைவஸ்துக்களைப் பற்றி ஆராய்கின்றனர். போதைப்பிரியர்கள் பலர் கைது செய்யப்பட்டு தண்டிக்கப்படுகிறார்கள். இவ்வாறு பல முயற்சிகளை ஒவ்வொரு நாடும் மேற்கொண்டு வருகின்றபோதிலும் போதைவஸ்து எனும் கொடிய அரக்கனை முற்றாக அழிக்க முடியவில்லை.

இலங்கையில் போதைவஸ்துப் பாவனையும் அதனால் பாதிக்கப்படும் இளம் சந்ததியினரின் எண்ணிக்கையும் நாளாந்தம் அதிகரித்துக்கொண்டே செல்கிறது. கொழும்பு, கண்டி போன்ற நகரங்களில் நூற்றுக்கணக்கான இளைஞர்கள் மருத்துவமனைகளில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளனர். யாழ்ப்பாணத்தில் அண்மையில் முப்பதிற்கும் மேற்பட்ட போதைவஸ்து நோயாளர்கள் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டனர். இது மேலும் வளர்ந்து செல்கிறது.

அமெரிக்க இராணுவ வீரர்களில் 10 முதல் 11 சதவீதம் பேர் குடிவெறியர்கள், போதை மருந்து சாப்பிடும் பழக்கமுடையவர்கள் என்பது விசாரணைகளில் இருந்து தெரியவந்துள்ளது. ஒருநாள் இந்த போதை பழக்க முடையவர்களில் யாராவது ஒருவன் அணு ஆயுதத்தை வெடிக் கச்செய்யும் “பட்டனை” அமுத்தி விட்டால் என்ன செய்வது? இவ்வாறு அச்சம் தெரிவித்துள்ளது அமெரிக்க இராணுவத்துறையில் தணிக்கைப் பிரிவின் அறிக்கை ஒன்று. அதே வேளையில் அமெரிக்கா

வில் உள்ள பாடசாலை மாணவர்களில் 60% பேர் போதைவஸ்துப் பாவனைக்கு அடிமையாகி உள்ளனர் எனும் திகிலூட்டும் செய்தியை அமெரிக்க ஆங்கில சஞ்சிகை ஒன்று வெளியிட்டுள்ளது. இவர்களில் 15 வயதிற்கும் 18 வயதிற்கும் இடைப்பட்டவர்களே அதிகம். அமெரிக்க பாடசாலை மாணவர்கள் மத்தியில் போதைவஸ்துப் பாவனையாளர்கள் தொடர்பாக நடத்தப்பட்ட ஆய்வொன்றில் இத்தகவல் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. 18 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களில் 40 சதவீதத்தினர் போதைப் பொருள் பாவிப்பவர்களாக இருந்தனர், எக்காரணம் கொண்டும் போதைவஸ்துப் பாவனையை கைவிட முடியாத நிலையில் 20 சதவீதமான மாணவர்கள் காணப்பட்டனர். போதை வஸ்துக்களுக்கு அடிமையாகும் 20 சதவீதமானோரை பெற்றோர்கள் திருத்தி விடுகின்றனர் என்றும் 30 சதவீதமானோரை திருத்துவதற்கு உள்ள ஒரே இடம் பாடசாலை என்றும் அந்த ஆய்வின் முடிவில் கருத்துத் தெரிவிக்கப்பட்டது.

எனவே இலங்கையைப் பொறுத்த மட்டில் எமது பாடசாலை மாணவர்களை அக் கொடிய நோயிலிருந்து பாதுகாக்கப் பெற்றோரும், ஆசிரியர்களும் முன்வரவேண்டியது இன்றைய அவசிய தேவை ஆகும்.

1988-ம் ஆண்டு தென்கொரியாவின் தலைநகரான ஸோலில் நடைபெற்ற ஒலிம்பிக் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டு, போதைப் பொருளை உட்கொண்டு உலக சாதனை ஒன்றை நிலைநாட்டி தங்கப் பதக்கம் பெறும் அருகதைபெற்ற கனடாவைச் சேர்ந்த ஒலிம்பிக் வீரன் பென் ஜோன்சனை உலகம் இம்முறை சந்தித்திருக்கிறது.

போதைப் பொருள் உட்கொள்ளும் உலக மாணவர்களைப் பற்றி உலக சுகாதாரநிறுவனம் அண்மையில் வெளியிட்டுள்ள ஓர் அறிக்கை இப்படிக் கூறுகிறது. 1 சதவீத ஆஸ்திரிய மாணவர்களும், 1.5 சதவீத சுவீட்சலாந்து மாணவர்களும் 5.7 சதவீத சுவீட்சலாந்து மாணவர்களும் கொக்கேயின் உபயோகிக்கின்றனர். உலகில் மொத்தமாக 17.6 இலட்சம் பேர் அபின் உபயோகிக்கின்றனர். 7.5 இலட்சம் பேர் ஹெராயின் எடுப்பவர்கள். 23 இலட்சம்பேர் ஆம்பிடாமெனும் 34 இலட்சம்பேர் பார்பிட்யூரேட்டும் உபயோகிக்கின்றார்கள். இக்கணக்கு விபரங்களில் அடங்குபவர்கள் சிகிச்சைக்கு வந்தவர்களும், நீதிமன்ற நடவடிக்கைகளுக்கு உட்பட்டவர்களுமாவர். வெளியே தெரியாதவை

எவ்வளவோ? இவ்வாறு உலகம் முழுவதும் போதைப் பிரியர்களின் பாவனை பெருமளவில் அதிகரித்துள்ளது.

போதை வஸ்துப் பாவனையால் நரம்புத்தளர்ச்சி, மூளை நரம்புகள் பாதிக்கப்படுதல், இருதய பலவீனம், கவாசப்பை கெடுதல், இரத்தத்தில் நஞ்சு ஊறுதல் மூளைக்கோளாறு போன்றன ஏற்படுகின்றன. மிக விரைவான மரணத்திற்கு போதைவஸ்துப் பாவனை வழி வகுக்கின்றது. போதைவஸ்துப் பாவனையில் அதிகம் ஈடுபடுகிறவர்கள் இளைஞர்கள், மாணவர்களாகவே இருப்பதாக சமூக சுகாதார ஆய்வு நிறுவனங்கள் சுட்டிக்காட்டி உள்ளன. இதில் இவர்கள் கூட்டமாகவே ஈடுபடுகின்றனர். இதனால் சுலபமாகவே சமூக விரோதச் செயல்களுக்கும், வரையறையற்ற பாலுறவு நடைமுறைகளுக்கும் ஆளாகி விடுகின்றனர். கொலை, கொள்ளை, சிக்கிரவதைகளை மனம் கூசாது போதை தலைக்கேறிய நிலையில் கொடுமாகச் செய்யவும் தூண்டப்படுகின்றனர். அண்மைக் காலங்களில் இடம் பெற்ற கொள்ளைகளின் போது செய்யப்பட்ட சித்திரவதைகளுக்கும், கொலைகளுக்கும் போதைவஸ்துப் பாவனை ஒரு பிரதான பங்கு வகித்திருப்பதை மக்கள் அவதானித்துள்ளனர்.

இப்போதைகவஸ்துப் பாவனையின் உச்சக்கட்ட நிலையாகவே மனிதனை கொல்லும் 'எய்ட்ஸ்' நோய் நம் இளம் சந்தகியிடையே உலகம் பூராவும் பாவி வருகின்றது. எய்ட்ஸ் நோயின் விளைநிலமே போதைவஸ்துப் பாவனையும், முறையற்ற பாலுறவும், விபச்சாரமுமே யாகும்.

உயிர் கொல்லிநோயான 'எய்ட்ஸ்' நோய்க்கும் காசநோய்க்கும் (ரி.பி.) நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு என விஞ்ஞானிகளின் அண்மைக் கால ஆய்வுகளிலிருந்து கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. பிற நோய்த் தொற்றுகளிலிருந்து உடலை பாதுகாக்கும் சக்தியை உடல் இயற்கையாகவே கொண்டிருக்கும். ஆனால் இத்தகைய காசநோயால் பீடிக்கப்பட்டவர்களின் மூன்றில் ஒரு பகுதியினர் தொற்று நோயை எதிர்க்கும் சக்தியினை இழந்து விடுகின்றனர். இத்தகைய தன்மை எய்ட்ஸ் நோயின் ஆரம்ப அறிகுறி என கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. எய்ட்ஸ் முதலிய நோய்களுக்கு ஆளாகுபவர்கள் இந்த சக்தியை இழந்து விடுவதால் பல்வேறு நோய்களுக்கு ஆளாகி இறக்கின்றனர். போதை வஸ்து பாவிப்பவர்கள் அல்லது ஊசி மூலம் போதை ஏற்றிக் கொள்

பவர்கள், தன்னினச் சேர்க்கையில் ஈடுபடுபவர்கள்தாம் பெரும்பாலும் பிறநோய்த் தொற்றுக்களை எதிர்த்துப் போராடும் உடலின் வலிமையை இழக்கின்ற நோய்களுக்கு ஆளாகின்றனர்,

அமெரிக்காவில் எய்ட்ஸ் தீவிரமாக பரவியுள்ளது. அமெரிக்காவில் மாத்திரம் 15 இலட்சம் எய்ட்ஸ் நோயாளிகள் உள்ளனர். இவர்கள் உலகெங்கிலுமுள்ள மொத்த எய்ட்ஸ் நோயாளிகளில் ஏறக்குறைய 1/2 பங்கினராவர். இவர்களில் அனேகமானவர்கள் நடுத்தரவயதுடைய வர்களாவர். இவ்வாறாக உலகம் முழுவதும் பரவி வரும் எய்ட்ஸ் நோயைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கு அமெரிக்கா, ரஸ்யா போன்ற நாடுகள் பெரும் முயற்சி எடுக்கின்றன. அமெரிக்காவின் நான்கு மருத்துவக்கல்லூரிகளைச் சேர்ந்த ஆராய்ச்சியாளர்கள் எய்ட்ஸ் நோய்க்கான பகிய மருந்தைக் கண்டுபிடித்துள்ளார்கள். இம் மருந்து எய்ட்ஸ் நோயை பூரணமாக கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை எனினும் கிருமிகளின் பெருக்கத்தை குறைக்கப் பயன்படுகிறது. ரஸ்யாவும் எய்ட்ஸ் எதிர்ப்பு வக்சீன்களை உருவாக்கியுள்ளது. இதுவும் எய்ட்ஸை முற்றாக ஒழிக்க பயன்படவில்லை. ஆனால் தங்களால் எய்ட்ஸ் நோயை அழித்து ஒழித்து விடமுடியும் என்ற நோக்கில் பல ஆராய்ச்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன. எனினும் இதுவரை காலமும் எய்ட்ஸை முற்றாக ஒழித்துவிடமுடியவில்லை.

போதைப் பொருள் பிரியர்கள் தமக்கு வேண்டிய போதையை ஊசிமூலம் போதையேற்றிக் கொள்வதன் காரணமாகவே மேல் நாடுகளில் எய்ட்ஸ் நோய் பரவிவருகிறது.

போதைப் பிரியர்களை நல்லவர்களாகத் திருத்தி எடுக்கும் இயக்கம் ஒன்றை பிரிட்டிஷ் முடிக்குரிய இளவரசர் சால்ஸ்வின் மனைவி டயானா ஆரம்பித்திருக்கிறார். அவருடைய இந்த இயக்கத்துக்கு பொப்-இசைப் பாடகர்களின் ஒத்துழைப்பு கிட்டியிருக்கிறது. இந்த பொப்பிசைப் பாடகர்களில் பலர் போதைப் பிரியர்களாகவிருந்து பலத்த கஷ்டங்களின் பின் திருந்தியவர்களாவர். தங்கள் ரசிகர்களுக்கு தங்கள் பழைய வாழ்க்கையைத் தெளிவு படுத்தி அவர்களை போதை வசப்படாமல் பார்த்துக்கொள்ள அவர்கள் துடிக்கிறார்கள். இவ்வாறாக போதைவஸ்துப் பாவனையை ஓரளவு கட்டுப்படுத்துகிறார்கள்.

இலங்கையில் போதைப்பிரியர்களினால் அதிகமாகப் பயன்படுத்தப்படும் போதைப் பொருள் ஹெரோயின் ஆகும். இப்போதைப் பொருளை சில சிறார்கள் கைவசம் வைத்திருந்தால்கூட மரண தண்டனை விதிக்கும் கடுமையான சட்டம் இலங்கையில் அமுலாக்கப்பட்டுள்ளது. இலங்கையில் மட்டும்ல்ல உலகின் பெரும்பாலான நாடுகளில் போதைப்பொருள் தொடர்பாகக் கடுமையான சட்டங்கள் அமுலில் உள்ளன. போதைப் பொருள் என்றாலேயே மக்கள் குறிப்பாக பெற்றோர் அலறிவிடும் வகையில் வெகுசன தொடர்பு சாதனங்கள் ஊடாக பெரும் பிரச்சாரம் செய்யப்பட்டுவருகிறது. ஆனால் ஒன்று போதைப் பொருட்களுக்கு எதிராக இவ்வளவு பரபரப்பாக நடவடிக்கைகள் உலகெங்கும் எடுக்கப்பட்டு வந்தாலும்கூட போதைப் பொருள் உற்பத்தி குறைந்ததாகத் தெரியவில்லை. இவற்றில் மயங்கிக் கிடப்பவர்களின் எண்ணிக்கை வருடா வருடம் உயர்ந்துகொண்டே தானிருக்கிறது.

★

போதைவஸ்த்தின் ஆரம்பமும் அதன் விளைவும்

செல்வீ ராஜ்ஸ்ரீ ராஜதுரை

ஆண்டு 11 - மெதடிஸ்த் பெண்கள் உயர்தர பாடசாலை

மேலைத்தேச கலாச்சாரம் மிகுந்து விட்ட நமது நாட்டிலே போதைவஸ்து என்ற சிலந்திவலை ஒன்று பின்னப்பட்டு வருகின்றது. பலர் இதை உலக சமுதாயத்தின் வெடிசூண்டு என வர்ணிக்கிறார்கள். எவ்வளவு கல்வீ அறிவு உடையவர்கள் ஆயினும், கல்லாதவர்கள் ஆயினும் இப் பழக்கத்திற்கு அடிமை ஆகிவிடுகின்றனர். இவர்கள் எப்படி இதை ஆரம்பிக்கிறார்கள்? சிலர் தெரிந்தோ தெரியாமலோ பாவித்து விட்டு அதனை விடமுடியாமல் இப் பழக்கத்தை ஆரம்பித்தவர்களும், சிலர் தமது கல்லூரி வாழ்க்கையிலும், வேறுசிலர் அலுவலகங்களில் நண்பர்களின் தூண்டுதலால் ஆரம்பித்தவர்களும் எத்தனையோபேர் இப் போதை வஸ்தை பாவிக்கிறார்கள்.

போதைவஸ்து பாவிக்க காரணம் என்ன? என்ற கேள்வி எழும் போது தமது வாழ்க்கையில் கிடைத்த தோல்விகளையும், இழப்புகளையும், கசப்பான நிகழ்வுகளையும் மறப்பதற்கவும், சிலர் குடும்ப பிரச்சனை

காரணமாகவும், இன்னும் சிலர் நோய்களை தாங்க முடியாத நிலையிலும் பாவிக்க முயல்கிறார்கள். அமெரிக்க நாட்டு சிறுமி ஒருத்தி தமது நாட்டில் போதைவஸ்து பாவிப்பது ஒரு நாகரிகம் எனக் கூறுகிறாள். இன்னொரு வகையினர் விளையாட்டுப் போட்டியில் பரிசுகளைப் பெறுவதற்காகவும் இதனை ஒரு வழியாக கருதுகின்றனர். உதாரணமாக ஒலிம்பிக் போட்டியில் பென்ஜோன்சன் ஓட்டப்பந்தயத்தில் முதலாவது இடம் பெற்று தங்கப்பதக்கம் பெற இருந்த சமயத்தில் போதைவஸ்து பாவித்தது தெரிந்து அவரை விலக்கியது. இதேபோல இந்த ஆண்டு நடைபெற்ற ஒலிம்பிக் போட்டியிலும் அமெரிக்க வீரர் ஒருவர் போதைவஸ்து பாவித்தது தெரிந்து அவருக்குரிய தங்கப்பதக்கம் பறிக்கப்பட்டது.

இவ்வாறான நடவடிக்கைகளினால் மூத்தோர்கள் சிறுவர்களுக்கு வழிகாட்டுவதனால் காலப்போக்கில் இவர்களும் இதற்குத் தூண்டப்பட்டு தவறான நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டு தங்களைத் தாங்களாகவே அழித்து விடுகின்றனர். எப்படியாயினும் போதைவஸ்து நாட்கள் செல்லச் செல்ல அவரை முற்றாக ஆக்கிரமித்து சின்பு சிந்திக்க முடியாத அளவுக்கு மேலும் மேலும் அதனை பாவிப்பதால் மீள முடியாத நரகத்துக்கே போய்விடுகின்றார். நாட்கள் செல்லச்செல்ல அது அவனையே அழித்து விடுகின்றது. சின்பு அவனுடைய குடும்பம் சமூகம் எல்லா வற்றையுமே பாதிப்பு அடையச் செய்கிறது.

பெற்றோரின் போதைவஸ்துப் பாவனையால் வீட்டில் சண்டையும், வீண் சச்சரவுகளும் நிலவும். இதனால் பிள்ளைகளின் வளர்ப்புச் சூழல் பாதிப்படைவதனால் இவர்களின் கல்வி, பண்பாடு, ஒழுக்கம் கலாச்சாரம் எல்லாவற்றிலும் ஒரு சீர்கேடு காணப்படும். இதனால் நாட்டிற்குத் தேவையான வளம் ஒன்று வீணாகக்கப்பட்டு விடும். கொலம்பியா நாட்டில் போதைவஸ்துக் குடும்பம் ஒன்று அரசாங்கத்திற்கு எதிராகவே இயங்கிக்கொண்டு இருக்கின்றது. இந் நாட்டு அரசாங்கத்தால் இதை எவ் வழிகளிலும் கட்டுப்படுத்த முடியாமல் இருக்கின்றது.

பொதுவாக ஒரு சமூகத்தை எடுத்துக் கொண்டால் அது இவர்களை அச் சமூகத்தில் அங்கம் வகிக்கத்தகுதி அற்றவர்களாகவே கருதி அவர்களை ஒதுக்கி விடும்.

போதையிலிருந்து மீள்



போதைப் பொருட்களை ஒரு முறை உபயோகித்தால் கூட அதற்கு அடிமையாகிவிடுவோம் எனச் சிலர் நினைக்கிறார்கள். அது தவறானது. பெரும்பாலும் முதல் பாவனை ஏமாற்றத்தையே கொடுக்கும். தலைச்சுற்று வாந்தி போன்ற அசௌகரியங்கள்தான் ஏற்படும். ஆனால் நண்பர்களின் தூண்டுதல்களும், புதிய சந்தர்ப்பங்களும் போதைப் பொருட்களை மீண்டும் மீண்டும் உபயோகிக்கத் தூண்டி, சின் அடிமையாக்கிவிடும்.

இதேபோல், போதைப் பொருட்களுக்கு அடிமையானவர்கள் அதிலிருந்து ஒரு போதும் மீளமுடியாது எனவும் பலர் நம்புகிறார்கள். இதுவும் தவறானதே.

போதைப் பொருள் பாவணையைத் திடீரேன நிறுத்தினாலோ அல்லது அதன் அளவைக் குறைத்தாலோ, பல உடல் ரீதியான அசௌகரியங்கள் ஏற்படவே செய்யும்.

ஆதீத வியர்வை, பசியின்மை, உடல் மெலிதல், நித்திரையின்மை, மனப்பதற்றம், பேச்சுத் தடுமாற்றம், ஓங்காளம், சத்தி, கைநடுக்கம், வயிற்றோட்டம், நாசி கண் ஆகியவற்றிலிருந்து நீர் வடிதல், தசைப்பிடிப்பு, பார்வை மங்கல் போன்ற அசௌகரியங்கள் தோன்றும்.

அத்துடன் போலியான பரவசத்தைக் கொடுக்கும் போதைப் பொருளைத் தவிர்ப்பது முடியாது என்பது போன்ற மனோவியல் தாக்கமும் ஏற்படவே செய்யும். ஆனால் போதைப் பொருளை நிறுத்த வேண்டும் என்ற திடமான முடிவும், துணிந்த மனமும், கைகொடுக்கும் மருத்துவ உதவிகளும் இருந்தால் நிச்சயம் கைவிட்டுவிடலாம்.

சிறிது சிறிதாக நிறுத்தலாம் என்று நினைத்தால் முடியாது; ஓரேயடியாகக் கைவிட்டுவிடவேண்டும். இனிமேல் போதைப் பொருட்களை எச்சரித்தபத்திலும் எடுப்பதில்லை என்ற உறுதியான தீர்மானத்தையும் எடுக்க வேண்டும்.

மீள அடிமையாவதைத் தடுத்தல்

போதையிலிருந்து மீண்டவர் மீண்டும் அதனை நாடாது பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். பழைய சூழலையே மாற்றிவிட வேண்டும். பழைய நண்பர்கள், பழைய சுற்றாடல், பழைய தொழில் போன்றவற்றை அடியோடு மாற்றவேண்டும்.

ஒரு புதிய வாழ்க்கை முறையை அவருக்கு அறிமுகப்படுத்த வேண்டும், புதிய நண்பர்களையும் புதிய பொழுது போக்குகளையும் அறிமுகப்படுத்த வேண்டும்.

அவரைத் தனிமைப்படுத்தி விடக்கூடாது. சந்தோஷமாக வைத்திருக்க வேண்டும் அவர் விரும்பத்தகாதவர் அல்ல, சமூகத்திற்கு வேண்டியவர் என்ற உணர்வை ஊட்டவேண்டும், அவரை ஓய விடக்கூடாது. சமூகத்தொண்டிலோ, அவருக்கு ஆர்வமுள்ள சமயம், இலக்கியம், நாடகம், விளையாட்டு போன்ற துறைகளிலோ ஈடுபடச் செய்ய வேண்டும்.

இதனால், தான் வேண்டப்படாதவர் அல்ல என்ற உணர்வும் தனது சேவை மற்றவர்களுக்குத் தேவை என்ற எண்ணமும், மனத்திடமும் ஏற்பட்டு அவர் போதைப் பொருட்களை மீண்டும் நாடுவதைத் தவிர்த்து விடும்.

எனவே போதையைத் தவிர்ப்பது மாத்திரமின்றி, அதற்கு அடிமையானவர்களை அதிலிருந்து மீட்பதும், மீள அடிமையாவதைத் தடுப்பதும்கூட முக்கியமானவைதான்.

இவ்விடயத்தில் எம் எல்லோரதும் மனமார்ந்த அயரா முயற்சி தமிழினத்தை அழிவுப்பாதையிலிருந்து காப்பாற்றி, முன்னேற்றப்பாதையில் காலடி வைக்க உதவும்.

நன்றி: டொக்டர் M. K. முருகானந்தன்
(போதையைத் தவிருங்கள்)



போதை மருந்து என்றால் என்ன?

சீர்கெட்டிருக்கும் உடல் நலத்தை சரி செய்ய வேண்டி, மருத்துவர்களால் உபயோகிக்கப்படும் சந்தர்ப்பங்களைத் தவிர, ஒருவர் மருந்துகளைத் தானாகத் தேவையின்றி உபயோகிக்கத் தொடங்கும் போது உயிர், உடலைக் காக்க வேண்டிய மருந்து, அவரைப் புதைச் சேற்றில் அழுத்தும் 'போதை மருந்தாகிறது.

போதை மருந்தை ஏன் உபயோகிக்கிறார்கள்?

சில முக்கிய காரணங்கள்:

- 1) அது என்ன என்கின்ற ஆர்வம்.
- 2) எடுத்தால் இன்பம் தரும் என்கின்ற நம்பிக்கை.
- 3) அடுத்தவரின் நிர்ப்பந்தம்
- 4) வாழ்க்கையில் ஒரு சலிப்பு, வீரக்தி.
- 5) தன்னை யாரும் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளவில்லை என்கின்ற ஏக்கம்.
- 6) கனவுகள் நனவாகாத ஏமாற்றம்.
- 7) அதிகமான பணப் பழுக்கம்
- 8) சிரமமில்லாமல் போதை மருந்துகள் கிடைக்கும் வாய்ப்பு.
- 9) உடல் மனம் அதற்கு அடிமையாகிவிட்டதால் தொடரவேண்டிய கட்டாயம்.

போதை மருந்துகளை 5 வகைகளாகப் பிரிக்கலாம்; அவை:

- 1) மத்திய நரம்பு மண்டலத்தின் இயக்கங்களைத் தூண்டிவிடுபவை (உதாரணம் — ஸ்பீட் எனப்படும் மாத்திரை வகைகள், கொக்கேன், நிக்கோடின்)
- 2) மத்திய நரம்பு மண்டலத்தின் இயக்கத்தை மட்டுப்படுத்துபவை. (உதாரணம் — தூக்க மாத்திரைகள், 'குடி')
- 3) பிரமை உண்டாக்குபவை. (உதாரணம் — எல். எஸ். டி. மாத்திரைகள், சில காளான் வகைகள்.
- 4) ஒருவகை மிதப்பைத் தருபவை. (உதாரணம் — கஞ்சா)
- 5) வலி குறைக்க உதவுபவை. (உதாரணம் — ஓபியம், பெத்தடின், ஹிராயின், ப்ரவுன் சுகர்)

ஆதாரம்: 'அக்னி', 'அடெப்ட்'

21, திரீம்ஸ் லேன்

சென்னை 600 006

THE DRUG PROBLEM

Many substances are classified as drugs.

Alcohol, Tobacco, Cannabis (Ganja), Heroin, Sleeping pills, Caffeine—they are all drugs. Some are more popular than others, some are considered socially acceptable, some are used for medical purposes, some are illegal. They all affect the body and the mind.

For the purpose of this booklet, however, we are talking about drugs used illegally, such as Heroin, Cannabis and legal drugs which are abused like Tranquillisers, Amphetamines etc. You might think that most teenagers abuse drugs. Well, that is really not so.

According to a recent schools survey in a particular semi-urban district in Sri Lanka only 01 out of 100 students of the age group 13-18 said they had tried drugs like Cannabis (Ganja) or Heroin at least once.

Most of the students surveyed are aware of the dangers of drugs and also think smoking Cannabis (Ganja) or taking Heroin is harmful and do not approve of those who use them, even occasionally.

Adolescence, as we all know is a period of physical transition to maturity, when attitudes, values and behaviour patterns can change and it can be a difficult period.

Often it's a time when attitudes towards parents may change and children may not get on with their parents.

There are also many pressures from parents, from friends, and at school.

They have to cope with anxiety, stress and tension of exams, of finding jobs and face conflict situations.

It is a period of change when many choices must be made and decisions taken.

And at a time when exams and jobs can be major problems, there is also frustration and boredom.

All of which means that when someone, perhaps a friend, offers a child something which is supposedly "fun" or "help you to forget worries" and "everyone else is taking it", the pressures and curiosity are so great they may try it themselves

பூமி மனிதவாழ்வுக்கு பொருத்தமற்றதாகிவிடும்

உலக சூழல் மாசடைவதால் இன்னும் சில நூற்றாண்டுகளில் இந்தப் பூமி மனித வாழ்வுக்குப் பொருத்தமற்றதாகிவிடும் என்று ஐ. நா. நிபுணர்கள் எச்சரிக்கை செய்துள்ளார்கள்.

தொழிற்சாலைகளிலிருந்தும், உற்பத்தி நிலையங்களிலிருந்தும் தினமும் வெளியாகும் நச்சு வாயுக்கள் வாயுமண்டலத்தில் கலந்து மாகபடுத்துவதனால் பூமியின் வெப்பநிலை கூடுகிறது. இதனால்தான் இந்த மாற்றம் ஏற்படுமென்று கூறப்படுகிறது.

காடுகள் அழிக்கப்படுவதனாலும் வளிமண்டலத்தில் காபனீரொட்சைட்டின் அளவு அதிகரிக்கின்றது.

இவ்வாறெல்லாம் பூமி வெப்பமடைவதனால் வருங்காலத்தில் பூமியின் செழிப்பான பிரதேசங்களில் ஒரு பகுதி பாலைவனமாகவும், மற்றொருபகுதி, அளவுக்கு அதிகமான மழை பெய்யும் பிரதேசமாகவும் மாறக்கூடும்.

பூமி வெப்பமடைவதற்கு அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளே முக்கிய காரணமாக இருந்து வருவதாக ஐ. நா. நிபுணர்கள் தெரிவித்துள்ளார்கள்.

நன்றி:- உதயன்