

FULL KOLL

گاز خنده (گاز نیتروژن)

احساس نگرانی می‌کنید که نوجوان
شما برای نشئگی از گاز خنده استفاده
می‌کند؟

این بروشور در باره‌ی گاز خنده است و به شما اطلاعات و حمایت ارائه می‌کند که چگونه به نوجوان خود کمک کنید.

طی سال 2020 استفاده از گاز خنده بعنوان ماده نشئه‌آور عادی تر شده است. از تاریخ اول ژوئیه 2025 فروش گاز خنده مشمول مقررات شده است. فروش این گاز به افراد زیر 18 سال به منظور نشئگی ممنوع شده است.

بسیاری از افراد تصور می‌کنند که گاز خنده بی خطر است، ولی این درست نیست. کسی که از گاز خنده برای نشئه شدن استفاده می‌کند در معرض صدمات شدید به سلسله اعصاب و مغز قرار می‌گیرد. بزرگترین خطر گاز خنده در استفاده مکرر از آن دیده می‌شود. نمی‌توان گفت که چه مقدار گاز خنده می‌توان استفاده کرد بی آنکه خطرناک باشد. این امر برای هر فردی متفاوت است. هرچه فرد بیشتر از گاز خنده استفاده کند خطر صدمات شدید بیشتر می‌شود.



Länsstyrelserna

مطالبی که دانستن آنها مفید است

- گاز خنده را می‌توان بصورت کپسول‌های کوچک برای استفاده در فلاسک‌های خامه خریداری کرد. از تاریخ اول ژوئیه 2025 افراد بالای 18 سال می‌توانند هر دفعه حداکثر دو کپسول گاز خنده را برای آشپزی خریداری کنند. گاز خنده در کپسول‌های بزرگتر نیز وجود دارد که پس از تاریخ اول ژوئیه 2025 اجازه فروش ندارند.
- وقتی گاز خنده از کپسول خارج می‌شود بلافاصله بسیار سرد است که می‌تواند به دهان، مری و مجاری تنفسی صدمات برودتی وارد کند.
- هنگام استفاده از گاز خنده برای نشنگی اغلب گاز بطور مستقیم از کپسول یا تیوب استنشاق می‌شود یا یک بادکنک را با گاز پُر می‌کند و از بادکنک استنشاق می‌شود.
- گاز خنده یک نشنگی 1 تا 2 دقیقه‌ای می‌دهد که فرد را ریلکس و سبک‌بال می‌کند. این گاز همچنین می‌تواند تسکین درد کرده و افکار توهمی نیز ایجاد کند.
- وقتی فردی گاز خنده خالص مصرف کند دیگر اکسیژنی به او نمی‌رسد. در اینصورت ممکن است فرد دچار سرگیجه شود و غش کند.
- مصرف گاز خنده می‌تواند باعث صدمات به رشته‌های عصب شده و حس لامسه در دست‌ها و پاها از بین برود. سر پا ایستادن و راه رفتن ممکن است برای فرد دشوار شود. همچنین ممکن است فرد به ناراحتی‌های روحی/روانی مانند اضطراب و کاهش قوای شناختی شبیه زوال عقل دچار شود. همچنین خطر بروز لخته خون نیز افزایش می‌یابد.
- هیچ اقدام پیشگیرانه‌ای برای کاهش خطر استنشاق گاز خنده وجود ندارد.
- اکثریت قریب به اتفاق آنهایی که در پایه نهم و سال دوم دبیرستان تحصیل می‌کنند، از گاز خنده استفاده نکرده‌اند. تعداد جوانانی که گاز خنده مصرف می‌کنند در مناطق مختلف کشور متفاوت است.
- گاز خنده یک دارو است که بعنوان تسکین درد در خدمات درمانی از آن استفاده می‌شود و توسط پرسنل درمانی آموزش دیده ارائه می‌شود که مقدار و دوز آنرا کنترل می‌کنند.

من بعنوان والدین چکار می‌توانم بکنم؟

سعی کنید در باره‌ی همه امور روزمره صحبت کنید. در اینصورت حرف زدن در باره‌ی مسائل دشوارتر مانند مشروبات الکلی، مواد مخدر و سکس نیز طبیعی بنظر می‌رسد. سوال کرده و گوش کنید. یک رابطه صمیمی می‌تواند تأثیر محافظت کننده داشته باشد.

- از آنجا که گاز خنده نشئگی کوتاه مدتی دارد حتمی نیست که شما متوجه شوید فرزندتان گاز خنده مصرف کرده است. در عین حال نشانه‌های دیگری وجود دارد که بایستی به آنها توجه کرد. کپسول‌ها یا تیوب‌های گاز خنده همراه با بادکنک نشانه واضح مصرف گاز خنده است.

- حد و مرزهای مشخص تعیین کنید و بگویید چرا شما اینطوری فکر می‌کنید.

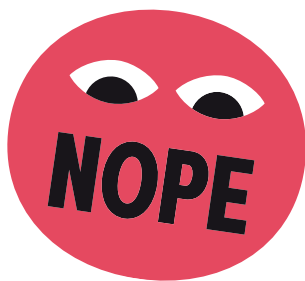
- ترجیحاً توضیح دهید که واهمه دارید چه اتفاقی می‌خواهد بیفتد. نوجوانان وقتی بدانند که والدین به آنها اهمیت می‌دهند حالشان خوب می‌شود.

- خودتان را برای گوش کردن و گفتگو آماده کنید. صبر و تحمل داشته باشید.

- ایجاد یک رابطه صمیمی که در آن بتوان در باره‌ی مسائل حساس حرف زد، زمان می‌برد. بخصوص ایجاد این رابطه با یک نوجوان زمان می‌برد. بایستی مدت زمانی که نوجوان نیاز دارد را تحمل کرد.

- باخاطر داشته باشید و از سایر والدین یا سایر اطرافیان بزرگسال کمک و حمایت بگیرید. شماها می‌توانید در مورد تعیین حد و مرز تصمیم بگیرید و یکدیگر را تقویت کنید.





شما مهم هستید! «نه» گفتن شما مهم است!

● «Full koll» (نظارت کامل) برای کمک به بزرگسالان است که بتوانند برای نوجوانان خود در مورد مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر حد و مرز تعیین کنند.

● ما امیدواریم که شما به کمک مطالب واقعی و کمک و حمایت برای «نه» گفتن اعتماد به نفس داشته باشید و سر حرف خود پافشاری کنید.

● در باره‌ی چگونگی ایجاد ارتباط و تعیین حد و مرزهای مشخص در این وبسایت بخوانید fullkoll.nu.

اگر سوالاتی دارید یا به کمک و حمایت نیاز دارید به کجا می‌توانید مراجعه کنید؟



● مرکز اطلاع رسانی سموم راهنمایی ارائه می‌کند و به سوالات شما در باره‌ی گاز خنده پاسخ می‌دهد. به شماره 010 456 67 00 زنگ بزنید یا از این وبسایت giftinformation.se بازدید کنید.

● همچنین می‌توانید با واحد تندرستی دانش‌آموزان در مدرسه فرزند خود، درمانگاه خود یا اداره خدمات اجتماعی در کمون خود نیز تماس بگیرید.

مطالب بیشتری بخوانید:

Fullkoll.nu

Giftinformation.se

1177.se

Drugsmart.se

Youmo.se



**FULL
KOLL
.NU**