

Ukweli Kuhusu Bhangi

Bhangi ndiyo mhadarati unaotumiwa vibaya zaidi kati ya vijana nchini Marekani. Vijana hutumia bhangi kwa sababu nyingi. Huenda waitumie kwa vile wana tamaa ya kujua inavyohisi, kufanana na wenzao au kuwa wa kisasa, au huenda wasukumwe kuitumia na vijana wenzao. Vijana pia wanaweza kutumia bhangi ili kukabiliana na hofu, hasira, mfadhaiko, au uchoshi.

Bhangi ni mchanganyiko wenye rangi ya kijani kibichi, kahawia au kijivu, wa majani, mizizi, mbegu na maua ya mmea wa katani yaliyokaushwa, kukatakatwa. Majina ya kawaida ya bhangi ni kama: cannabis, weed, grass, pot, hash, au hashish. Bhangi huvutwa kwa kuisokota iwe kama sigara (inayoitwa joint) au huvutwa kwenye kiko. Mtu anapovuta bhangi, yeye huhisi athari yake karibu papo hapo, na wao huchukuliwa kuwa "wamelewa." Kulewa huku husababishwa na kemikali fulani iliyo kwenye bhangi inayoitwa THC, inayoathiri ubongo na sehemu zingine za mwili. Kuna athari nyingi za muda mfupi na mrefu za uvutaji bhangi.

Athari za Muda Mfupi:

Katika muda mfupi, matumizi ya bhangi yanaweza kusababisha matatizo yafuatayo mwilini:

- Hisia nzito ya Furaha (kulewa)
- Ugumu wa kuzingatia na kuwa makini
- Utambulizi na ukarabati pungufu
- Kuamua kulikoathirika
- Kujibu matukio baada ya muda
- Kukosa motisha
- Matatizo ya kumbukumbu/fahamu
- Macho mekundu
- Midomo iliyokauka
- Hamu kubwa ya kula
- Mapigo ya moyo yaliyoongezeka
- Hofu, woga, kutoamini watu, au kushuku watu
- Kutishika mwenyewe
- Matatizo ya usingizi
- Majeraha yasiyokusudiwa kama ajali ya gari

Athari za Muda Mrefu:

Uvutaji bhangi kila wakati au kwa muda mrefu huweza kusababisha matatizo yafuatayo mwilini:

- Shida za kupumua
- Kiwango pungufu cha uerevu (IQ)
- Athari mbaya kwa masomo
- Kutoridhika na maisha
- Mfadhaiko
- Hofu
- Fikra za kujiua
- Shida nyingi za kifamilia, uhusiano kuvunjika

Kweli zingine kuhusu bhangi unazopaswa kujua.

Bhangi inaendana na kufeli shuleni. Athari mbaya za bhangi kwa umakini, kumbukumbu/fahamu, na kusoma huweza kuwepo kwa siku kadhaa na hata wiki kadhaa—hasa unapoitumia kila wakati. Vijana wavutao bhangi hupata alama za chini sana na huwa na uwezekano mkubwa wa kuacha shule za upili

Swahili Translation Date: February 2016

kuliko vijana wasiovuta bhangi. Utumiaji bhangi unaweza kupunguza uerevu/IQ yako ukiivuta kila wakati katika miaka yako ya ujana. Watumiaji bhangi kwa muda mrefu huripot kuridhika kudogo katika maisha yao, matatizo ya kumbukumbu/fahamu na shida za kihusiano, afya mbovu ya kimwili na kiakili, mishahara midogo, na fanaka mdogo kitaaluma/kikazi (Zwerling, 1990).

Kwa vile bhangi huathiri uamuzi, inaweza kuhatarisha maisha ya watu. Bhangi, sawa na dutu zingine zinazotumiwa vibaya, inaweza kutatiza uamuzi. Hii huweza kusababisha tabia zenye hatari ambazo zinaweza kumweka mtumiaji kwenye hatari ya kuambukizwa Virusi Vya Ukimwi.

Ni hatari kuendesha gari baada ya kutumia bhangi. Bhangi huathiri ustadi unaohitajika kwa uendeshaji salama—umakini, uangalifu, ukarabati, na kujibu matukio ya muda. Bhangi hutatiza utambuzi wa umbali na kujibu ishara na sauti kwenye barabara. Baada ya pombe, bhangi ndio mhadarati unaochangia ajali nyingi zaidi za barabarani, ikiwemo zile zinazohusisha vifo.

Unaweza kutawaliwa na bhangi. Siyo kila mtu avutae bhangi hutawaliwa. Hata hivyo, utumiaji bhangi kila wakati huweza kusababisha kutawaliwa. Hii inamaanisha kuwa mtu hawezi kuacha kutumia bhangi ingawa angetenda kuacha.

Bhangi inachukuliwa kuwa "mhadarati-mfunguzi." Watumiaji wa bhangi wana uwezekano mkubwa wa kujaribu, mihadarati inayodhuru afya zaidi katika siku za usoni.

Asili: Taasisi ya Kitaifa ya Matumizi ya Mihadarati; Taasisi za Kitaifa za Afya; Wizara ya Marekani ya Afya na Huduma kwa Watu.