

The CRAFFT အင်တာဗျူး (ဗားရှင်း ၂)

ဆရာမှ နတ်အားဖြင့် ကြီးကြပ်ပါမည်

အစ- "ကျွန်ုပ်သင့်အား လူနာတိုင်းကိုမေးသော မေးခွန်းတချို့ မေးပါမည်။ ကျေးဇူးပြု၍ ရှိသားစွာဖြေပါ။ ကျွန်ုပ်သင့် အဖြေများကို လျှို့ဝှက်ထားပါမည်။"

အပိုင်း က

လွန်ခဲ့သော ၁၂လအတွင်း၊ သင်ဘယ်နှစ်ရက် -

၁။ ဘီယာ၊ ဝိုင် နှင့် အခြား အရက်ပါသော အရည် တစ်တို.နှစ်တို.ထက်ပို၍ သောက်ပါသလဲ? ရက်ပေါင်း
မသောက်ခဲ့လျှင် "0" လို့ဖြေပါ။

၂။ မည်သည့် ဆေးခြောက် (pot, weed, hash, သို့ အစားအစာထဲ) သို့ "ဆေးခြောက် အတု" ("K2" သို့ "Spice" ကဲ့သို့) သုံးခဲ့ပါသလဲ? မသုံးခဲ့လျှင် "0" လို့ဖြေပါ။ ရက်ပေါင်း

၃။ တခြား မူးယစ်စေသော အရာများ(မည်သည့် တရားမဝင်မူးယစ် ဆေးဝါး ဖြစ်ဖြစ် ဆေးညွှန်မူးယစ် ဆေးဝါး သို့ ဆေးဆိုင်မှဝယ်သည် ဆေးဝါး ဖြစ်ဖြစ်၊ ရှူရှိုက် ရှူသွင်းနိုင်သည့် ဆေးဝါးများ ကဲ့သို့) သုံးခဲ့ပါသလဲ? မသုံးခဲ့လျှင် "0" လို့ဖြေပါ။ ရက်ပေါင်း

လူနာသည်အပိုင်းက မှမေးခွန်းအားလုံးကို "0" ဟုဖြေခဲ့ပါသလား?

ဖြေခဲ့သည်

မဖြေခဲ့ပါ

CAR မေးခွန်းများသာမေးပြည့် ရပ်ပါ

အောက်ပါ CRAFFT* မေးခွန်းခြောက်ခုလုံး မေးပါ။

အပိုင်း ခ

မဟုတ် ဟုတ်

C တစ်စုံတစ်ရောက်သော (သင်အပါအဝင်) မူးယစ်နေသူ သို့ အရက် သို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးထားသူတို့ မောင်းနေသောကားပေါ်တွင် စီးဘူးပါသလား?

R သက်တောင့်သက်သာနေရန်၊ ကို.ကိုယ်ကို ခံစားမှုပိုကောင်းရန် သို့ လူဝင်ဆံ့ရန် အတွက် အရက် သို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးဘူးပါသလား?

A ကို.ကိုယ်ကို တစ်ယောက်တည်း နေစဉ် အရက် သို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးဘူးပါသလား?

F အရက် သို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးနေစဉ် သင်လုပ်ခဲ့သောအရာများကို မေ့ဘူးပါသလား?

F အရက် သို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးမှုများကိုလျှော့သင်ပြီဟု ဆွေမျိုး သို့ အပေါင်းအသင်း တို့ကပြောဘူးပါသလား?

T အရက် သို့ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးနေစဉ် သင်ဒုက္ခရောက်ဘူးပါသလား?

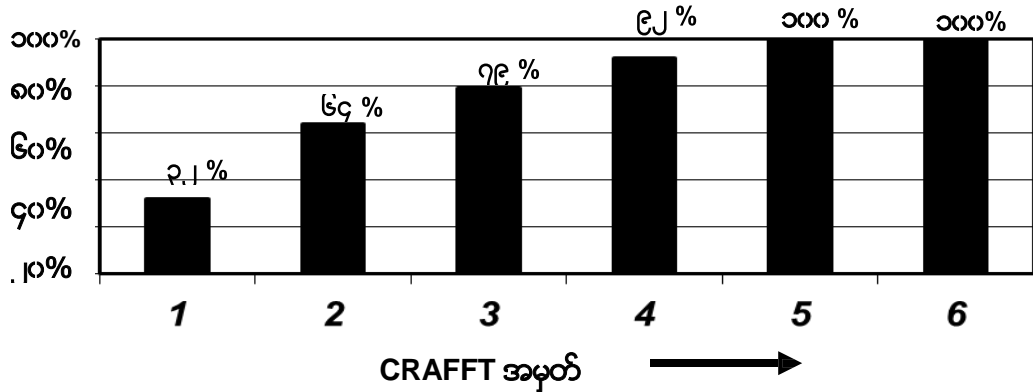
* နှစ်ခုနှင့်အထက်ပို၍ "ဟုတ်"အဖြေများလျှင် လေးနက်သောပြဿနာဟု အကြံပြုပါသည် ပြီးလျှင်နောက်ထပ် အကဲဖြတ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ကျောဘက်တွင် နောက်ထပ် ညွှန်ကြားချက်များကိုကြည့်ပါ။

ဆေးခန်းဝန်ထမ်းနှင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာမှတ်တမ်းများသို့ ပေးစာ -

၏စာမျက်နှာပါ အချက်အလက်များသည် အထူးဖက်ဒရယ်ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအချက်များကာကွယ်စည်းမျဉ်းဥပဒေဖြင့် ကာကွယ်ထားပါသည် (42 CFR Part 2), သဘောတူညီမှုစာရေးမှတ်တမ်း အခွင့်အာဏာမရှိဘဲ ၏အချက်အလက်များကို မတောင်းဆိုနိုင်ပါ။ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာမှတ်တမ်းများကို လွှတ်ပေးရန် ယေဘုယျအခွင့်အာဏာများမှာ မလုံလောက်ပါ။

၁။ သင့်၏ လူနာ သူ/သူမကို ဒီသရုပ်ပြဇယားကိုပြပါပြီးလျှင် မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးခြင်းရောဂါ အတွက်အန္တရာယ်အဆင့်ဆင့်ကို ဆွေးနွေးပါ။

CRAFFT အမှတ် *မှရာခိုင်နုံးဖြင့်ပြသော DSM-5မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးခြင်းရောဂါ



* ဒေတာအရင်းအမြစ်-Mitchell SG, Kelly SM, Gryczynski J, Myers CP, O'Grady KE, Kirk AS, & Schwartz RP. (2014). The CRAFFT ဖြတ်ချက်များနှင့် DSM-5 အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးစိမ်း - ပြန်လည်အကဲဖြတ် စီးစစ်ခြင်း။ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးခြင်းရောဂါ 35(4), 376-80.

၁။ ဒီပြောကြားချက်များကို အသုံးပြု၍ အတိုချုပ်အကြံပေးပါ။



၁ စိတ်စစ်ချက်များကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ
"ဟုတ်" အဖြေတိုင်းကို "သင်ဒီအကြောင်းကို ပိုပြောနိုင်ပါသလား?" ဟုတုံ့ပြန်ပါ

၂ အသုံးမပြုရန် ထောက်ခံပါ

"သင်၏ဆရာဝန်(သူနာပြု/ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူ) အနေနဲ့ အရက်၊ ဆေးခြောက်နှင့် အခြားမူးယစ်ဆေးဝါးများကိုမသုံးရန်ထောက်ခံပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဒီဟာတွေဟာ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပြီးမူးယစ်ဆေးဝါးကို ထိခိုက်စေတယ် ။လေ့လာသင်ယူမှုနှင့် မှတ်ဉာဏ်ကိုအနောက်အယုတ်ဖြစ်စေတယ် ။သင့်ကိုအရှက်တကွနှင့် အန္တရာယ် ဖြစ်စေနိုင်တယ်။"



၃ ကားစီးခြင်း/မောင်းခြင်း အန္တရာယ်ရှိ မရှိ အကြံပေးခြင်း

"ယဉ်တိမ်းမှောက်ခြင်းသည် လူငယ်များ အသက်ဆုံးရှုံးခြင်း၏ အဓိကအကြောင်းအရင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်၏ လူနာအားလုံးကို ကျွန်ုပ် ဘဝအဘို့ စာချုပ်ပေးပါသည်။ အိမ်ကိုယူ၍ မိဘ/အုပ်ထိမ်းသူတို့နှင့်တိုင်ပင်ပြီး ဘေးကင်းစွာကားစီးနိုင်ရန် အစီအစဉ်ကို ဖန်တီးပါ။"



၄ တုန့်ပြန်ပါ ကိုယ်တိုင် စိတ်ခွန်အားနီးကြေညာချက် ထုပ်ပါ

မသုံးစွဲသူ - "အကယ်၍ တခြားသူတစ်ယောက်က သင်ဘာကြောင့် အရက်၊ မူးယစ်ဆေးဝါး မသောက်သုံးပါသလည်းဟုမေးလျှင် ဘယ်ဖြေမည်နည်း?"
သုံးစွဲသူ - "မသုံးစွဲခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတချို့ဟာ ဘာတွေလည်း?"



၅ အားဖြည့် ကိုယ်ပိုင် အစွမ်း

"သင်သည် သင့်ဘဝအောင်မြင်ဖို့ လမ်းကြောင်းပိတ်နိုင်တဲ့ အရက်၊ မူးယစ်ဆေးဝါးတို့ကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်မည်အရည်အချင်းရှိတယ်ဟု ကျွန်ုပ်ရန်ကြည်ပါတယ်။"

၁။ လူနာကို ဘဝအဘို့ စာချုပ်ပေးပါ။ ဒီမှာရနိုင်သည်- www.crafft.org/contract

© John R. Knight, MD, Boston Children's Hospital, 2016.

Reproduced with permission from the Center for Adolescent Substance Abuse Research (CeASAR), Boston Children's Hospital. (617) 355-5433 www.ceasar.org

နောက်ထပ်သတင်းအချက်အလက်များနထိုတခြားဘာသာစကား ဖားရှင်းတို့ကိုဒီမှာရနိုင်သည် www.ceasar.org.