द क्राफ्ट (CRAFFT) अन्तरवार्ता (रूपान्तर २.०)

(चिकित्सकले मौखिक बयान गर्नुपर्ने)

यसरी सुरु गुर्नहोस "म तपाईंलाई केही प्रश्न गर्छु जुन म प्राय मेरो सबै बिरामीलाई गर्ने गर्दछु। कृपया इमान्दारी पुर्वक उत्तर दिनु होला। म तपाईंको उत्तर गोप्य राख्ने छु।"

भाग 'क'

विगत १२ महिनामा कति दिन तपाइले:

१. केही चुस्की भन्दा बढी वियर, वाइन अथवा अन्य **मादक पर्दाथको** सेवन गर्नु भएको छ ? छैन भने "०" लेख्नुहोस् । [ ] # दिनको संख्या

२. कुनै प्रकारको **गाँजा** (चिलिम, ह्यास अथवा खाने कुरामा मिसाएर) वा "**कृत्रिम गाँजा**" (जस्तैः "के-२" अथवा "स्पाइस") को प्रयोग गर्नु भएको छ ? छैन भने "०" लेख्नुहोस् । [ ] # दिनको संख्या

३. **नशामा झुम्नको लागि कुनै पदार्थ** (जस्तै अन्य अवैध औषध, डाक्टरको पर्चा बमोजिम अथवा पर्चा बिनै पसलमा किन्न पाउने औषध र सुंधेर वा स्वासले तान्ने किसिमका सामाग्री) प्रयोग गर्नु भएको छ ? छैन भने "०" लेख्नुहोस् । [ ] # दिनको संख्या

के बिरामीको भाग "क" को सबै प्रश्नहरुको उत्तरमा "०" छ ?

छ भने [ ] ↓ **गाडि (Car)/अन्य सवारी साधन प्रश्न सोधेर रोक्ने**

छैन भने [ ] ↓ **तलका सबै क्राफ्ट (CRAFFT) का प्रश्नहरु सोध्नु पर्ने**

भाग 'ख'

	छैन	छ
४. के तपाई कहिले नशामा झुमेको अथवा मादक पदार्थ तथा लागु औषध सेवन गरेका चालक (आफू लगायत) ले चलाएको गाडिमा (**Car**) वा अन्य सवारी साधन चढ्नु भएको छ ?	[ ]	[ ]
५. के तपाइले कहिले आराम (**Relax**) का लागि आफूलाई राम्रो महसुस गराउन अथवा कुनै समूहमा गाभिन मादक पर्दथ वा लागु औषधको सेवन गर्नु हुन्छ ?	[ ]	[ ]
६. के तपाई कहिले आफुमात्रै हुदा अथावा एक्लै (**Alone**) हुँदा मादक पदार्थ लागु औषधको प्रयोग गर्नुहुन्छ ?	[ ]	[ ]
७. के तपाई कहिले मादक पदार्थ वा लागु औषध सेवनका बेला आफूले गरेका कुरा विर्सन **(Forget)** हुन्छ ?	[ ]	[ ]
८. के तपाईको परिवार **(Family)** अथवा मित्रहरुले **(Friends)** कहिले तपाइलाई मादक पदार्थ वा लागु औषध सेवन कम गर्नु भन्नु हुन्छ ?	[ ]	[ ]
९. के तपाई कहिले मादक पदार्थ अथवा लागु औषध सेवन गरेका बेला समस्यामा **(Trouble)** पर्नु भएको छ ?	[ ]	[ ]

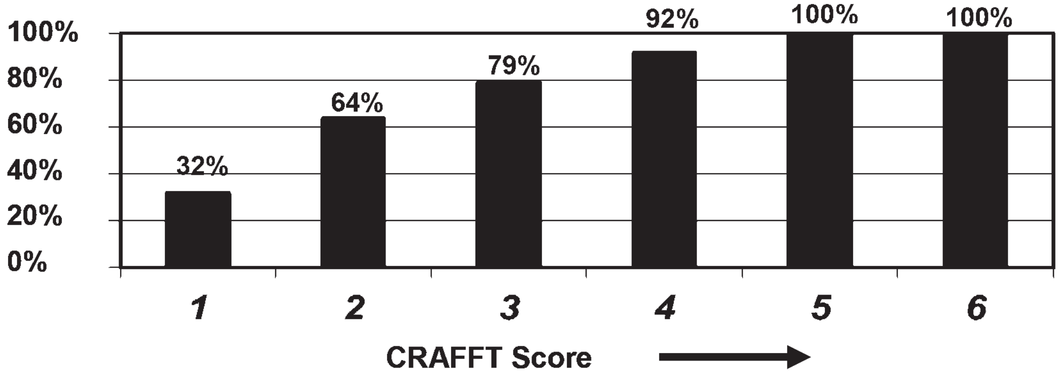
*** दुई अथवा बढि उत्तर 'छ' आएको छ भने यसले गम्भीर समस्या रहेको र थप मुल्याङ्कनको आवश्यकता सुझाउँछ**

क्लिनिकको कर्मचारी र मेडिकल रेकर्डका लागि सूचना

माथि दिइएका जानकारी विशेष संघीय गोपनीयता नियम (42CFR, भाग २) को बमोजिम सुरक्षित राखिने छ,
जसद्वारा कुनै पनि जानकारीको खुलासा गर्न निषेधित गरिएको छ ।
लिखित विशेष अधिकार बाहेक साधारण अधिकारमा जानकारीको खुलासा गरिने छैन ।

१ बिरामीलाई आफ्नो स्कोर यो ग्राफमा देखाउनुहोस् अनि लागु पदार्थ उपयोग बिकार सम्बन्धि जोखिमताको स्कोरबारे छफलफ गर्नुहोस् ।

प्रतिशत सहित DSM - 5 को लागु पदार्थ दुरुपयोग क्राफ्ट (CRAFFT) स्कोर*



*Data source: Mitchell SG, Kelly SM, Gryczynski J, Myers CP, O'Grady KE, Kirk AS, & Schwartz RP. (2014). The CRAFFT cut-points and DSM-5 criteria for alcohol and other drugs: a reevaluation and reexamination. Substance Abuse, 35(4), 376–80.

२. **चर्चाका बुँदाहरुलाई संक्षिप्त परामर्श दिन प्रयोग गर्नुहोस् ।**

क. स्क्रिनिङ परिमाण समीक्षा गर्नुहोस् ।
हरेक 'छ' उत्तरको लागि "यसबारे मलाई केही थप बताउन सक्नु हुन्छ ?"

ख. प्रयोग नगर्न सुझाव दिनुहोस् ।
"तपाईंको डाक्टर (स्वास्थ्य परिचारक) भएको नाताले म तपाईंलाई कुनैपनि किसिमको मादक पदार्थ, गाँजा अथवा अन्य लागु पदार्थ सेवन नगर्न सुझब दिन्छु किनभने:

१. यसले तपाईंको बिकासशील मस्तिष्कलाई हानी पुऱ्याउँछ ।
२. सिक्ने र सम्झन सक्ने क्षमतामा हस्तक्षेप गर्छ, तथा
३. यसले तपाईलाई एकदम लाज लाग्दो वा खतरनाक परिस्थितीमा पार्दछ ।"

ग. सवारी साधन चढ्दा/चलाउँदा हुने जोखिम सम्बन्धि परामर्श
"सवारी साधन दुर्घटना युवाहरुको मृत्युको प्रमुख कारण हो । मैले मेरा सबै बिरामीहरुलाई "कन्ट्रयाक्ट फर लाइफ" अर्थात "जीवनका लागि अनुबन्ध" दिने गरेको छु । कृपया यसलाई घर लिएर जानुहोस र सुरक्षित सवारी चालन बारे योजना बनाउनका लागि आफ्ना बाबु आमा/अभिभावकसँग यस सम्बन्धि छलफल गर्नुहोस् ।"

घ. आत्म प्रेरक बयानलाई प्रकाश पारि प्रतिक्रिया दिनुहोस् । गैर प्रयोगकर्ता- "यदि कसैले तपाईंलाई किन पिउनु अथवा लागु औषध प्रयोग गर्नुहुन्न भनेर सोध्यो भने के उत्तर दिनुहुन्छ ?"
प्रयोगकर्ता "प्रयोग नगर्नुको केही फाइदाहरु के हुनसक्छन् ?"

ङ आत्म प्रभावकारीतालाई मजबुत बनाउने
"मलाई विश्वास छ आफ्नो लक्ष्य प्राप्तीको बाटोमा मदिरा तथा लागु पदार्थलाई आउन नदिन जे चाहिन्छ त्यो तपाईं सँग छ ।"

३. **बिरामीलाई "कन्ट्रयाक्ट फर लाईफ" दिनुहोस ।** www.crafft.org/contract **मा उपलब्ध छ ।**

©जोन आर नाइट, एम डी, बोस्टन बाल अस्पताल, २०१८

किशोर मादक पदार्थ दुरुपयोग अनुसन्धान केन्द्र (CeASAR) बोस्टन बाल अस्पतालको अनुमतिद्धारा छापिएको
+१- (६१७) ३५५-५४३३ www.ceasar.org
थप जानकारी तथा अन्य भाषाका संस्करणका लागि हेर्नुहोस, www.ceasar.org
Translated by Dr. Pranita Mainali