MACLUUMAAD KU SAABSAN XASHIISHKA

Hadiya
-hanke

Waa maxay xashiishka?

Xashiishku waa dhir, waxaana laga sameeyaa maaddo maandooriye ah.

Noocyada kala duwan ee maandooriyahaas dhirka laga sameeyo waxaa ka mid ah xashiihska iyo Marijuwaana-da. Marijuwaana-da waxaa laga sameeyaa ubaxa xashiishka, kaasoo la qallajiyay, islamarkaana la shiiday. Xashiishka wuxuu ku xusuusinayaa xabagta. Waxaa laga soo guraa dusha sare ee geedka xashiishka.

Xashiishka waxaa loo isticmaalaa qaabab kala duwan. Dhammaanba qaababka kala duwan ee loo isticmaalo xashiishka waa kuwo waxyeello leh.

Xashiishka waa la duubaa marka la cabaayo. Sidoo kale waxa lagu cabbaa shiishadda.

Sidee ayuu xashiishku u saamaynayaa dadka?

Xashiishku wuxuu dadka u saameeyaa qaabab kala duwan.

Xashiishka wuxuu daciifiyaa xusuusta. Waxaa sidoo kale daciifaysa fahamka ama garashada waqtiga iyo goobta uu qofku joogo. Sidoo kale garashada xawaaraha iyo fogaanta ayaa hoos u dhacaysa. Sababtaas awgeed ayaa qofka xashiishka soo cabbay uu sabab ugu noqon karaa in uu shil dhaco, tusaale ahaan waddooyinka gaadiidka.

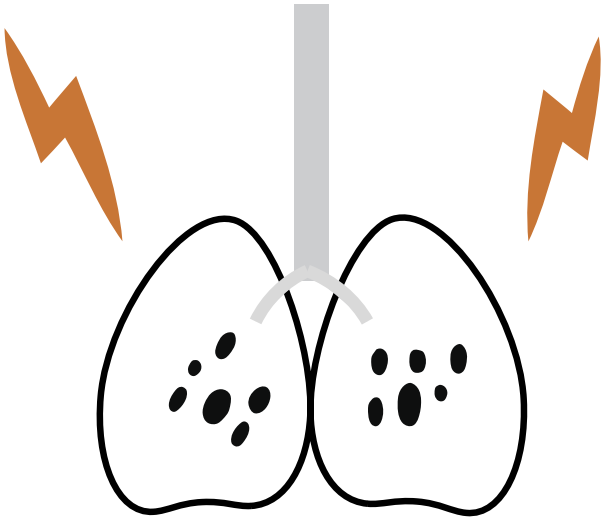
Waligeedba hore looma ogaan karo, qaabka uu xashiishku saamayn ugu yeelan karo dadka. Qaar ka mid ah dadka waxay xasiishka ka raadsadaan raaxaysi iyo farxad. Qaar ka mid ah dadka xashiishku wuxuu geliyaa firfircooni. Qaar ka mid ah dadka waxaa xashiishku uu ku keenaa ciriiri. Dadka qaarkood waxaa xashiishku ku keenaa in ay soo xusuustaan khibrado hore u soo maray oo welwel lah, islamarkaana aan wanaagsanayn.

Isticmaalka xashiishka waxaa uu sababaa dhibaatooyin aad u adag oo dhanka caafimaadka maskaxda ah. Qofku markuu isticmaalo xashiishka, waxaa dhici karta in uu niyadjabo, islamarkaana u dareemo ciriiri.

Saamaynta xashiihska waxaa ay ku xiran tahay, muddo intee le'eg iyo tiro intee leg ayuu qofku isticmaalay xashiishka.

Dad qaar ka mid ah saamaynta xashiishka waxaa ay ku dareemaan si dhakhso leh. Waxaa arrimahaas ka mid ah tusaale ahaan, dhibaato fudud oo dhanka dareemayaasha ah- indhaha oo cassaan ama guduud noqda, wadnaha oo xoog u garaaca. Haddii uu qofku qaato wax aad u badan oo xashiishka ah, waxaa ka dhalan karta, in qofku uu galo xaalad fiigis ah iyo isku dhexyaacsanaan. Haddii uu qofku xashiishka isticmaalaayay muddo aad u dheer, waxaa arrinkaas uu keeni karaa dhibaatooyin dhanka caafimaadka maskaxda ah.

Cabista xashiishka waxaa uu wayeello gaarsiinayaa sambabada. Waxaa dhici karta in xashiishku uu sababo kansar iyo cudurrada ku dhaca wadnaha.



Waa maxay xashiishka daawo ahaanta loo isticmaalo (lääkekannabis)?

Xashiishka daawo ahaanta waa mid ka duwan xashiishka caadiga ah, ee loo isticmaalo maaddo maandooriye ahaan ah.

Shirkadaha daawada ayaa xashiishka waxa ay ka sameeyaan daawo. Dhakhtarka ayaa u qori kara qofka markay ay hayaan xanuunnada qarkood, marka daawooyinka kale ee loo qoray ay wax ka tari waayaan.

Xashiishka daawo ahaanta loo isticmaalo waxaa kaliya oo la isticmaali karaa, iyadoo dhakhtarku uu ilaalinaayo oo la socdo qofka qaata daawadaas. Daawada xashiishka laga sameeyay waxaa loo isticmaalaa tusaale ahaan xanuunnada jirka ku dhaca iyo qallalka ama soo kogista uu keeno
cudurka MS ee ku dhaca habdhiska dhexe ee dareenwadayaasha- ee suuxdinta ama qallalka aadka u daran, kuwaasoo keena xanuunka muddada dheer socda.

Waa maxay sababta uu xashiishku waxyeellada u gaarsiiyo dhallinyarada?

In badan oo ka mid ah dhallinyarada Finland ma aanay tijaabin xashiishka. Laakiin sannadihii ugu dambeeyay isticmaalka xashiishka waa uu kordhay.

Inta badan waxa xashiishka isticmaala waa dhallinyarada, kuwaasoo cabba khamri aad u badan. In badan oo dhallinyarada ka mid ah waxaa ay cabbaan xashiishka, marka ay sakhraansan yihiin.

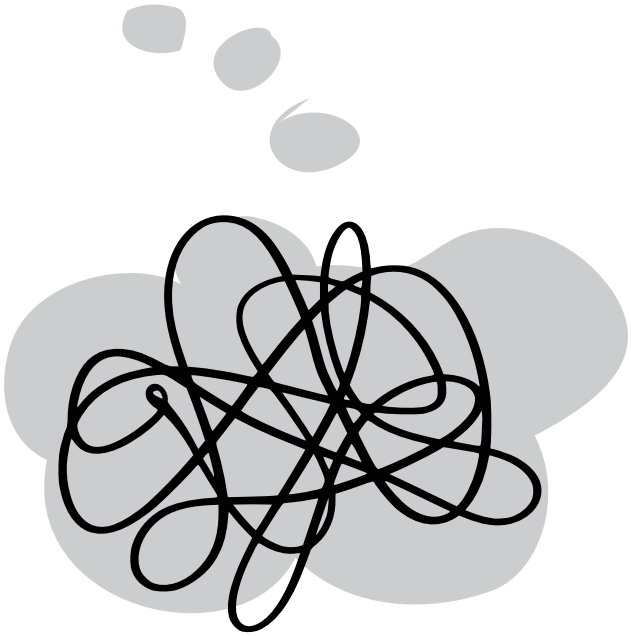
Dhallinyarada waxaa dhici karta in ay u maleeyaan, in isticmaaka xashiishka uu yahay arrin aad u wanaagsan. Waxaa sidoo kale dhici karta in dhallinyaradu ay u maleeyaan, in istcmaalka xashiishka aanu lahayn wax dhibaato ah. Laakiin xashiishku wuxuu dhallinyarada dhibaato ugu gaysan karaa si ka fudud sida dadka waaweyn. Xashiishku waxaa uu si gaar ah dhibaato ugu gaysan karaa koritaanka maskaxda qofka dhallinyarada ah.

Sidee ayuu ku yimaadaa qabatinka xashiishka?

Haddii uu qofku isticmaalo xashiishka in muddo ah, waa uu la qabsanayaa.

Wuxuu u baahan yahay in uu xashiishka isticmaalo marar badan iyo wax badan, si xashiishku uu u saameeyo isaga oo uu noqdo sidii uu rajaynaayay. Qofku wuxuu dareemayaa, in ay isaga khasab ku tahay in uu helo xashiishka. Sidaas ayaa qabatinka xashiishka uu ku dhashaa. Qabatinka waxaa uu keenaa astaamaha qaadirada, haddii qofka qabatimay uu waayo xashiishka. Astaamaha qaadirada ee xashiishka waxaa ka mid ah-hurdo la'aan- cunto rabitaan la'aan-dhidid- xaalad degganaansho la'aan.

Qabatinka xashiishka waxaa uu qofka dhallinyarada ah ugu dhashaa si ka fudud sida dadka waawayn.



Waa maxay sababta uu xashiishku u yahay maandooriye la mamnuucay?

Waxaa la doonayaa in dadka laga ilaaliyo waxyeellada xashiishka. Sababtaas awgeed ayaa isticmaalka xashiishka, beeritaankiisa iyo iibintiisa ay fal dambiyeed u tahay.

Sidoo kale haysashada xashiishka waa dambi. Sidoo kale xashiishka oo la siiyo saaxiibka waa dambi.

Haddii qofka dhallinyarada ah ee da'diisuu ka hooseyso 18-ka sano lagu qabto isagoo isticmaalaaya xashiishka, waxaa loo jarayaa ganaax, booliska ayaana waraysi la yeelanaaya. Marka waraysiga lala yeelanaayo waxaa goobjoog ah sooshalka, booliska iyo waalidka. Qofka dhallinyarada ah waxaa loo sheegaa dhibaatooyinka uu maandooriyuhu leeyahay.

Qofka da'diidsu ka weyn tahay 18-ka sano waa qof qaangaar ah. Qofka qaangaarka ah, haddii lagu qabto isticmaalka xashiishka, waxaa loo jari karaa ganaax. Waraysiga iyo ganaaxa waxaa mar walba loogu qori doonaa diiwaangelinta booliska. Waxaana calaamaddaas diiwaanka loo geliyay ay ku adkaynaysaa ama dhibaato ugu noqonaysaa qofka, sidii uu shaqo ama waxbarasho ku heli lahaa.

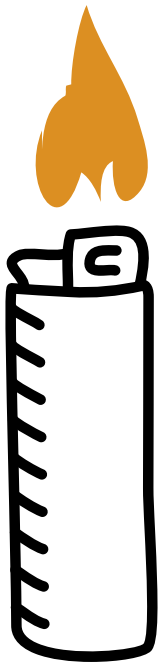
Maxaad samaynaysaa, haddii adiga lagu siiyo xashiish?

Waxaa dhici karta mararka qaar, in saaxiibkaa ama qof kale uu ku siiyo xashiishka. Waxaa dhici karta in qof uun uu xashiish kugu siiyo xafaladda dhexdeeda ama adigoo wadada maraaya. Waxaa kaloo dhici karta in si aan kutalaggal ahayn aad ku hesho xashiishka. Duubka xashiishka waxaa uu si aad ah ugu eg yahay kan sigaarka.

Inaad diiddo isticmaalka xashiishka waa arrin aad u adag, marba haddii saaxiibbada kale ay isticmaalayaan xashiishka. Si kastaba isticmaalka xashiishka waad diidi kartaa. Qaabab kala duwan ayaadna u diidi kartaa.

Waxaa halkaan ku qoran qaabab kala duwan oo aad ku diidi karto isticmaalka xashiishka.

Waxaana kuwaas loo yaqaan xirfadaha wax diidista, kuwaasoo inta badan looga hadlo marka la wado shaqada maandooriyaha. Isla xirfadahaas diidmada ayaad isticmaali kartaa marka aad doonayso inaad diiddo maandooriyayaasha kale. Cod sare ku dheh in aanay adiga cidna kugu cadaadin karin isitcmaalka xashiishka ama maandooriyayaasha kale.



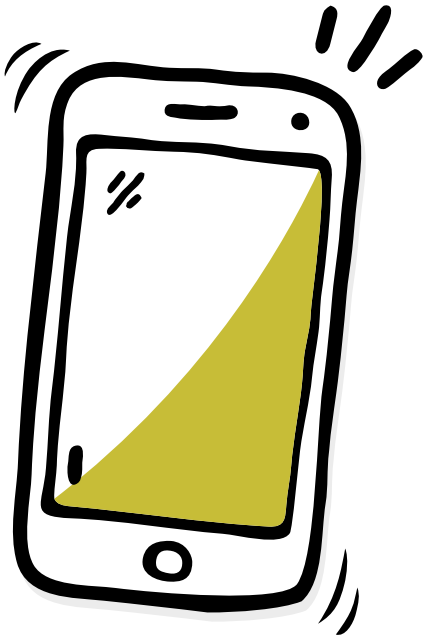
Waxaa dhici karta in diidmada arrinkaas ay cabsi kugu keento. Cabsida arrinkaas waxaad kala hadashaa qof aad ku kalsoon tahay. Waxaad kala hadli kartaa hagaha, macallinka ama saaxiibka fiican.

Waxaad aaddaa xaflad aan laga isticmaalaynin xashiishka ama maandooriyayaasha kale. Waqti ha la qaadan kooxda ay dhallinyarada joogta isticmaalayaan xashiishka. Ka tag kooxda sidaas oo kale ah. Waxaad raadsataa hiwaayad cusub iyo saaxiibbo cusub.

Xaggee taageerada laga helayaa?

Telefoonka talosiinta maandoriyaha ee ururka EHYT ry waa: **0800 900 45.** Waxaad soo wici kartaa wakhti walba. Waxaad soo wici kartaa, adigoo aan magacaaga sheegin. Soo wicitaanku waa lacag la'aan.

Mashruuca Hadiya ee ururuka EHYT ry waxaa uu leeyahay telefoonka caawimaadda ee PuhelinHelppi, waxaa uu furan yahay khamiis walba, saacadda 14-18.
Telefoonka adeegga ee luqadda carabiga **0800 955 20**,
telefoonka adeegga ee luqadda Soomaaliga **0800 955 22**.
Waxaad soo wici kartaa, adigoo aan magacaaga sheegin.
Soo wicitaanku waa lacag la'aan.



Lähde: SELVIS-hanke 2021, *ehyt.fi/selvis*

Kuvat ja taitto: Carnivore Oy, Freepik