

Mo faamatalaga e uiga i fualaau faafesootai le Ofisa o le Drug Info Clearinghouse i le telefoni 1300 85 85 84, tuatusi o le komepiuta (website): www.druginfo.adf.org.au

Mo se faatalanoaga faalilolilo e uiga i fualaau ma le ava malos, o lo o tatalaina le telefoni i le 24 itula, faafesootai le telefoni tuu sa'o (directline) 1800 888 236 (setete atoa).

E mafai foi ona e faafesootai le Ofisa o Family Drug Help i le telefoni 1300 660 068.

la silafia: Faamatalaga uma o lo o i ai lenei tusi o lo o ofoina mo le faaogaina faalauaitete ma e le tatau ona ave ma sui tulaga i fautuaga ma fesaoasoani tatau faapitoa (professional advice).

O lenei tusi ua saunia e le Matagaluega o Aoga & Aoaoga e lagolago ai i le galuega Faa-matua i totonu o le faalapopotoga faa-le-Aoga. Sa faatupeina lenei tusi e le Community Support Fund.

Faamatalaga mo Matua i Fualaau



Faamatalaga mo Matua i Fualaau

E afua mai ia te oe se suiga lelei

Pe filifili lou alo e faaoga fualaau pe leai foi, e ono fetai ai o ia ma lenei mataupu o le faaogaina o fualaau e auala mai i ala o fesootaiga (media) po o ana tupulaga. E mafai ona e fesoasoani lou alo i le talanoa lea i ai e uiga i fualaau ma suesue po o mafai ona ia feagai ma mea faigata o le olaga. O lenei tusi (pamphlet) ua tusia e fesoasoani ia te oe mo le faatalanoaina o lou alo i se auala tofilemu e uiga i fualaau (drugs). O lo o i ai i lenei tusi faamatalaga sao ma fesili ma tali o lo o fesili ai le toatele o matua. O lo o faavae i luga o le filosofia o le faaititia o le afaina.

O le a le fualaau (drug)?

O le fualaau o so o se fualaau, e ese mai i meaa ma vai inu, afai e ulufale i le tino, e suia ai le galueina o le mafaufau ma le/po o le tino. mente e del corpo.



Vailaau mo togafitiga

O lona uiga o vailaau, o le caffeine, tapaa, mea manava (inhalants), ava, malosi, maruana, heroini o fualaau uma ia mea.

O a ni fualaau iloga ma ni o latou aafiaga ?

E masani ona faavasega fualaau e fuafua i o latou aafiaga i le mafaufau. E tolu vaega iloga o fualaau:

- **Fualaau e faatea ai le loto mafatia (Depressants)**
- **Fualaau faamalosi tino (Stimulants)**
- **Fualaau faatupu lagona eseese (Hallucinogens).**

O tulaga faa le tulafono o fualaau, e faalagolago i luga o mafuaaga nei. Faataitaiga, o le ava malosi o se fualaau faatagaina, peitai, i le tele o taimi, e faasaina ai ona faatauina mai e tagata e i lalo o le sefulu valu tausaga.

Fualaau faatea loto mafatia (depressants)

E le o le uiga o lenei upu o le a e lagona le loto mafatia po o le faanoanoa pe a uma ona e tagofia se fualaau. O fualaau o 'Depressants' latou te faatelegeseina le mafaufau (Central Nervous System) ma feau (messages) o lo o aumai ma avatu i le faiai. O le a telegese le tata o le fatu faapea ma le manava (breathing).

O Depressants e aofia ai:

Mea ua faatagaina (legal): Ava malosi, vai faagase, o vailaau sogisogi e pei o kelu, penisini, ma vali faapasi, o codeine e pei o Panadeine, ma vailaau faatea tiga (opiates) e pei o methadone.



Mea ua faasaina (illegal): cannabis, maruana, hashish, hashish oil, opiates e pei o heroini.

O aafiaga faaleiloga:

- Lagonaina le tofilemu (feeling relaxed)
- se lagona to'a lelei ma le soifua manuia (calm and well being)
- se lagona fiafia
- Lagonaina o le loto tele.

Aafiaga iloga:

- Le manino le faaleoga o upu (slurred speech)
- Ua le gatusa le gai oi (uncoordinated movement)
- Faasuati ma faafaufau
- Matapogia ona ua le manava ma ua lemu le tata o le fatu
- A matuia se tulaga e oo i ai, e maluu ai lava.

O 'Depressants' e aafia ai le mafaufau ma le faagaioiga o le tino ma le faaititia ai le mafai ona tali atu i mea tutupu faafuasei- e afaina ai le aveina o se taavale. A inuina faatasi ni depressants, mo se faataitaiga o le ava malosi ma se cannabis, e mafai ona faateleina le aafiaga i ni auala le mautinoa lelei.

E maua tele le aofaiga o le ta (tar) e maua i le cannabis na i lo le tapaa ma e ono maua ai ma'i o ala ea (bronchitis), o le kanesa, o le gugu, faiai ma le mama, ma isi faamai e fesootai ma le taumafa tapaa. E ono mafai ona aafia ai le mafaufau o se tagata ona o le cannabis.

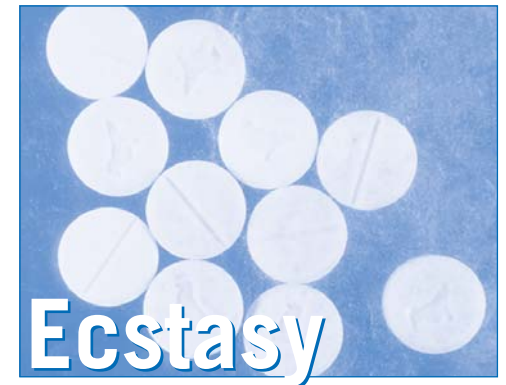
O le heroini o se fualaau faatea tiga (opiate). O opiate o ni vailaau malolosi tele e faatea ai tiga ma le loto mafatia.

E masani ona le mama le heroini o lo o fatauina i le ala tele ma o ni faaletonu ma ni aafiaga tuga e mafai ona maua i le le mama o le heroini.

O le faaogaina fefaasoai o nila (needles), tui (syringes) ma isi mea e faaoga i tuiga, e ono aafia ai i le HIV/AIDS, fiva samsama C & B (Hepatitis C & B), ma isi faamai pipisi.

Fualaau faamalosi tino (Stimulants)

O Stimulants latou te faatopetopea le galue a le mafaufau (central nervous system) ma feau o lo o auina atu ma toe foi mai i le faiai. E faavaveina e stimulants le tata o le fatu, le vevela/malulu o le tino ma le maua luga/maualalo o le toto.



Ecstasy

Faamatalaga mo Matua i Fualaau

O Stimulants a aofia ai:

Mea ua faatagaina (legal): nikotini (sikaleti), caffeine (kofe, kola, sukalati, fualaau faapae tino (slimming tablets) pseudoephedrine (maua i totonu o isi vaitale)

Mea ua faasaina (illegal): cocaine, amphetamines e le lavea i talavai (non-prescription), LSD ma le ecstasy.

Aafiaga faa-le-iloga (mild effects) e mafai ona aofia ai:

- Le fia inu soo
- Le lagonaina se fia ai
- Le mafai ona moe
- Mumu mata (dilated pupils)
- Tautalatala
- Le manofonofo lelei (restlessness)

Aafiaga iloga (stronger effects) e aofia ai:

- Popole (anxiety)
- Popole vale (panic)
- Mai tete
- Ulu tiga ma le manava migi
- Fia faalii (aggression)
- Fia faamisa (paranoia)
- Le sagatonu le mafaufau (mental confusion)
- Matapogia (unconsciousness)

E mafai ona lagona e i latou e faaaogaina stimulants le vaivai ona o le lava o le moe ma meaai.

Fualaau faatupu lagona le tumau- (Hallucinogens)

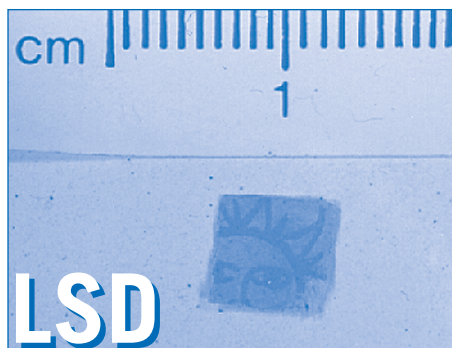
O hallucinogens e aafia ai le faauigaina o mea e le mafaufau (perception). O tagata o lo o tagofiaina e ono nenefu la latou vaai ma le faalagoina o mea. O le a le manino lelei le mafaufau aemaise lava i le matauina o le taimi, o leo, ma lanu. E eseese lava ituaiga aafiaga e maua mai i fualaau o hallucinogens ma e faigata foi ona iloina.

O Hallucinogens e aofia ai:

Mea ua faasaina (illegal): LSD, magic, pulou aitu (mushrooms), mescaline, ecstasy, PCP, maruana (fua faamalosi)

O ni aafiaga e aofia ai:

- Maalili ma le vevela o le tino (chills and hot flushes)
- Mumu o mata
- Le fia ai, manava migi po o le faafaufau
- Soona gaoioi, tautalatala ma le ataata soo
- Popole vale ma le fia faamisa (paranoia)
- Toe manatua o mea ua leva ona tutupu.



E faapefea ona aafia ai tagata i fualaau?

E eseese lava aafiaga o tagata taitasi i fualaau ma e faalagolago lea i:

- **Le tagata:** o latou lagona, lapopoa, mamafa, ituaiga (gender), uiga, soifua maloloina, o le taimi mulimuli sa taumafa ai se meaai, mafuaaga o le tagofia o fualaau aemaise o ni o latou silafia i le faaaogaina o fualaau i taimi ua mavae.
- **Le Fualaau:** aofaiga e faaaogaina, o le malosi, pe faapefea ona faaaogaina (ulaina, ai p etui) pe o tagofia e lea tagata ni isi foi fualaau i le taimi lava e tasi.
- **Le siosiomaga (nofoaga):** pe o faatasi lea tagata ma ni ana uo faatuatuaaina, pe na o ia lava, o i ai ma ni isi tagata po o ni isi foi o le aiga.

Oa ni afaina mai le faaaogaina o fualaau?

Masalo o ni isi afaina e aofia ai:

- Afaina o le tino
- Afaina o fesootaiga ma isi – uo, aiga, tagata lautele
- Afaina o le olaga masani – galuega, aoga, mea e nofo ai
- Afaina i le solitulafono

O le ona i fualaau e aafia ai le mafaufau lelei ma o nisi e oo lava ina fai mea matautia e le masani ona latou faia e pei o le puna ulu (dive) i totonu o se vai taele (pool) e matua papa'u lava. E taua tele le saunia lelei o tupulaga talavou ina ia o latou puipuia i latou lava.

Tusa foi pe le faaaogaina e tamaiti fualaau, e ono afaina lava i latou i le faaaogaina e isi tagata o fualaau. O le afaina masani o le o faatasi lea i se taavale ma se tasi sa inu ava malosi.

O ni isi fualaau, aemaise lava vaialaau e taua pe aoga mo le soifua maloloina. O le afaina e maua ina ua faasoa nei fualaau ma uo.

Aisea e tagofia ai e tupulaga talavou fualaau?

O mafuaaga e tagofia ai e tagata talavou fualaau e tutusa lelei lava ma mafuaaga e faailoa mai e tagata matutua e faaaogaina fualaau. E aofia ai :

- E fiafia ai
- E sola ese mai ai ma faagalo o latou faafitauli
- E maua ai le toa ma le loto tele
- E ave ese ai ona matafaioi o le faia o faaiuga
- E fia mafuta ai ma isi
- E faailoga ai (celebrate)
- E faataitai i ai
- E faatea ai le fiu (boredom)
- E faa toafilemu ma faatea ai mea mamafa o i le mafaufau (stress)
- E faatea ai tiga

O faataitai (experimentation) ma le faia o mea le mautinoa (taking risks) o vaega o le tutupu a'e ma vaega o le soifuaga o le toatele o tagata. O le tagofiaina e matua o fualaau e i ai se fesootaiga ma le tagofiaina e o latou alo o fualaau.

E faapefea ona ou iloaina o lo o tagofia e la'u tama fualaau ?

E faigata tele ona iloa o lo o tagofia e lou alo fualaau. E eseese lava aafiaga o tagata taitasi i fualaau. E leai ni suiga faapitoa i le tino po o lagona o i latou e tagofiaina fualaau, peitai afai ua sui amioga a lou alo mai le mea e masani ai mo se taimi umi, o lona uiga o lo o i ai se faafitauli. Ia manatua lelei foi o nei suiga uma e ono mafua ma ia lona tuputupu a'e. Ia faaeteete e talanoa muamua i lou alo ae e te le i faia masalomia ai lona tagofia o fualaau.

O ni isi faailoga vaaia e aofia ai le :

- Iva (lethargy)
- Suiga i lana tausami
- Faalii ma leoleoa
- Tafao i le po atoa
- Pa'u le tulaga i le aoga
- Faafitauli i totonu o le aoga
- Faafuasei ma fesuisuia'i soo ana uo
- Leai se faamaninoga o lona manao i tupe
- Umia o le tele o tupe
- Leiloa o ni mea totino taugata
- Faafitauli i le va ma leoleo

O le a la'u mea e fai pe a iloaina o lo o tagofia e la'u tama fualaau?

Ia tagai muamua lava i saogalemu o le tamaitiiti ma le saogalemu o isi.

Aua le popole vale: O le soona popole o le a faigata ai i lou alo ona talanoa atu ma ta'u ia te oe le mea tonu lava ua tupu. Talanoa ma suesue malie lou alo.

Ia sailia le mea moni: Talanoa i lou alo ma suesue po o le a le fualaau o lo o ia tagofiaina, ae pe faafia ona ia faaogaina. Atonu sa faataitai e lou alo le faaogaina o le fualaau ma talu mai lena taimi ua ia le toe tagofiaina.

Faailoa lou popolega (concern): Ia faailoa manino i ai lou alofa i lou alo peitai e te le fiafia i lona tagofiaina o fualaau.

Filifili le taimi talafeagai: Afai e te taumafai e te talanoa i lou alo a o ona i se fualaau, ia po o e ita foi, e ona avea lena talanoaga ma se misa. Faatali se'i te'a lona ona i le fualaau ma to'a filemu lou loto.

Ia iloa faafitauli: Afai o lo o faaogaina soo e lou alo fualaau e faamalie ai se manao pe foia ai se faafitauli, o lona uiga latou te manaomia se fesoasoani ma le lagolago (support). Aua e te fefe e tapa se fesoasoani faapitopa.

Aua le tuuaia tagata: Afai o lo o faaogaina e lou alo fualaau faasaina, e le faapea ua e le mafaia ou tiute faa-matua. O le toatele o tupulaga talavou e feagai ma taimi faigata po o le faataitai foi o fualaau, tusa lava pe alolofa ma lagolago malosi i ai o latou matua.

E faapefea ona ou faatonutonuina manatu o la'u tama i fualaau ?

O le faataitai (experimenting) o se vaega faa-natura o le tuputupu a'e. O le toatele o tupulaga talavou latou te faataitai le ava malosi ma le tapaa. O ni isi o le a latou faataitai fualaau faasaina – mafuli lava i le maruana.

E i ai ni isi o mea e mafai e matua ona fai e faaitiiti ai le afaina o o latou alo i faafitauli ona o fualaau.

Ia avea ma faataitai lelei: O tamaiti e ulaula ma inu pia o latou matua e le taumate foi o le a ulaula ma inu pia foi latou. Tagai i lou faaogaina o le tapaa, ava malosi ma isi fualaau po o le a se feau o lo o momoli atu ai i lou alo. Talatalanoa i lou tagofiaina o fualaau ma le faaogaina e isi, i se auala e unaiina ai lou alo e saili ma faamalalama o latou lagona ma talitonuga.

Malamalama i le mataupu: Ia sauni e talanoa i mataupu tau i fualaau i se auala faasamasamanoa ma le faamaoni. Afai e te le silafiaina le tali i se fesili, saili nei faamatalaga e mafai ai ona e maua se tali. E mafai ona oulua galulue faatasi ma lou alo i lenei sailiga. Afai e te ta'uina i lou alo ni ala soona fatu e faatatau i le matautia o le faaogaina o fualaau ina ia faafefe ai mai le toe faaogaina o fualaau, e i'u ina latou le toe fia faalogo ia te oe i le lumanai.

Talanoa ma faalogo: Ia e sauni e faalogo i faafitauli ma popolega o lou alo. O le soona

tali i ai ma le soona su'esu'e vale o ona popolega e ono avea ma auala o lona le toe fia talanoa mai ia te oe. E taua le mafai ona talanoa i lou alo i mataupu o aso fai soo. O matua e le talanoa i mataupu e pei o musika, aoga po o taaloga ma o latou alo, e ono faigata ona latou faatalanoaina mataupu matuia e pei o le faaogaina o fualaau.

Faataatia ni faavae: Fuafua tatau mo le lumanai aua faafitauli ogaoga e ona tulai mai. E aoga ai le faataatia o tulafono i le amio e tatau e faatatau lea i le tagofia o le ava malosi ma isi fualaau.

Ia aafia lou alo i le fausiaina o ia tulafono. E mafai ai ona latou lagona le tatau ona latou mulimuli i ia tulafono. O le aoaoina o tagata talavou, ia fetufaai e fesoasoani i le faamutaina o finauga faifai pea ma lagolago ai i le foia o faafitauli.

Ia silafia uo a lou alo ma o latou matua:

E mafai e isi matua ona tuuina mai lo latou lagolago ma la latou faamalosi.

Saili ni isi mea e sui ai le tagofia o fualaau:

E mafai ona una'i e matua o latou alo e faaoga isi auala e faamalalo ai o latou mafaufau/tino pe a faafeagai ma faafitauli.

Ia silafia: O faamatalaga o lo o taua i lenei tusi ua ofoina mo le faaogaina faalauaitete ma e le tatau ona avea ma sui tulaga i fesoasoani faapitoa ma fautuaga faapolofesa (professional advice).

O lenei tusi sa saunia e le Matagaluega o Aoga & Aoaoga e lagolago ai i galuega faa-matua i totonu o faalapotopotoga faa-le-Aoga. Sa faatupeina e le Community Support Fund.