



Washington State  
Liquor Control Board

# កញ្ជា

## អ្វីដែលឪពុកម្តាយគួរតែដឹង

មនុស្សពេញវ័យភាគច្រើនជ្រើសរើសមិនប្រើប្រាស់កញ្ជាឡើយ។ ទោះជាយ៉ាងណា អ្នកខ្លះនឹងសាកល្បងវា ហើយអ្នកខ្លះនឹងបន្តប្រើប្រាស់វា ។

ការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលបន្តរហូតដល់អាយុ 25 ឆ្នាំ។ ការប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀនណាមួយ ដែលរួមមាន កញ្ជា អាចធ្វើឱ្យខូចដល់ការអភិវឌ្ឍខួរក្បាល។

ការប្រើប្រាស់កញ្ជាបង្កើនហានិភ័យនៃបញ្ហាសេដ្ឋកិច្ច។ ផលប៉ះពាល់របស់កញ្ជាលើការសិក្សា ការចងចាំ និងការជម្រុញទឹកចិត្តអាចនាំទៅរកផលវិបាកនៅសាលារៀន។

និយាយឱ្យបានឆាប់។ និយាយឱ្យបានញឹកញាប់។

- អ្នកគឺជាឥទ្ធិពលលេខមួយក្នុងជីវិតកូនរបស់អ្នក។
- និយាយឱ្យបានឆាប់ ហើយនិយាយញឹកញាប់អំពីការធ្វើជម្រើសដ៏ត្រឹមត្រូវ។
- កំណត់ការរំពឹងទុក។
- ពិភាក្សាអំពីន័យ និងដាក់ឱ្យអនុវត្តតាមផលវិបាក។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីកញ្ជា៖  
[www.LearnAboutMarijuanaWA.org](http://www.LearnAboutMarijuanaWA.org)  
ឬ [www.drugfree.org](http://www.drugfree.org)



ដើម្បីទាក់ទងអ្វីមើល WSLCB ៖  
[prevention@liq.wa.gov](mailto:prevention@liq.wa.gov)

ប្រសិនបើអ្នកនរណាម្នាក់ដែលអ្នកស រាល់កំពុងពុះពារជាមួយការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន សូមទូរស័ព្ទទៅ៖  
បណ្តាញជំនួយដំណើរជាំវិញរដ្ឋវ៉ាស៊ីន្ទាតោននៅ  
1.866.789.1511

ដើម្បីទទួលបានឯកសារព័ត៌មានផ្សេងៗទៀតសូមទាក់ទង អ្នកសម្របសម្រួលវិភាគភាព ។ អាដា នៅ (360) 664-1783 ។

**ស៊ីកើ** Washington State  
Department of Social & Health Services  
DSHS 22-1558 CA (2/14)



# កញ្ជា

## ដឹងពីហេតុការណ៍ពិត

### កញ្ជាគឺមិនមែនគ្មានមហន្តរាយឡើយ។

កញ្ជាធ្វើឱ្យខូចដល់ការសម្របសម្រួល និងការយល់ដឹង ប៉ះពាល់ដល់ការសិក្សា និងការចងចាំ និងអាចបង្កើន ភាពភ័យខ្លាច ភាពស្ងប់ស្ងាម និងបញ្ហាផ្លូវចិត្ត។ ការស្វែងរកប្រែប្រួលចម្រុះស្រពេញវ័យម្នាក់ក្នុងចំណោមប្រាំបីនាក់ ដែលប្រើប្រាស់កញ្ជានៅអាយុ 14 ឆ្នាំ ក្លាយជាមនុស្សពិការពាក់កែ។

### ហានិភ័យមួយចំនួននៃការជក់កញ្ជា រវាង ហានិភ័យនៃការប្រើប្រាស់ម្ហូប

អាហារដែលមានបញ្ចូលជាតិកញ្ជាគឺមានភាពខុសគ្នា។ ការជក់ដង្ហើម ចូលផ្សែងប្រភេទណាមួយបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់សួតរបស់អ្នក។ ការប្រើប្រាស់ម្ហូបអាហារដែលមានបញ្ចូលជាតិកញ្ជាក៏អាចមានគ្រោះថ្នាក់ផងដែរ ពីព្រោះវាចំណាយពេលយូរក្នុងការដឹងពីផល ប៉ះពាល់។ វាកាន់តែងាយស្រួល ក្នុងការមានច្រើនពេក ពីព្រោះ ផលប៉ះពាល់ផ្សេងៗត្រូវពន្យារពេល។

### ការប្រើប្រាស់កញ្ជាក៏ស្មានការកម្រិតអាយុ។

មានតែអ្នកដែលមានអាយុ 21 និងច្រើនជាងនេះប៉ុណ្ណោះអាចប្រើប្រាស់កញ្ជាបាន ជាមួយការកម្រិតត្រូវ 1 អោនស៍នៃកញ្ជាដែលអាចប្រើប្រាស់បាន 16 អោនស៍ក្នុងទម្រង់រឹង និង 72 អោនស៍ក្នុងទម្រង់រាវ។

### កន្លែងដែលអ្នកអាចប្រើប្រាស់កញ្ជាគឺត្រូវបានកម្រិត។

កញ្ជាមិនអាចត្រូវបានប្រើប្រាស់នៅកន្លែងសាធារណៈឡើយ។ វាក៏មិនត្រូវបាន អនុញ្ញាតនៅដីសហព័ន្ធ និងដីកុលសម្ព័ន្ធភាគច្រើនឡើយ។

### ការដាក់ពិន័យសម្រាប់ការប្រើប្រាស់កញ្ជាសម្រាប់អ្នកដែលមានអាយុ

តិចជាង 21 ឆ្នាំអាចនឹងធ្ងន់ធ្ងរ។ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុតិចជាង 21 ឆ្នាំ អ្នកអាចត្រូវបានចោទពីបទអនីតិជនប្រើប្រាស់។ ប្រសិនបើអ្នកមានច្រើនជាង 40 ក្រាម វាជាបទឧក្រិដ្ឋដ្ឋលំដាប់ “C” (ការដាក់ពិន័យ \$10,000 និង/ឬ 10 ឆ្នាំក្នុងពន្ធនាគារ)។

### វាមិនមែនស្រួលនោះទេសម្រាប់ឪពុកម្តាយក្នុងការចែកចាយកញ្ជា

ជាមួយកូនរបស់ពួកគេនោះ។ វាមិនមែនស្រួលនោះទេសម្រាប់ឪពុកម្តាយក្នុងការចែកចាយកញ្ជា ជាមួយកូនរបស់ពួកគេនោះ។