

## មេរៀនទី 2

## ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន

### វត្ថុបំណង

ដូចដែលបានសរសេរក្នុងសៀវភៅពុម្ព វត្ថុបំណងមេរៀននេះមាន៖

- រៀបរាប់ពីផលអាក្រក់នៃគ្រឿងញៀនដល់សតិបញ្ញា និងរាងកាយ
- បង្ហាញពីផលអាក្រក់នៃគ្រឿងញៀនចំពោះសង្គម
- ពណ៌នាពីឥរិយាបថនៃអ្នកញៀនគ្រឿងញៀន
- ជៀសវាងការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន

### ផែនការមេរៀន

មេរៀននេះត្រូវបង្រៀនរយៈពេល 4 ម៉ោងដូចដែលបានបង្ហាញក្នុងតារាងទី 1 ខាងក្រោម៖

តារាងទី1 បំណងចែកម៉ោងបង្រៀន

រយៈពេល (ម៉ោងសរុប = 4 ម៉ោង)	ខ្លឹមសារ	ទំព័រក្នុងសៀវភៅពុម្ព
2	1. ផលអាក្រក់ដល់សតិបញ្ញា 2. ផលអាក្រក់ដល់រាងកាយ 3. ផលអាក្រក់ដល់សង្គម	242-243
1	4. លក្ខណៈនៃអ្នកញៀន 5. មូលហេតុនៃការប្រើគ្រឿងញៀន	243-244
1	មេរៀនសង្ខេប	245

### សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ការមេរៀន

តារាងទី2 ខាងក្រោមបង្ហាញពីផែនការបង្រៀន និងលទ្ធផលរង្វាយតម្លៃ។ គ្រូត្រូវបានរំពឹងថាអនុវត្តសកម្មភាពក្នុងតារាងខាងក្រោម ហើយធ្វើការវាយតម្លៃសិស្សទៅតាមលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យដែលបានឱ្យក្នុងតារាង។ ដូចនៅក្នុងតារាងសិស្សអាចធ្វើការសិក្សាអំពីឥទ្ធិពលនៃ គ្រឿងញៀន។ សកម្មភាពទាំងនេះជំរុញសិស្សឱ្យមានការអភិវឌ្ឍនូវចំណេះដឹងរបស់ពួកគេអំពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។

**តារាងទី២ ផែនការបង្រៀន និងលទ្ធផលរង្វាយតម្លៃ**

ម៉ោង	វត្ថុបំណង	សកម្មភាពក្នុងរយៈពេលនីមួយៗ	លទ្ធផលរង្វាយតម្លៃ
ទី១+២	ពណ៌នាពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនទៅលើសតិបញ្ញា និងរាងកាយ និងពណ៌នាពីចរិតលក្ខណៈអ្នកញៀនគ្រឿងញៀន។	<ul style="list-style-type: none"> <li>សិស្សរៀបរាប់ពីផលអវិជ្ជមានតាមអារម្មណ៍។</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>សិស្សពណ៌នាពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនទៅលើសតិបញ្ញា និងរាងកាយ និងពណ៌នាពីចរិតលក្ខណៈអ្នកញៀនគ្រឿងញៀន។</li> </ul>
ទី៣	បង្ហាញពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនទៅលើសង្គម និងការចៀសវាងការប្រើគ្រឿងញៀន។	<ul style="list-style-type: none"> <li>សិស្សពិភាក្សាអំពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនទៅលើសង្គម។</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>សិស្សបង្ហាញពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនទៅលើសង្គម និងការចៀសវាងការប្រើគ្រឿងញៀន។</li> </ul>
ទី៤	សង្ខេបឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន	<ul style="list-style-type: none"> <li>សិស្សធ្វើផ្ទាំងរូបភាព ឬព្រឹត្តិប័ត្រព័ត៌មានអំពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀនដោយខ្លួនឯង។</li> <li>ពួកគេបានធ្វើបទបង្ហាញផ្ទាំងរូបភាពអំពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន ឬអានព្រឹត្តិប័ត្រព័ត៌មានរបស់ពួកគេ។</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>សិស្សសង្ខេបឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។</li> </ul>

**ចំណុចសំខាន់នៃការបង្រៀន**

ចំណុចនៃការបង្រៀនក្នុងមេរៀននេះគឺឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។ ដូច្នេះ គ្រូគួរតែយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យបានច្រើនទៅលើចំណុចខាងក្រោមក្នុងពេលបង្រៀនមេរៀននេះ។

- ឱ្យសិស្សពិភាក្សាគ្នាដើម្បីយល់ដឹងពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។ វាអាចមានការពិបាកក្នុងការយល់ដឹងពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀនសម្រាប់សិស្ស។ ដូចនេះ សៀវភៅណែនាំគ្រូនេះបានបង្ហាញពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន ដើម្បីជំរុញការយល់ដឹងដល់សិស្ស។
- ត្រួតពិនិត្យចំណេះដឹងមានស្រាប់របស់សិស្សនៅពេលចាប់ផ្តើមមេរៀននីមួយៗ។ ប្រសិនបើអ្នករកឃើញថាសិស្សពុំទាន់មានចំណេះដឹងគ្រប់គ្រាន់ បន្ទាប់មកបន្ថែមការពន្យល់បន្ថែមដែលចាំបាច់។
- បំណែងចែកម៉ោងទៅតាមសកម្មភាពដែលបានកំណត់ទុក។ សៀវភៅណែនាំគ្រូនេះណែនាំសកម្មភាពទៅតាមម៉ោងបង្រៀន ប៉ុន្តែគ្រូអាចមានការលំបាកខ្លះចំពោះសកម្មភាពនេះ។

ដូច្នេះ សៀវភៅណែនាំគ្រូនេះផ្តល់នូវតម្រូវការសម្រាប់ការបង្រៀន (ឧទាហរណ៍៖ សំណួរ និងសកម្មភាព) ក៏ដូចជាចំណេះដឹងបន្ថែមមួយចំនួនអំពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន ដើម្បីជំរុញការចាប់អារម្មណ៍របស់សិស្សទៅលើការសិក្សា។

**ចំណេះដឹងមូលដ្ឋានសម្រាប់មេរៀននេះ**

នៅពេលចាប់ផ្តើមម៉ោងសិក្សានីមួយៗ សូមត្រួតពិនិត្យថាតើសិស្សមានចំណេះដឹងដូចខាងក្រោមហើយឬនៅ ប្រសិនបើគ្មាននោះ សិស្សនឹងពិបាកសម្រេចបានវត្ថុបំណងមេរៀន

1. គ្រឿងញៀន  
ប្រភេទផ្សេងៗនៃគ្រឿងញៀន
2. ការញៀន
3. យន្តការនៃការបញ្ជូនរបស់ណឺរ៉ូន

**ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន**



**វត្ថុបំណង**  
ពណ៌នាពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀន  
ទៅលើសតិបញ្ញា និងរាងកាយ និងពណ៌នាពី  
ចរិកលក្ខណៈអ្នកញៀនគ្រឿងញៀន។



**សកម្មភាពទី(១)**

សិស្សរៀបរាប់ពីផលអវិជ្ជមានតាមអារម្មណ៍

សញ្ញានៃការញៀន

- ❖ ឈឺក្បាល
- ❖ វិលមុខជើងបោង
- ❖ គ្រុន
- ❖ ក្អកក្អែក
- ❖ រើរវាយ មើលឃើញ ឬស្តាប់ឮអ្វីមិនមែន  
ជាការពិត។

**សម្គាល់៖** ក្នុងសកម្មភាពនេះ បើអាចគ្រូនាំសិស្ស  
ចុះធ្វើការសម្ភាសន៍ជាមួយអ្នកធ្លាប់ញៀនគ្រឿង  
ញៀនដែលបានស្តារនីតិសម្បទារួច។

មេរៀន

**2**

**ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន**

**ចប់មេរៀននេះ សិស្សអាច**

- ❑ រៀបរាប់ពីផលអាក្រក់នៃគ្រឿងញៀនដល់សតិបញ្ញានិងរាងកាយ
- ❑ បង្ហាញពីផលអាក្រក់នៃគ្រឿងញៀនចំពោះសង្គម
- ❑ ពណ៌នាពីឥរិយាបថនៃអ្នកញៀនគ្រឿងញៀន
- ❑ រៀបរាប់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន។

រាល់គ្រឿងញៀនខុសគ្នាបំផុត មានផលប៉ះពាល់ខុសៗ ចំពោះសារពាង្គកាយនិង  
អារម្មណ៍។ ការចាប់ផ្តើមប្រើប្រាស់លើកដំបូង តែងតែទទួលបានផលអវិជ្ជមាន តែការប្រើប្រាស់បន្តបន្ទាប់  
យូរទូលបានផលអវិជ្ជមាន។ អ្នកប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនមិនអាចបញ្ឈប់ដោយងាយបានឡើយ។  
ភាគច្រើនបំផុតនៃគ្រឿងញៀនផ្តល់ផលប៉ះពាល់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់អ្នកប្រើប្រាស់ ក្រុមគ្រួសារ  
សហគមន៍ និងសង្គមទាំងមូល។

**1. ផលរោគកំដល់សតិបញ្ញា**

មនុស្សញៀនគ្រឿងញៀនបង្កឱ្យមានវិបត្តិសុខភាពយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ។  
ការពុលស្រវឹងនៃគ្រឿងញៀន ប៉ះពាល់ផ្លូវចិត្តជាច្រើនដូចជាមិនងងឹយ  
ដេក សតិស្មារតីមិនល្អ មើលឃើញ ឬស្តាប់ឮអ្វីមិនមែនជាការពិត  
សង្ស័យផ្ដេសផ្ដាស មិនទុកចិត្តគេ បាត់បង់ការចងចាំ ស្លន់ស្លោ ម្តងម្តង  
ជាដើម។ ការថយចុះ ឬបាត់បង់ការចងចាំ អាចបន្ថយអាយុ 2 ឬ 3  
ថ្ងៃបន្ទាប់ពី ការស្រវឹងគ្រឿងញៀនបានសាបរលាប។



**2. ផលរោគកំដល់រាងកាយ**

ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀននាំមកនូវវិបត្តិធ្ងន់ធ្ងរដល់រាងកាយ ប្រព័ន្ធស៊ាំត្រូវបាត់បង់។ វិធីប្រើដោយ  
ចាក់គ្រឿងញៀនតាមសរសៃឈាម ធ្វើឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់ឆ្លងមេរោគដែលបណ្តាលឱ្យមានជំងឺមួយចំនួន



**ចំណេះដឹងបន្ថែម**  
**“គ្រឿងញៀនមានឥទ្ធិពលលើស៊ីណាប”**

ប្រព័ន្ធប្រសាទមានមុខងាររបស់វាយ៉ាងទៀងទាត់តាមរយៈការបញ្ជូនព័ត៌មានតាមបណ្តោយទិសដៅពីផ្នែកមួយនៃ  
សារពាង្គកាយទៅផ្នែកផ្សេងៗទៀត។ ស៊ីណាបជាកន្លែងសំខាន់សម្រាប់ការបញ្ជូនព័ត៌មានតាមរយៈប្រព័ន្ធប្រសាទអាស្រ័យលើ  
សារធាតុគីមីក្នុងស៊ីណាបដែលភ្ជាប់ចន្លោះរវាងណឺរ៉ូននិងណឺរ៉ូន ឬរវាងណឺរ៉ូននិងអ្នកជះឥទ្ធិពល(វត្ថុភ្លេច)។ គ្រឿងញៀនដែល  
បង្កាត់សកម្មភាពសារធាតុគីមីក្នុងស៊ីណាបអាចធ្វើឱ្យតួនាទីរបស់ប្រព័ន្ធប្រសាទបាត់សណ្តាប់ធ្នាប់។

ដូចជា ជំងឺរលាកក្លិនប្រភេទ A ប្រភេទ B និងប្រភេទ C ជំងឺអេដស៍ ជំងឺប្លូស ការចុះស្ករ រោគ មហារីក ដាច់សរសៃឈាមក្នុងខួរក្បាល ជំងឺបេះដូង និងស្លាប់ ។

ជំងឺរាង ជំងឺរាង ៥ បេរៀន ២

ពេលគ្រឿងញៀនប្រាប់ចូលដល់ក្នុងខួរក្បាល សរីរាង្គដែលទទួល រងគ្រោះថ្នាក់គឺខ្លួន បេះដូង តម្រងនោម សួតដែលត្រូវបានទទួល ដោយសារជាតិពុលនិងជំងឺឆ្លងផ្សេងៗដូចជា រលាកច្រមុះ ផ្លូវដង្ហើម ជំងឺបេះដូងរីក រលាកទងសួត មហារីកសួត ហឺត រលាកខ្លួន តម្រង នោម... ។ ឆ្កេញនិងជើងឆ្កេញត្រូវឈឺចាប់ ហើយនាំឱ្យជ្រុះឆ្កេញ ដង្កូវស៊ីឆ្កេញ បែកឆ្កេញ ។



ក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ ម្តាយប្រើគ្រឿងញៀន (កញ្ឆា កូកាអ៊ីន ហ្វូស៊ីន...) ។ ជាតិពុលមានឥទ្ធិពលផ្ទាល់លើទារកក្នុងផ្ទៃ ទាំងផ្នែករាងកាយនិងខួរក្បាល ។ ពេល កើត ក្មេងមានការលូតលាស់យឺតទាំងសតិបញ្ញានិងរូបរាង បើប្រៀបធៀបក្នុងចំណោមកូនក្មេងដែល ម្តាយមិនប្រើគ្រឿងញៀន ។ ការប្រើ ហ្វូស៊ីន កូកាអ៊ីនលើសកម្រិត បណ្តាលឱ្យស្លាប់ ។

**៣. ផលប៉ះពាល់នៃសង្គម**

ការប្រើគ្រឿងញៀន បណ្តាលឱ្យមនុស្សមានបញ្ហាផ្លូវចិត្តដោយបំផ្លាញចោល ឬរលាយ បាត់បង់នូវក្រមសីលធម៌ ដោយឱ្យកណ្តុកគេតែងគេចរេះពីភាពទទួលខុសត្រូវនូវអ្វីៗដែលគេបាន ប្រព្រឹត្ត ។ ការពុលស្រវឹងគ្រឿងញៀនបង្កើតគ្រោះថ្នាក់ដោយធ្វើសកម្មភាពឧក្រិដ្ឋដូចជា ដុតជូន សំបែង គំរាមទារប្រាក់ លួច ប្លន់ ធ្វើបាបអ្នកដទៃ ។ ដូចនេះគ្រឿងញៀនបង្កនូវលក្ខណៈងាយស្រួល ក្នុងការធ្វើឧក្រិដ្ឋកម្ម ។

ភាពស្រេចចិត្តនៃក្រមសីលធម៌និងប្រពៃណីទំនៀមទំលាប់ផ្ទៃផ្ទះរបស់សង្គម កាន់តែដុះដាច់ដោយ ឥទ្ធិពលរបស់គ្រឿងញៀន មិនតែប៉ុណ្ណោះ អ្នកប្រើប្រាស់ទទួលរងការឈឺចាប់ទាំងផ្លូវកាយនិងផ្លូវចិត្ត ហើយឈានទៅរកជំងឺផ្លូវចិត្ត(ផ្លូវចិត្ត)ការឆ្លងរោគផ្សេងៗនិងជំងឺអេដស៍ ។ ការខ្លួនខ្លាយថវិកាផ្ទាល់ខ្លួននិង គ្រួសារដើម្បីទិញគ្រឿងញៀនសម្រាប់ព្យាបាលខ្លួន ដែលបណ្តាលឱ្យសេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារដួបរិបត្តិព្រមទាំង ជនឥទ្ធិពលមួយយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់សង្គមជាតិ ។

សរុបមកយើងឃើញថា រាជរដ្ឋាភិបាលទទួលបានរងដោះស្រាយបញ្ហាជាច្រើន ដែលបណ្តាល មកពីឥទ្ធិពលរបស់គ្រឿងញៀន ដូចជាអំពើអសីលធម៌ឆ្គង បទល្មើស ឆក់ប្លន់ ឧក្រិដ្ឋកម្ម រកកន្លែង សម្រាប់ព្យាបាលអ្នកញៀននិងស្តារនីតិសម្បទាឡើងវិញ ដែលត្រូវចំណាយថវិកាសន្តិសុខសង្គម តុបត្រ គ្រប់គ្រង និងការបាត់បង់កម្លាំងពលកម្មនិងធនធានមនុស្ស ។



**វគ្គបំណង**

ពណ៌នាពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀន ទៅលើសតិបញ្ញា និងរាងកាយ។



**សកម្មភាព(2)**

សិស្សរៀបរាប់ពីផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមានទៅ លើរាងកាយ។

**ផលប៉ះពាល់នៃរាងកាយ**

- ❖ ប្រតិកម្មយឺត
- ❖ ធ្វើឱ្យចង្វាក់បេះដូងលោតលឿន
- ❖ បង្កើនចង្វាក់ដង្ហើម
- ❖ ខូចបេះដូង
- ❖ ខូចថ្លើម
- ❖ សម្ពាធឈាមកើនឡើង
- ❖ ឈឺចាប់រាងកាយ
- ❖ សាច់ដុំរមួលក្រពើ



**ចំណេះដឹងបន្ថែម**  
“ការចាក់ថ្នាំដោយមូល”

នៅពេលមនុស្សម្នាក់ប្រើមូលដើម្បីចាក់គ្រឿងញៀន ឈាមរបស់មនុស្សនោះនៅសល់ក្នុងមូលបន្ទាប់ពីបានដកវាចេញ។ ប្រសិនបើ មនុស្សមានផ្ទុកវីរុស HIV ឬភ្នាក់ងារចម្លងជំងឺផ្សេងទៀតក្នុងឈាម មនុស្សបន្ទាប់ដែលប្រើមូលនោះអាចឆ្លងមេរោគ នោះ។ ដូចនេះ ជំងឺផ្សេងៗជាច្រើនឆ្លងរាលដាលក្នុងចំណោមអ្នកសេពគ្រឿងញៀនយ៉ាងគួរឱ្យស្តាយ។

### វត្តបំណង

បង្ហាញពីផលអវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនទៅលើសង្គម និងការចៀសវាងការប្រើគ្រឿងញៀន។

### សកម្មភាព

សិស្សពិភាក្សាពីផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនចំពោះសង្គម និងការចៀសវាងការប្រើគ្រឿងញៀន។

#### ចម្លើយរំពឹងទុក

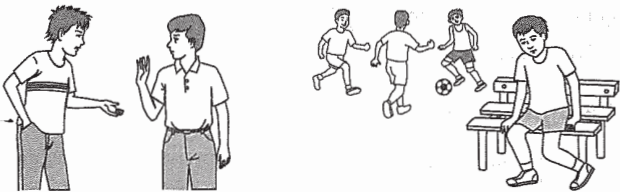
- ផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមាននៃគ្រឿងញៀនចំពោះសង្គម
- “ការលួចលុយច្រើនសម្រាប់ទិញគ្រឿងញៀន”
- “វាយគេដោយគ្មានហេតុផល”
- “គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍”
- “ធ្វើអត្តឃាត”
- “បទឧក្រិដ្ឋផ្សេងៗ”
- “ការកើនឡើងនៃអ្នកជំងឺអេដស៍”
- ការចៀសវាងការប្រើគ្រឿងញៀន
- ចូលរួមសកម្មភាពក្តីបយុវជន ឬការងាររបស់សហគមន៍។
- ចូលរួមចំណែកក្នុងការងាររបស់សង្គម។
- និយាយប្រាប់ឪពុកម្តាយ ឬគ្រូពីបញ្ហានេះ។

### 4. លក្ខណៈនៃអ្នកញៀន

ឥរិយាបថនិងសញ្ញាមួយចំនួនខាងក្រោម បញ្ជាក់ប្រាប់ថាមិត្តរបស់អ្នកញៀនឆ្នាំ។



1. ពួកគេច្រើនមានអារម្មណ៍ឡប់ៗ និងងើយ ហើយគេចូលមិត្តពួនសន្ធឹននៅទីស្ងាត់កំបាំង។
2. គេចេញទឹកភ្នែក ហើយរន្ធប្រស្រីភ្នែករីកធំ។
3. គេតែងតែអវត្តមាននៅថ្នាក់រៀន ហើយមិនសូវចូលសាលារៀនទេ។



4. គេចូលមិត្តិយមមិត្តភក្តិ ឬលួចលុយអ្នកដទៃ។
5. ពួកគេលែងពិតគួរពីខ្លួនឯង គ្រួសារនិងមិត្តភក្តិ។

ឧទាហរណ៍ខាងលើ អាចជួយអ្នកឱ្យស្គាល់ពីលក្ខណៈនៃមនុស្សញៀនឆ្នាំ។ ប៉ុន្តែសញ្ញាខ្លះទៀតបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់យុវវ័យដែលកំពុងលូតលាស់។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ បើមិត្តភក្តិអ្នកមានលក្ខណៈដូចខាងលើ អ្នកត្រូវប្រាប់គ្រូរបស់អ្នក មាតាបិតាដើម្បីរកវិធីអប់រំគេ។ តាមវិធីនេះអ្នកនឹងអាចជួយកាត់បន្ថយអ្នកញៀនឆ្នាំ។

### 5. មូលហេតុនៃការប្រើគ្រឿងញៀន

យុវវ័យខ្លះប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ជក់បារី ឬផឹកស្រាដោយសារមូលហេតុមួយចំនួនដូចជា បំបាក់ការអផ្សុក ដើម្បីចុះសំរុងជាមួយមិត្តភក្តិ និងដើម្បីគេចវេះពីបញ្ហាផ្សេងៗ។ សាកល្បងជួយយុវវ័យទាំងនេះឱ្យជៀសផុតពីបញ្ហាបំបាក់ការងារនេះ ដោយត្រូវឱ្យពួកគេ :

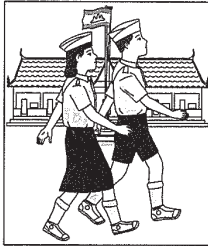
### ចំណេះដឹងបន្ថែម

នៅសហរដ្ឋអាមេរិច ដើម្បីជួយដល់មនុស្សញៀនគ្រឿងញៀន គេមានមជ្ឈមណ្ឌលស្តារនីតិសម្បទាសម្រាប់គ្រឿងញៀន។ មជ្ឈមណ្ឌលនេះបានបង្កើតឱ្យមានកម្មវិធីនានាដើម្បីជួយមនុស្សញៀន និងអនុវត្ត។ អាស័យដ្ឋានមជ្ឈមណ្ឌលនេះបានបង្ហាញនៅខាងក្រោម។

“តើមជ្ឈមណ្ឌលស្តារនីតិសម្បទាគ្រឿងញៀនអាចមានឧបករណ៍ដ៏មានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់ធ្វើឱ្យមាននីតិសម្បទាល្អឡើងវិញដែរ ឬទេ? តើការញៀនអាចត្រូវបានដោះស្រាយ ឬព្យាបាលយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាពដែរឬទេ? តើអ្នកញៀនគ្រឿងញៀនអាចត្រឡប់មកសភាពដើមរបស់ពួកគេវិញ ហើយមិនមានបំណងចង់ត្រឡប់ទៅការសេពគ្រឿងញៀនជាថ្មីម្តងទៀតដែរ ឬទេ? ចម្លើយគឺបាទ / ចាស។ អ្វីៗគឺអាចកើតឡើង”។ <http://drugrehab-center.com/> 2014.12.02

នៅកម្ពុជាមានមជ្ឈមណ្ឌលស្តារនីតិសម្បទាគ្រឿងញៀនដូចជា “មជ្ឈមណ្ឌលឱកាសខ្ញុំ” អាស័យដ្ឋាន ផ្លូវហាន់ណូយ ភូមិសំរោង សង្កាត់ភ្នំពេញថ្មី ខ័ណ្ឌសែនសុខ រាជធានីភ្នំពេញ។ នៅខេត្តបន្ទាយមានជ័យមានពីរកន្លែង មួយនៅជាប់សាលាខេត្ត និងមួយទៀតនៅភូមិទឹកថ្លា។ ខេត្តបាត់ដំបងមាននៅក្នុងស្រុកបរវេល។

ជីវវិទ្យា ជំពូកទី ៥ មេរៀនទី ២



1. ចូលរួមសកម្មភាពក្នុងក្លឹបយុវជន ឬការងាររបស់សហគមន៍ ។



2. ចូលរួមចំណែកក្នុង ការងាររបស់សង្គម ។



3. និយាយប្រាប់ឪពុកម្តាយ ឬគ្រូពីបញ្ហាទាំងនេះ ។

អ្នកអាចចូលរួមក្នុងសកម្មភាពរបស់សាលារៀន ឬសហគមន៍ជំនុំឱ្យការប្រើប្រាស់គ្រឿង ញៀន ធីកស្រា ឬជក់បារី ។

**មេរៀនសង្ខេប**

- ការញៀនគ្រឿងញៀនជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់សតិបញ្ញា គឺធ្វើឱ្យមនុស្សមានជំងឺសរសៃប្រសាទ បាត់ការចងចាំ មួរម៉ៅជាដើម ។
- ការញៀនគ្រឿងញៀនផ្តល់ផលអាក្រក់ដល់រាងកាយដូចជា រលាកផ្លូវដង្ហើម បេះដូងវិកល រលាកថ្លើម តម្រងនោម... ។
- ការញៀនថ្នាំមិនត្រឹមតែជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់មនុស្សដែលប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនផ្ទាល់ទេ តែ វាជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ច្រើនដល់សង្គមទៀតផង ។

**សំណួរ**

1. តើការញៀនថ្នាំផ្តល់ផលអាក្រក់ដល់សតិបញ្ញាដូចម្តេចខ្លះ ?
2. តើផលអាក្រក់នៃការញៀនថ្នាំបណ្តាលឱ្យខូចសុខភាពនិងបង្កើតបញ្ហាដល់សង្គមយ៉ាងណាខ្លះ ?
3. តើមូលហេតុអ្វីបានជាយុវវ័យប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ?
4. ដើម្បីជៀសវាងការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន តើយុវវ័យគួរធ្វើអ្វីខ្លះ ?



សង្ខេបឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។



**សកម្មភាព**

សិស្សបង្កើតផ្ទាំងរូបភាព ឬព្រឹត្តិប័ត្រ ព័ត៌មានអំពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។

ពួកគេបានធ្វើបទបង្ហាញផ្ទាំងរូបភាពអំពី ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន ឬអានព្រឹត្តិប័ត្រព័ត៌មាន របស់ពួកគេ។



**ឆ្លើយសំណួរ**

1. ការញៀនគ្រឿងញៀនផ្តល់ផលអាក្រក់ដល់សតិបញ្ញាគឺធ្វើឱ្យមនុស្សបាត់បង់ការចងចាំ មួរម៉ៅ ជំងឺសរសៃប្រសាទ និង រវើរវាយ ។
2. ផលអាក្រក់នៃការញៀនគ្រឿងញៀនបណ្តាលឱ្យខូចសុខភាពដូចជា ជំងឺបេះដូង បញ្ហាតម្រងនោម បញ្ហាថ្លើម និងបង្កើត បញ្ហាដល់សង្គមដូចជា អំពើអសីលធម៌ បទល្មើស ឆក់ប្លន់ និងប្រព្រឹត្តបទឧក្រិដ្ឋផ្សេងៗ។
3. បានជាយុវវ័យប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនពីព្រោះ ដើម្បីចៀសផុតពីសម្ពាធផ្សេងៗ ចង់សាកល្បង ការប្រកួតប្រជែង ឬដើម្បី ទទួលបាននូវភាពស្ងៀមស្ងាត់។
4. ដើម្បីចៀសវាងការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន យុវវ័យគួរតែពិភាក្សាបញ្ហានេះជាមួយគ្រូ ឬឪពុកម្តាយ។ ចូលរួមសកម្មភាពក្នុង ក្លឹបយុវជន ការងាររបស់សហគមន៍ ឬការងាររបស់សង្គម។

**ចំណេះដឹងខ្ពស់ និងសកម្មភាព & ការប្រើប្រាស់សម្ភារមេស SEAL**

**ការផ្សព្វផ្សាយ**

បង្កើតការផ្សព្វផ្សាយរយៈពេល 30វិនាទីតាមទូរទស្សន៍សំដៅលើក្មេងជំទង់ ដើម្បីជួយពួកគេចៀសវាងពីការអូសទាញ ដើម្បីសាកល្បងប្រើគ្រឿងញៀន។

ការផ្សព្វផ្សាយរបស់អ្នកគួរបង្ហាញឱ្យឃើញពីគ្រោះថ្នាក់នៃឥទ្ធិពលគ្រឿងញៀន និងផ្តល់យុទ្ធវិធីសម្រាប់ការចៀសចេញ ពីគ្រឿងញៀន។

បង្កើតផ្ទាំងសាច់រឿងជាច្រើនដើម្បីបង្ហាញដូចនឹងការផ្សាយពាណិជ្ជកម្ម។ បន្ទាប់មកសរសេរតួអក្សរសម្រាប់ការ ផ្សព្វផ្សាយនោះ។



**យន្តការនៃការស្រូបគ្រឿងញៀន (កញ្ជា ថ្នាំជក់ជាដើម)**

ហេតុអ្វីបានជាការជក់មានផលប៉ះពាល់ក្នុងការស្រូបយកសារធាតុគីមីនៅក្នុងគ្រឿងញៀន? ផ្សែងមានផ្ទុកសារធាតុគីមី ផ្សេងៗ។ នៅពេល យើងជក់ដង្ហើមចូលស្រូបយកផ្សែង សារធាតុគីមីក្នុងផ្សែងចូលក្នុងចរន្តឈាមនៃសរសៃប្តូរក្នុងកូនចង់ស្លូត ហើយរត់ពាសពេញសារពាង្គកាយតាមរយៈរបត់ឈាម។ ជាការពិតណាស់ សារធាតុគីមីទាំងនោះចូលទៅដល់ខួរក្បាលយ៉ាង លឿន។

**ការញៀននៃនីកូទីន**

ជាតិនីកូទីនភ្ជាប់ទៅនឹងកោសិកាខួរក្បាលនៅតំបន់ជាក់លាក់ដែលជាធម្មតាវារក្សានូវជាតិអាសេទីលកូលីន (acetylcholine)។ តំបន់នេះជាមជ្ឈមណ្ឌលត្រួតពិនិត្យរបស់ខួរក្បាល។ ការភ្ជាប់នៃជាតិនីកូទីនទៅតំបន់ទាំងនេះបង្កើតឱ្យ មានការផ្លាស់ប្តូរជាច្រើន។ បន្ទាប់ពីបានមួយខណៈពេល រាងកាយរបស់អ្នកជក់បារីបង្កើតការតម្រូវ ហើយប្រព័ន្ធស្ទើរទាំងអស់ ត្រឡប់ទៅរកភាពធម្មតាវិញ យូរៗទៅអ្នកជក់បារីរក្សាការជក់បារី។ ជាតិនីកូទីនធ្វើឱ្យគ្រប់យ៉ាងបាត់បង់តុល្យភាពទាំងអស់នៅ ពេលតែមួយ។ វិធីតែមួយគត់ដើម្បីរក្សាឱ្យវានៅ “ធម្មតា” គឺដើម្បីរក្សាការជក់បារី។ អ្នកជក់បារីត្រូវបានញៀន។

**ការប្រើប្រាស់សម្ភាររបស់ SEAL**

សម្ភារឧបទ្វេសផ្សេងៗទាក់ទងនឹងមេរៀនដែលអាចរកបាន



**តេស្តខ្លឹមសម្រាប់ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន ( រយៈពេល១ម៉ោង )**

1. ចូរជ្រើសរើសចម្លើយដែលត្រឹមត្រូវបំផុត

(1) គ្រឿងញៀនដែល ( ) សកម្មភាពសារធាតុគីមីក្នុងស៊ីណាប័រអាចធ្វើឱ្យតួនាទីនៃប្រព័ន្ធប្រសាទបាត់បង់សណ្តាប់ធ្នាប់។

- (ក) បង្កាក់            (ខ) បង្កើន            (គ) បញ្ឈប់            (ឃ) ធ្វើឱ្យមានសកម្មភាព

(2) នៅពេលមនុស្សម្នាក់ប្រើម្ហូបដើម្បីចាក់គ្រឿងញៀន ឈាមរបស់មនុស្សនោះ ( ) ក្នុងមូលបន្ទាប់ពីដកវាចេញ។

- (ក) ដកចេញ            (ខ) នៅសល់            (គ) ជំរុញ            (ឃ) ស្រួប

(3) សញ្ញានៃមនុស្សញៀនមានដូចជា វិលមុខធ្វើដេង ក្អកចង្ហោរ និង ( )

- (ក) ស្ងៀមស្ងាត់            (ខ) ចិត្តល្អ            (គ) រវើរវាយ            (ឃ) ញញឹមញញែម

(4) ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀនមកលើរាងកាយមនុស្សមានដូចជាបញ្ហាតម្រងនោម បញ្ហា( ) និងបញ្ហាថ្លើម។

- (ក) ដៃ            (ខ) ជើង            (គ) ក            (ឃ) បេះដូង

(5) ប្រសិនបើ អ្នកឃើញមិត្តភក្តិញៀនគ្រឿងញៀន យើងត្រូវប្រាប់ ( )

- (ក) គ្រូ            (ខ) មិត្តភក្តិ            (គ) មនុស្សមិនដែលស្គាល់            (ឃ) ជនបរទេស

**បង្ហាញ ពិន្ទុ និងការវិនិច្ឆ័យ**

**សរុប 50ពិន្ទុ**

មួយចំណុច 10 ពិន្ទុ

1. (1). (ក) បង្អាក់ (2). (ខ) នៅសល់ (3). (គ) រើរវាយ (4). (ឃ) បេះដូង (5). (ង) គ្រូ

សំណួរនីមួយៗបញ្ជាក់ពីខ្លឹមសារខាងក្រោម។ សំណួរទី(1) គឺជាយន្តការគ្រឹះរបស់ឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។ សំណួរទី(2) គឺផលប៉ះពាល់នៃការចាក់ថ្នាំក្នុងការឆ្លងមេរោគ។ សំណួរទី(3) គឺសញ្ញានៃមនុស្សដែលញៀន។ សំណួរទី(4) គឺឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀនទៅលើរាងកាយរបស់មនុស្ស។ សំណួរទី(5) គឺការព្យាបាលរបស់មិត្តញៀនគ្រឿងញៀន។

ប្រសិនបើ ការធ្វើតេស្តមានពេលគ្រប់គ្រាន់ គ្រូឱ្យសិស្សរំលឹកឡើងវិញក្នុងជំពូកនេះ។

**លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ**

ពិន្ទុ	លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ និងសំណូមពរសម្រាប់ការបង្រៀន
0 - 20	សិស្សខ្លះចំណេះដឹងមូលដ្ឋាន និងការយល់ដឹងពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។ ពួកគេត្រូវតែបញ្ជាក់ពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។
21 - 30	សិស្សទទួលបានចំណេះដឹងមូលដ្ឋាន និងយល់ដឹងពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។ ទោះជាយ៉ាងណា ពួកគេត្រូវតែបញ្ជាក់ឡើងវិញពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។
31- 50	សិស្សហាក់បីដូចជាមានកម្រិតនៃការយល់ដឹងពីឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀនគ្រប់គ្រាន់។ គ្រូគួរតែឱ្យសិស្សគិតពីតួនាទីនៃឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងញៀន។