

ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸੰਭਵ ਵਰਤੋਂ, ਖੁਰਾਕਾਂ, ਚਿਤਾਵਨੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ canada.ca/en/health-canada/topics/cannabis-for-medical-purposes.html 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਲੋਂ ਭੰਗ ਦਾ ਸੂਟਾ ਲਾਉਣ ਦੇ ਅਸਿੱਧੇ ਅਸਰ ਕਿਹੜੇ ਹਨ?

ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਤੰਬਾਕੂਨਸ਼ੀ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ। ਅਧਿਆਨਾਂ ਨੇ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਤੰਬਾਕੂ ਦੇ ਧੂਏਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਭੰਗ ਦੇ ਧੂਏਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਹੋ ਜਿਹੇ ਕਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਤੱਤ ਹਨ। ਸਿਗਰੇਟ ਦੀ ਤੰਬਾਕੂਨਸ਼ੀ ਵਾਂਗ ਹੀ ਭੰਗ ਦੀ ਤੰਬਾਕੂਨਸ਼ੀ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬੁੱਕਾਇਟਸ ਵਰਗੇ ਲਛਣ ਖੰਘ ਲੱਗਣੀ ਅਤੇ ਘਰੜ-ਘਰੜ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਆਉਣੀ, ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਐਥਲੈਟਿਕ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੰਬਾਕੂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਸਿੱਧੇ ਅਸਰ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਹਨ, ਪਰ ਭੰਗ ਦੇ ਧੂਏਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਸਿੱਧੇ ਸਿਹਤ ਅਸਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਲਈ ਹੋਰ ਖੋਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੈਂ ਭੰਗ ਦੇ ਅਮਲੀ ਇੱਕ ਦੇਸਤ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਭੰਗ ਦੇ ਅਮਲ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸਤ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਲਿਖਤੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੇਸਤ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਭੰਗ ਦੀ ਸੀਮਤ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸੀ। ਉਹ ਮੰਨ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ ਅਤੇ ਵੱਧ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਸੀ।

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਤੱਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਵਿੱਚ ਭੰਗ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ), ਤਾਂ ਉਹ ਮਦਦ ਚਾਹ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ, ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਮਦਦ ਦਾ ਹੱਥ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਸੈਂਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਜੱਥੇਬੰਦੀਆਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੇਸਤ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼੍ਰੇਣ

ConnexOntario

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਜੁਏਬਾਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।
1-866-531-2600 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ connexontario.ca 'ਤੇ ਜਾਓ।

211 Ontario (ਓਟਾਰੀਓ)

ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ 24/7 ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ontario.ca 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 2-1-1 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

CAMH

ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ (CAMH) ਲਈ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ 416535-8501 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਵਿਕਲਪ 2 ਜਾਂ camh.ca 'ਤੇ ਜਾਓ।

