




Orientation to Ontario

SAAMAYNADA CAAFIMAADKA EE XASHIISKA




Xashiiska ayaa sameeyaa isla nidaamka noolaha ee maskaxda ee masuulka ka ah kobaca maskaxda. Dhalinta iyo dayarta ayay u badan tahay inay dhibaato kasoo gaarto xashiiska sabab la xariirta in maskaxdoodu kobcayso ilaa da'da 25 sano. Hadba sida aad da' hore ugu biloowdo xashiiska, ayay waxyeeladu kasii xun tahay.

Falceinta qof kasta ka baxsho xashiishka ayaa kaladuwan wayna kaladuwan tahay waqtiga waqtiga ka danbeeya.


Wax ka ogoow xashiiska iyo saamaynadiisa caafimaadka.

Miyaan isticmaali karaa xashiiska marka aan uur leeyahay ama naas nuujinaayo?



Si lamid ah tubaakada iyo khamriga, haweenka uurka leh ama hooyooyinka cusub ee isticmaalaaya xashiiska ayay saamayn gaari kartaa ilmaha uurka ku jira ama markaas dhashay. Maadooyinka xashiiska ayaa raaca dhiiga hooyada kadibna gaara ilmaha uurka ku jira intay uurka leedahay. Sidoo kale, waxay ugu gudbaan caanaha naaska marka ilmuhu dhasho. Tan ayaa keeni karta dhibaatooyin caafimaad oo ku dhaca ilmaha. Maadaama aysan jirin cadadka saxda ah ee ay tahay in xashiiska laga isticmaalo marka aad uur leedahay ama naas nuujinayso, qaabka ugu amaansan waa inaad isticmaalin xashiiska. Haddii aad u baahan tahay xog ama taageero dheeri ah, waxaa lagu talinayaa inaad la hadasho dhakhtarkaaga caafimaadka.

Cabista xashiisku ma kicin kartaa schizophrenia?



Inkastoo farsamada dhabta ah aan wali la aqoon, qaar kamid ah dadka, isticmaalka

xashiishka ayaa kordhisa khatarta qaadista xanuunnada dhimirka sida schizophrenia. Arintaan ayaa si gaar ah si dhab ah ugu dhacda dadka:

- bilaaba xashiishka ayadoo da'yar;
- aadka u caba xashiiska (maalin kasta ama ku dhawaad maalin kasta);
- horey u soo maray ama qoyskoodu qabi jiray schizophrenia.

Dhallin yarada ayaa si gaar ah ugu nugul dhibaataada xashiishka, maadaama cilmi baaris ay muujinayso in maskaxdu aysan si buuxda u korayn ilaa qofku ka gaaro 25 sano. Tan ayaa sabab u ah in THC, maadada "marqaanka" siisa xashiishka, ay saamayso isla mashiinnada maskaxda ee maamula kobaca maskaxda.

Sidoo kale waa inaad ogaato in isticmaalka xashiiska sarqaanka badan ay sidoo kale keento khatarta badan ee qaadista cudurka schizophrenia. Joojinta ama yaraynta isticmaalka xashiishka ayaa la ogaaday inay kobciso caafimaadka; hase yeeshee, ciladaha caafimaadka ayaan si buuxda looga bogsan karin xataa haddii qofku joojiyo isticmaalka xashiishka.

Waa maxay faa'iidooyinka isticmaalka xashiishka?

Waxaa jirta cadayn muujinaysa in xashiishka loo isticmaalo daawaynta qaar ama maadooyin kamid ah xashiishka (cannabinoids) qaar badan oo kamid ah dadka reer Canada ayaan sheegay inay xashiishka u isticmaalaan sababo caafimaad sida xanuunka dabo dheeraday, lalabada/mataga la xariira baxnaaninta kansarka, iyo dejinta xanuunka sclerosis ka badan. Inkastoo

Funded by / Financé par

xashiishka ay dadka qaar u adeegsadaan daawo caafimaad ahaan, go'aaminta in xashiishku ku haboon yahay daawaynta xanuunka qofka ayaa sida ugu haboon lagu gaaraa dood lala sameeyo dhakhtarka.

Health Canada ayaa haysa xog loogu talagalay xirfadleyaasha caafimaadka iyo bukaannada loo ogol yahay taasoo la xariirta isticmaalka xashiiska iyo maadooyinka cannabinoids oo loo adeegsado ujeedooyin caafimaad.

Tan waxaa ku jira xog ku saabsan isticmaallada sababo caafimaad, kuurada, digniino, iyo ciladaha ka dhalan kara. Si aad u hesho xog dheeraad ah, booqo canada.ca/en/health-canada/topics/cannabis-for-medical-purposes.html

Waa maxay saamaynada xashiishku ku leeyahay dadka la jooga qofka cabaaya.

Sigaar nooc kasta waa khatar. Daraasaadka ayaa muujinaaya in sigaarka xashiishku ka kooba yahay maadooyin xun oo lamid ah kuwa khatarta ah ee sigaarka tubaakada. Sida sigaarka tubaakada, cabista xashiishka ayaa waxyeelo u gaysan kara sanbabooyinkaaga wuxuuna keenayaa xanuun sida kan sababka oo kale ah, qufac, iyo jixdheer kuwaasoo, tusaale ahaan, saamayn kara shaqada ciyaar yahannada. Inkastoo saamaynada ku dhacaaya qofka la jooga qofka sigaarka cabaaya ee tubaakada la yaqaano, cilmi baaris dheeri ah ayaa loo baahan yahay si loo fahmo saamaynada caafimaadka ee qofka xashiiska lagu cabaayo ku dhacaaya.

Sidee ayaan uga caawin karaa saaxiib balwad ka dhigtay xashiishka?

Ma jiro qoraal gaar ah oo u degsan kala hadlida saaxiibkaa balwad ka dhigashada xashiishka wayna adag tahay inaad ku qanciso inuu joojiyo. Waxaad ku bilaabi kartaa inaad ku booriso saaxiibkaa inuu isku eego noloshiisa hadda iyo sida uu ahaa markii uusan aadka u isticmaali jirin xashiishka. Wuxuu qiri karaa inuu markaas caafimaad badnaa, farxad badnaa, uuna waxtar badnaa.

Marka qof uu ku jiro isticmaalka maandooriyaasha (uuna ku jiro xashiisku), waa inuu raadsadaa caawimaad. Ilo badan ayaa la heli karaa si looga jawaabo su'aalaha, loo baxsho talo ama loo caawiyo qof. Waxaad caawin kartaa saaxiibkaa adoo diyaarintaaya liiska ururada deegaankiina, ayna ku jiraan webseedyada iyo lambarada taleefanka.

ILAHA XOGTA

ConnexOntario

ConnexOntario waxay bixisaa xogta adeegyada caafimaadka oo bilaash ah qarinaayana sirta lana siiyo dadka waajahaaya dhibaatooyinka khamrada iyo daroogada, caafimaadka dhimirka, iyo khamaarka. Ka wac **1-866-531-2600** ama booqo connexontario.ca

211 Ontario

211 waa layn caawimaad bilaash ah baxsha oo kugu xiraaya adeegyada iyo barnaamijyada ka shaqeeya deegaankaaga 24/7. Booqo 211ontario.ca ama wac 2-1-1 si aad u hesho adeegyada caafimaadka dhimirka, balwada, iyo kuwo kale.

CAMH

Si aad ula xariirto Xarunta Balwada iyo Caafimaadka Dhimirka (CAMH) wac **416 535-8501**, dookha 2 ama booqo camh.ca

