បណ្ណ័ពត៌មានស្ដីពីការបង្ការគ្រឿងញៀន លេខ5

ប្រសិនបើអ្នកព្រួយបារម្ភអំពីការរងគ្រោះដែលបណ្ដាលមកពីគ្រឿងញៀន?

ការញៀនគឺជាជំងឺខួរក្បាលរ៉ាំរ៉ៃ

ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន

ការឆ្លើយតបភាពរីករាយមួយភ្លែតដែលបង្ករឡើងដោយសារធាតុបញ្ជូនសសៃរប្រសាទខួរក្បាល តូផាមីន

អសមត្ថភាពក្នុងការទទួលយកការសប្បាយប្រចាំថ្ងៃ

ប្រើជាបន្តបន្ទាប់ដើម្បីទទួលបានអារម្មរីករាយ

- ✔ ការញៀនគឺជាជំងឺរ៉ាំរ៉ៃដែលបណ្តាលលឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរនៅក្នុងខួរក្បាល ការព្យាបាលគឺឈឺចាប់ខ្លាំង, ហើយទាមទារការប្រឹងប្រែងអស់មួយជីវិត
- ✔ មិនមានករណីលើកលែងចំពោះការញៀននោះទេហើយអ្នកមិនអាចគេចផុតពីការប្រឹងប្រែងរបស់អ្នកបានទេ
- ✔ ការរកឃើញទាន់ពេលវេលា និងការព្យាបាលគឺសំខាន់បំផុត

※ប្រភព: គេហទំព័រ មជ្ឈមណ្ឌលជំនួយគ្រប់គ្រងការញៀន ថេចន ដុងគូ

ការញៀននឹងគ្រឿងញៀន មិនមែនជាបញ្ហាបុគ្គលទេ

- ការញៀននឹងគ្រឿងញៀន មិនមែនជាបញ្ហារបស់អ្នកពាក់ព័ន្ធតែម្នាក់ឯងនោះទេ
- វាផ្តល់ការខូចខាត់ដែលមិនអាចងើបឡើងវិញចំពោះមនុស្សគ្រប់គ្នាជុំវិញអ្នកដោយ ចាប់ផ្តើមពីអ្នក, រួមទាំងក្រុមគ្រួសារ, មិត្តភក្តិ, និងកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នក
- ប្រសិនបើអ្នកមើលឃើញថាកូន
ឬសមាជិកគ្រួសាររបស់អ្នកមានអាកប្បកិរិយាខុសពីធម្មតា និង
បង្ហាញអារម្មណ៍ប្រែប្រួលខ្លាំង ឬត្រូវបានសង្ស័យថាបានប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន
មួយថ្ងៃក៏ដោយអ្នកត្រូវតែទទួល ការប្រឹក្សា ការអប់រំ
និងការព្យាបាលសមស្របឱ្យបានឆាប់រហ័សតាមដែលអាចធ្វើបាន

ប្រសិនបើអ្នកសង្ស័យថាមានបទល្មើសគ្រឿងញៀន
អ្នកត្រូវតែរាយការណ៍

ប្រសិនបើអ្នកសង្ស័យ
ថាមានឧក្រិដ្ឋកម្មទាក់ទងនឹងគ្រឿងញៀន
អ្នកត្រូវតែរាយការណ៍ទៅ
នគរបាលជាតិ 112,
ការិយាល័យព្រះរាជអាជ្ញា 1301,
ឬការិយាល័យគយ 125

- ✔ បើគ្រួសារ ឬអ្នកស្គាល់គ្នាជាប់ពាក់ពន្ធ័,
  ការលាក់ទុកព្រោះខ្លាចមានទោសអាចបង្ករទៅបញ្ហាកាន់តែធំ
- ✔ បើដឹងច្បាស់ថាអ្នកបានប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនដោយមិនដឹងខ្លួន ឬផ្ទុយពីឆន្ទៈរបស់អ្នក
  នោះអ្នកនឹង មិនត្រូវបានផ្តន្ទាទោសឡើយ

បញ្ហាគ្រឿងញៀន! យើងអាចដោះស្រាយវារួមគ្នាតាមរយៈ ការការពារ, ការរកឃើញទាន់ពេលវេលា, និងដំណោះស្រាយ

- ✔ យើងអាចបង្កើតសង្គមមួយដែលមានសុខភាពល្អភ្លឺស្វាង, ដោយគ្មានថ្នាំញៀនដោយការខិតខំរបស់យើងទាំង អស់គ្នា
- ✔ សូមយកចិត្តទុកដាក់នៅផ្ទះរបស់អ្នក ដើម្បីធានាថាកូនៗរបស់អ្នកមិនប្រឈមមុខនឹងគ្រឿងញៀន ឬរងគ្រោះ នៃឧក្រិដ្ឋកម្ម

ទីភ្នាក់ងារពិគ្រោះយោបល់ និង ការបណ្តុះបណ្តាល

- ☑ ទីស្នាក់ការកណ្តាលប្រឆាំងនិងគ្រឿងញៀនក្នុងប្រទេសកូរ៉េ
  - •សាខាខេត្តក្រុងទាំង13 តំបន់ទូរទាំងប្រទេស អាចមកផ្ទាល់ ជាសុំបុត្រ ម៉ែល រឺ ប្រឹក្សាយោបល់តាមទូរសព្ទ័
  - •តភ្ជាប់ការព្យាបាលដោយស្ថាបន័វិជ្ជសាស្រ្ត

ការសំរាកព្យាបាលនៅមន្ទីពេទ្យ ការព្យាបាលអ្នកជំងឺក្រៅ និង ការពិគ្រោះយោបល់

- ☑ ស្ថាបន័ព្យាបាល និង ការពារក្នុងសហគមន៍
- ☑ មជ្ឈមណ្ឌលគាំទ្ររួមបញ្ចូលគ្នានៃការគ្រប់គ្រងការញៀន

សំភារះអប់រំស្តីពីការបង្ការគ្រឿងញៀនរបស់សិស្ស

- ☑ មជ្ឈមណ្ឌលពត៌មានសុខភាពសិស្ស
  : https://schoolhealth.kr/

ស្ថាបន័រាយការណ៍ បទល្មើសគ្រឿងញៀន

☑ ប៉ុស្តិ៍ប៉ូលីស: 112 ☑ ព្រះរាជអាជ្ញា: 1301 ☑ ការិយាលយ័គយ: 125

※ការពិគ្រោះយោបល់, បណ្តុះបណ្តាលនិងព្យាបាល រាល់ពត៌មានផ្ទាល់ខ្លួនទាំងអស់ត្រូវបានការពារយ៉ាងតឹងរឹងនៅពេលពិគ្រោះយោបល់នៅស្ថាបន័ ។

※មិនត្រឹមតែចំពោះខ្លួនអ្នកប៉ុណ្ណោះទេ, ថែមទាំងក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នក និង អ្នកជុំវិញខ្លួនរបស់អ្នកក៏អាចពិគ្រោះយោបល់បានដែរ ។