Ohio Chapter
INCORPORATED IN OHIO
American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

Ohio Department of Health

SA POU KONNEN SOU ITILIZASYON MARIGWANA

Sèvi ak pwodwi ki gen THC tankou yon plim vapotaj oswa pwodwi kanabis manjab ka gen konsekans grav.

KONSEKANS AKOUTÈM

- Gen plis chans pou yo sèvi ak sigarèt, bwè twòp alkòl, oubyen pran lòt dwòg ilegal
- Pi gwo pwobabilite pou twoub imè
- Anksyete ogmante
- Potansyèl pou devlope twoub pèsonalite

KONSEKANS ALONTÈM

- Devlopman sèvo ki chanje
- Move sante mantal
- Tous kwonik, souf kout ak sifleman
- Ka ogmante risk pou w devlope kansè

KONSÈY POU PALE AK ADOLESAN OU A SOU PWODUI THC

Konvèsasyon sou vapotaj ka difisil pou fè ak yon adolesan. Tablo ki vin apre a ba ou kèk lide sou fason pou pi byen pale ak yon adolesan lè w ap abòde sijè a.

Soulve Sijè a	**Bati Rapò:** Eksplore kijan bagay yo ap mache nan lavi a pi lwen pase itilizasyon sibstans sèlman. Pwen fò, fòs, koneksyon kominotè, objektif, rezo sipò ak konpetans rezilyans.
	Mande Pèmisyon: "Èske li ta oke pou m pale sou sa ki fè m enkyete konsènan sa ou fèk pataje a?"
Bay fidbak	**Rezime sa yo te pataje a. Ranfòse chwa pozitif:** "Sa sanble tankou kèk nan zanmi pwòch ou yo itilize sigarèt elektwonik, epi li bon pou tande ou pa toujou patisipe avèk yo. Mwen enkyè pou risk nou konnen ki ka rive menm lè yon moun itilize li detanzantan. Kisa ki fè ou pafwa pa fè vapotaj?"
	Bay fidbak: "Vapotaj ka danjere pou plizyè rezon, tankou fason nikotin chanje fason sèvo nou reyaji, ansanm ak pwodui chimik nou konnen ki danjere."
	Rekòmande (oswa ranfòse) abstinans: "Ou ap pran yon desizyon ki vrèman saj e ki montre ou gen matirite lè ou di ''non'' ak vapotaj pou pwoteje sante ou. Antanke doktè/pwofesè/antrenè/manman ou, AK antanke yon moun ki gen sousi pou ou – mwen dakò totalman ak desizyon enpòtan sa. Sa a vrèman enpresyonan. Mwen mande si ou ka itilize estrateji ou yo nan di "non" pafwa pou w di "non" pi souvan?"
	Mande Fidbak: "Kisa ou panse pandan w ap tande m ki ap di sa?"
Amelyore Motivasyon	**Eksplore Avantaj ak Enkonvenyan:** "Kisa ou renmen nan vapotaj?" "Ki kèk nan bagay sa yo ki pa tèlman bon nan vapotaj?"
	Rezon pou Chanjman: "Ki kèk nan pi bon rezon ou ka panse pou evite vapotaj?"
Negosye epi Konseye	**Ranfòse Otonomi:** "Sa ou chwazi fè se finalman desizyon pa ou." **Mande Avi:** "Ki pwochen etap ou ta renmen pran ak kouman mwen ka ede?"
	Negosye yon Objektif: Konsantre sou ti objektif ki posib pou reyalize pou ede yo devlope konfyans nan kapasite yo epi avanse nan nivo preparasyon yo.
	Rediksyon Domaj: Pa gen dabbing; pa vapote anvan espò; elatriye.
	Ede nan Devlope yon Plan: Ede yo reflechi sou obstak potansyèl yo epi jwenn solisyon pou yo. Adrese pwoblèm sante mantal ki rive an menm tan oswa lòt pwoblèm.
	Fè aranjman pou Plan Swivi: Rapidite a depann de nivo risk ak/oswa objektif yo. Plan an ta dwe asire responsabilizasyon epi sipòte pwogrè.
	Remèsye yo: "Mèsi paske ou dispoze reflechi seryezman sou pwoblèm sa a ak sou sante ou."