



## Bài

## 9-10

# Thực hành : Nói “Không !” đối với các chất gây nghiện



Đọc các thông tin dưới đây và hoàn thành bảng sau :

	Tác hại của thuốc lá	Tác hại của rượu, bia	Tác hại của ma túy
Đối với người sử dụng			
Đối với người xung quanh			

### Hút thuốc lá (hoặc thuốc lào) có hại gì ?

1. Thuốc lá là chất gây nghiện : làm người hút phụ thuộc vào thuốc lá, dẫn đến nghiện.
2. Có hại cho sức khỏe người hút
  - Khói thuốc lá chứa rất nhiều chất độc, có thể gây ra nhiều căn bệnh như ung thư phổi, các bệnh về đường hô hấp và tim mạch,...
  - Khói thuốc lá làm hơi thở hôi, răng ố vàng, môi thâm, da sạm bị nhăn,...
3. Ảnh hưởng đến những người xung quanh
  - Những người không hút thuốc lá nhưng hít phải khói thuốc lá cũng dễ bị mắc các bệnh như người hút thuốc lá.
  - Trẻ em sống trong môi trường có khói thuốc lá dễ mắc các bệnh nhiễm khuẩn đường hô hấp, viêm tai giữa,...
  - Sống gần người hút thuốc lá, trẻ em dễ bắt chước và trở thành người nghiện thuốc lá.

### **Uống rượu, bia có hại gì ?**

1. Rượu, bia là chất gây nghiện : làm người uống phụ thuộc vào rượu, bia, dẫn đến nghiện.
2. Có hại cho sức khỏe và nhân cách của người nghiện rượu, bia
  - Rượu, bia có thể gây ra các bệnh về đường tiêu hoá, tim mạch, thần kinh,...
  - Người say rượu, bia thường bê tha, quần áo xộc xệch, mặt đỏ, dáng đi loạng choạng, nói lảm nhảm, ói mửa, bất tỉnh,...
3. Ảnh hưởng đến những người xung quanh : Người say rượu, bia hay gây sự, đánh lộn, có thể gây tai nạn giao thông, vi phạm pháp luật,...

### **Sử dụng ma túy có hại gì ?**

1. Ma túy là chất gây nghiện, có loại chỉ cần dùng thử một lần đã nghiện. Người đã nghiện ma túy rất khó cai nghiện.
2. Có hại cho sức khỏe và nhân cách của người nghiện ma túy
  - Sức khỏe của người nghiện bị huỷ hoại ; mất khả năng lao động, học tập ; hệ thần kinh bị tổn hại. Tiêm chích ma túy dễ bị lây nhiễm HIV, nếu quá liều có thể bị chết.
  - Khi lên cơn nghiện, không làm chủ được bản thân, người nghiện có thể làm bất cứ việc gì kể cả ăn cắp, cướp của, giết người để có tiền mua ma túy.
3. Ảnh hưởng đến những người xung quanh
  - Gia đình có người nghiện thường bất hoà, con cái bị bỏ rơi, kinh tế bị sa sút,...
  - Trật tự an toàn xã hội bị ảnh hưởng, các tội phạm gia tăng,...



- Rượu, bia, thuốc lá, ma túy đều là những chất gây nghiện. Riêng ma túy là chất gây nghiện bị Nhà nước cấm. Vì vậy, sử dụng, buôn bán, vận chuyển ma túy đều là những việc làm vi phạm pháp luật.
- Các chất gây nghiện đều gây hại cho sức khỏe của người sử dụng và những người xung quanh ; làm tiêu hao tiền của bản thân, gia đình ; làm mất trật tự an toàn xã hội.





Thực hành kĩ năng từ chối : Nói “Không !” đối với các chất gây nghiện.



①



②



③



- Mỗi chúng ta đều có quyền từ chối, quyền tự bảo vệ và được bảo vệ. Đồng thời, chúng ta cũng phải tôn trọng những quyền đó của người khác.
- Mỗi người có một cách từ chối riêng, song cái đích cần đạt được là nói "Không !" đối với những chất gây nghiện.



"Chiếc ghế nguy hiểm".