



我认识一个正在使用某种上瘾物品的年轻人。 我怎么知道他们是否需要帮助？

当您怀疑或发现您熟悉的某个年轻人正在使用某种上瘾物品时，您可能会感受到很多情绪，这是正常的。您可能想知道您是否能够做些什么。

首先，上瘾物品不仅仅是可卡因、阿片类药物、甲基苯丙胺和摇头丸(MDMA)等毒品。大麻、酒精、咖啡因、烟草、电子烟产品和处方药（如苯二氮卓类药物）也是上瘾物品。切记，年轻人使用的上瘾物品类型并不是最主要的，最重要的是该上瘾物品对年轻人自己及其人际关系（包括他们与您的关系）产生的影响。

每个人使用上瘾物品的迹象会有所不同。某些人使用上瘾物品而产生负面后果的可能迹象包括疏远家人和朋友、旷课或旷工，以及外貌的改变，例如体重增加或减少以及伤痕或疤痕。然而，这些迹象也可能与使用上瘾物品无关。

有时很难知道年轻人使用上瘾物品是否已经造成伤害，或者甚至无法确定他们是否在使用上瘾物品。在定义年轻人的“有害的上瘾物品使用”时，需要考 很多事情，这些事情可能会增加（或减少）风险。这包括他们的健康状况、他们的年龄、他们使用的上瘾物品类型、方式和频

率，以及使用上瘾物品对他们的日常生活、健康、人际关系和学业或就业的影响。

如果此年轻人以任何频率使用任何上瘾物品，您（和他们）完全可以寻求建议和帮助。即使此时尚无造成上瘾物品使用疾病（成瘾），他们也可以为自己寻求帮助或由家人/照顾者出面为他们寻求帮助。如果您不确定发生了什么，而只想了解有关您所看到的现象的更多信息，那您的选项之一就是与Foundry取得联系，寻求信息和支持。

Foundry为不列颠哥伦比亚省12–24岁的青少年提供身心健康的资源、服务和支持。Foundry还为像您这样的家人/照顾者提供多种服务。我们建议您致电当地的Foundry中心，了解您所在社区提供哪些线下的小组活动。Foundry Virtual BC还为家人/照顾者提供咨询、同伴支持、家人/照顾者小组活动和研讨会，其中一些服务以英语和英语以外的其他语言提供。欢迎浏览foundrybc.ca/get-support了解有关所有这些资源的更多信息。

请记住，无论您的孩子是否正在使用Foundry的服务，您都可以作为家人/照料者获得Foundry的支持！