

# ADIKKU PENAGIH TEGAR

Siswa risau keselamatan ibu, dua lagi adik



**BERSAMA  
KAUNSELOR**

Pn. Siti Fatimah  
Abdul Ghani

Maklumat dan  
nasihat mengenai  
kesihatan mental  
dapat didapati  
di [www.pusatkaunselor.gov.my](http://www.pusatkaunselor.gov.my)

Adik saya seorang penagih dadah tegar. Dia sudah beberapa kali keluar masuk pusat pemulihan, namun sikapnya masih sama. Sejak akhir-akhir ini, tindakan adik agak membimbangkan.

Segala besi buruk, malah perituk belanga ibu dijualnya untuk dijadikan modal membeli dadah. Sebagai kakak, saya risau dengan sikapnya yang makin liar. Saya kkuatir suatu hari dia akan bertindak melebihi batasan.

Saya sudah tidak tahu apa yang perlu dilakukan untuk membantunya pulih dan kembali normal. Meskipun agak terganggu dengan sikapnya, saya tidak sesekali menjadikannya alasan untuk tidak fokus dalam pengajian saya di universiti.

Saya menerima kesukaran ini sebagai satu ujian daripada Allah SWT kepada kami sekeluarga. Tambah menyedihkan, ayah sudah lama meninggal dunia manakala ibu tinggal bersama dua adik lain. Saya risaukan keselamatan ibu dan dua adik. Tekanan emosi mereka sangat kuat, namun saya sering mengambil tahu dan menjaga kebajikan mereka. Saya memohon

jasa baik puan untuk membantu. Paling tidak, berikan kekuatan buat saya dalam menghadapi saat sukar sebegini.

**MINTA BANTUAN**  
Selangor

Berhadapan situasi sebegini episod kehidupan yang sangat mencabar. Pelbagai dugaan hadir dalam setiap keputusan yang diambil menjadikan suasana agak tegang dan beremosi. Perkongsian ini sesuatu yang perlu diberikan perhatian oleh semua.

Ia memberikan panduan dan bimbingan kepada semua ahli masyarakat betapa ujian hidup itu adalah pelbagai.

Kebimbangan, kerisauan, tanggungjawab serta keprihatinan anda memberi peluang kepada saya untuk membantu walaupun secara maya. Fokus utama yang ingin saya kongsi ialah mengenai pemantapan rohani serta tindakan yang boleh diambil. Semoga ia dapat memberikan celik akal kepada anda dalam menghadapi kesukaran ini.

Pertama, kekuatan spiritual dan emosi yang perlu dikawal dan diperteguhkan bagi membantu anda

lebih tabah dan reda mengharungi cabaran ini. Kekuatan ini hanya akan hadir jika anda meletakkan kepercayaan dan keyakinan kepada Allah SWT dalam memberikan semangat serta dorongan. Anda juga perlu memperteguhkan keimanan dengan melakukan amalan sunat secara berterusan dan tidak henti berdoa.

Kedua, pengawalan emosi yang perlu dilatih secara berhikmah menerusi gaya komunikasi berkesan. Sebagai individu prihatin, anda boleh menjadi orang tengah atau penting dalam keluarga. Anda boleh meluangkan masa berbicara dengan ibu serta dua adik mengenai masalah itu. Menerusi perbincangan itu, jelaskan kepada mereka langkah keselamatan jika berlaku perkara tidak dijangka.

Pastikan mereka tidak bersendirian dalam berhadapan dengan abang ketagih dadah. Bantu mereka mewujudkan suasana penuh keimanan dan ketakwaan di rumah agar sedikit sebanyak ia membentuk aura positif dalam keluarga. Sungguhpun ia tidak mampu mengubah sikap adik yang ketagih dadah, benteng kerohanian bagi ahli keluarga lain mampu

ditingkatkan.

Anda juga boleh meluangkan masa serta memberanikan diri berbicara dengan adik yang ketagih. Sebaiknya anda meningkatkan pengetahuan mengenai isu ketagihan ini supaya lebih bersedia berkomunikasi dengannya.

Seterusnya, berkaitan tindakan yang boleh anda lakukan bagi membantu keluarga menangani isu ini. Tindakan pertama ialah dengan mendapatkan sokongan ahli keluarga terdekat agar sama-sama membantu anda sekeluarga. Sokongan moral orang terdekat memberi kekuatan dalaman.

Usah malu atau segan untuk meminta bantuan mereka meskipun ramai tidak selesa untuk membicarakan masalah keluarga dengan orang lain. Fikirkan yang positif di atas tindakan yang diambil. Jika mampu, kenal pasti ahli keluarga yang boleh menasihatkan adik atau membimbingnya ke jalan yang diredai.

Kedua, dapatkan khidmat nasihat daripada pelbagai sumber rawatan kepada penagih dadah tegar. Methadone adalah sejenis rawatan menggunakan ubat bagi menghentikan

pengambilan dadah jenis opiate. Proses rawatan methadone dilakukan di bawah pengawasan dan penyeliaan pegawai perubatan secara teratur.

Namun, perlu pastikan jenis penagihan yang dialami adik anda. Methadone hanya layak diambil mereka yang disahkan penagih dadah jenis opiate seperti heroin dan morfin.

Selain itu, penagih yang melebihi dua tahun serta tiada masalah perubatan dan mentalnya adalah kuat. Saya difahamkan antara faedah daripada pengambilan methadone ialah dapat mengurangkan risiko mendapat penyakit bawaan darah seperti HIV, Hepatitis B dan Hepatitis C. Selain itu, ia juga dapat menghentikan pengambilan dadah secara suntikan. Pun begitu, saya nasihatkan agar anda mendapat nasihat daripada pakar perubatan lebih arif.

Ketiga, dengan mengambil langkah pencegahan iaitu mengawal tindakannya daripada faktor yang membantunya mendapatkan dadah. Kenal pasti rakan disekelilingnya. Sebolehnya dapatkannya bantuan jiran atau ahli keluarga lain untuk mengawal tindakannya. Wujudkan suasana baru seperti persekitaran rumah, bilik tidurnya serta halaman rumah yang mungkin boleh menghindarinya daripada terus mengambil dadah.

Jika tindakannya agak berbahaya, sebaiknya buat laporan polis. Serahkan kepada pihak berwajib untuk menguruskannya. Meskipun agak sukar, sikapnya mungkin mengancam keselamatan orang lain.

Usah teragak-agak menghubungi polis dan pastikan setiap ahli keluarga ada nombor telefon pegawai untuk dihubungi jika berlaku sesuatu yang dikhuatiri berbahaya.

Terakhir, sebagai anak yang prihatin serta kakak bertanggungjawab, teruskan istiqamah dengan tindakan positif. Usah jadikan isu ini penghalang kepada anda untuk mencapai kejayaan. Dapatkan khidmat kaunselor secara bersemuka bagi membolehkan anda berbincang dalam situasi yang terapatik dan harmoni.