

# GHIỀN CỜ BẠC & TRỞ NGẠI ĐỒNG THỜI XẢY RA

CỜ BẠC CÓ THỂ XẢY RA ĐỒNG THỜI VỚI NHỮNG VẤN ĐỀ VỀ SỨC KHỎE VÀ HÀNH VI CHẴNG HẠN NHƯ LẠM DỤNG ĐỘC CHẤT, BỆNH TÂM THẦN, HÚT THUỐC LÁ, LÁI XE NGUY HIỂM VÀ BÉO PHÌ. NHỮNG VẤN ĐỀ VỀ SỨC KHỎE NÀY CÓ THỂ TRỞ NÊN TRẦM TRỌNG HƠN HAY BỊ NẶNG NỀ HƠN VÌ CỜ BẠC.

## TÌNH TRẠNG BỆNH TÂM THẦN

Bệnh tâm thần được thể hiện qua nhiều hình thức, chẳng hạn như:

- Trầm cảm.
- Lo lắng
- Căng thẳng tinh thần
- Tâm thần phân liệt
- Tình trạng (rối loạn) tâm thần lưỡng cực

## BỆNH TÂM THẦN VÀ GHIỀN CỜ BẠC

- Những người ghiền cờ bạc thường hay bị căng thẳng tinh thần, trầm cảm, lo lắng ở mức độ cao và những bệnh trạng tâm thần khác.
- Những vấn đề về tâm thần có thể là lý do khiến cho một số người bắt đầu cờ bạc. Họ dùng cờ bạc như là một hình thức để đối phó với những vấn đề phức tạp trong cuộc sống như tài chánh, căng thẳng tinh thần, bị cô lập và lo lắng.
- Những trở ngại về tâm thần cũng có thể làm một số người tham gia vào cờ bạc hoặc làm cho việc ghiền cờ bạc trở nên trầm trọng hơn.

**NGƯỜI GHIỀN CỜ BẠC CÓ KHUYNH HƯỚNG BỊ BỆNH TRẦM CẢM CAO GẤP 2.4 LẦN SO VỚI NGƯỜI KHÔNG GHIỀN CỜ BẠC!**

*Bệnh tâm thần bị che giấu hoặc làm ngơ trong một số nền văn hóa. Người ta nghĩ rằng bệnh tâm thần là bệnh "điên". Vì vậy nên họ thường không để ý gì đến những dấu hiệu phát khởi sớm có thể đưa đến bệnh tâm thần và không tìm sự giúp đỡ cho đến khi quá muộn.*

## DẤU HIỆU CỦA BỆNH TÂM THẦN

*NẾU QUÝ VỊ QUAN TÂM LÀ CHÍNH BẢN THÂN MÌNH HAY NGƯỜI QUÝ VỊ CHĂM SÓC CÓ THỂ GẶP NHỮNG VẤN ĐỀ VỀ BỆNH TÂM THẦN, HÃY KIỂM ĐIỂM XEM CÓ BẤT KỲ DẤU HIỆU NÀO DƯỚI ĐÂY XẢY RA CHO QUÝ VỊ HAY NGƯỜI QUÝ VỊ CHĂM SÓC KHÔNG.*

- Cảm thấy lo lắng hoặc lo âu
- Cảm thấy xuống tinh thần hoặc buồn rầu/ không vui
- Tinh thần hỗn loạn chẳng hạn như khổ sở hay giận dữ quá độ
- Trở ngại về ngủ như bị mất ngủ
- Thay đổi số cân hay sự thèm ăn như sụt cân nhanh chóng
- Im lặng hay thu mình như tự cô lập hay từ chối không tham gia những sinh hoạt giao tế
- Lạm dụng độc dược như dùng ma túy hay rượu nhiều
- Cảm thấy tội lỗi hay vô dụng như thường chỉ trích hay tự đổ lỗi cho chính mình
- Thay đổi thái độ hay cảm nghĩ

*NẾU MỘT NGƯỜI BÀY TỎ CẢM TƯỞNG MUỐN GÂY NGUY HẠI HAY MUỐN TỰ GIẾT MÌNH. ĐIỀU NÀY CÓ THỂ LÀ NGƯỜI ĐÓ MUỐN TỰ TỬ CẦN PHẢI ĐƯỢC GIÚP ĐỠ KHẨN CẤP. GỌI BA SỐ KHÔNG (000) ĐỂ YÊU CẦU XE CẤP CỨU ĐẾN NGAY.*

### Vietnamese

## LẠM DỤNG RƯỢU VÀ ĐỘC DƯỢC VÀ NGHIỆN CỜ BẠC

- Những người cờ bạc để giải trí được báo cáo có thể bị vướng vào tệ trạng ghiền rượu gấp 1.3 lần.
- Rượu có thể làm sai lệch sự nhận định của con người. Khi uống rượu người ta thường hay bắt đầu cờ bạc.
- Ảnh hưởng của rượu và ma túy có thể làm cho con người xài nhiều tiền hơn khi đánh bạc.
- Hiện trạng ghiền cờ bạc gia tăng khi người ta uống rượu nhiều hơn. 50%-70% những người ghiền cờ bạc mang thêm tệ nạn nghiện rượu.

## DẤU HIỆU NGHIỆN RƯỢU

GẦN NHƯ HẦU HẾT NHỮNG QUỐC GIA TRÊN THẾ GIỚI XEM VIỆC UỐNG RƯỢU LÀ HỢP PHÁP. VIỆC SAY RƯỢU ÍT HOẶC NHIỀU DỄ ĐƯỢC CHẤP NHẬN HOẶC ĐƯỢC XEM LÀ BÌNH THƯỜNG ĐỐI VỚI NHIỀU NỀN VĂN HÓA. TUY NHIÊN, NẾU VIỆC DÙNG VÀ LẠM DỤNG RƯỢU VÀ MA TÚY KHÔNG ĐƯỢC TRỊ LIỆU THÌ CÓ THỂ ĐƯA ĐẾN VIỆC NGHIỆN MA TÚY HAY RƯỢU. NHỮNG DẤU HIỆU SAU ĐÂY CHỨNG TỎ NGHIỆN RƯỢU.

- Tạm thời bị bất tỉnh hay mất trí nhớ.
- Thường hay gây gỗ hoặc ẩu đả với những người trong gia đình hay bạn bè đồng thời cảm thấy khó chịu, trầm cảm hay tâm trạng buồn vui thất thường.
- Tiếp tục uống rượu để thư giãn, để tìm vui, để ngủ được, để đối phó với những khó khăn trở ngại hay để cảm thấy "bình thường".
- Khi ngưng uống rượu, họ bị nhức đầu, lo lắng, mất ngủ, buồn nôn hay những triệu chứng khó chịu khác.
- Da mặt ửng đỏ và các mạch máu nhỏ trên mặt bị vỡ ra; giọng nói khàn khàn; tay run rẩy, phân dĩnh máu hay có màu đen/như nhựa đen hoặc ói ra máu; tiêu chảy kinh niên.
- Uống rượu một mình vào buổi sáng hay trong lén lút.

## DỊCH VỤ HỖ TRỢ BẰNG TIẾNG VIỆT

*NẾU NGHĨ RẰNG MÌNH GẶP TRỞ NGẠI, ĐIỀU QUAN TRỌNG ĐẦU TIÊN LÀ QUÝ VỊ HÃY NÓI CHUYỆN VỚI NGƯỜI NÀO ĐÓ MÀ QUÝ VỊ TIN CẬY ĐỂ TRỞ LẠI TÌNH TRẠNG ỔN ĐỊNH. TRONG CỘNG ĐỒNG CÓ MỘT SỐ TỔ CHỨC HỖ TRỢ NHẪM CUNG ỨNG SỰ GIÁO DỤC CỘNG ĐỒNG, TƯ VẤN, HỖ TRỢ NHÓM ĐỒNG LÚA TUỔI VÀ NHỮNG DỊCH VỤ KHÁC BẰNG TIẾNG VIỆT CHO CÁ NHÂN, GIA ĐÌNH VÀ CỘNG ĐỒNG BỊ ẢNH HƯỞNG BỞI NHỮNG NGUY HẠI DO CỜ BẠC GÂY RA.*

### Gambler's Help

1800 858 858

[gamblershelp.com.au](http://gamblershelp.com.au)

Gambler's Help provides free and confidential support in Arabic, Cantonese, Mandarin and Vietnamese. An interpreter can be arranged for other languages on request.

Visit [gamblershelp.com.au](http://gamblershelp.com.au) for more information.

If you are deaf, or have a hearing or speech impairment contact Gambler's Help through the National Relay Service. For more information visit [relayservice.gov.au](http://relayservice.gov.au)