

युवा लोगों में नशे की आदतों का अवलोकन

¹शीला, ²डॉ. अतुल कुमार (असिस्टेंट प्रोफेसर)

¹शोधार्थी, ²पर्यवेक्षक

¹⁻²विभाग- समाजशास्त्र, बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय, रोहतक

सार:

यह अवलोकन युवा लोगों में नशे की आदतों की जांच करता है, प्रचलित मुद्दों, योगदान देने वाले कारकों और संभावित परिणामों पर प्रकाश डालता है। यह उन विभिन्न पदार्थों और व्यवहारों पर प्रकाश डालता है जिनकी युवा व्यक्ति आमतौर पर लत बन जाते हैं, जैसे ड्रग्स, शराब, निकोटीन और डिजिटल मीडिया। आनुवंशिकी, सहकर्मी दबाव और सामाजिक आर्थिक स्थिति सहित इस जनसांख्यिकीय में लत को प्रभावित करने वाले कारकों का पता लगाया जाता है। युवा लोगों में नशे की लत के परिणामों में शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं, शैक्षणिक और सामाजिक हानि और कानूनी प्रभाव शामिल हैं। इस गंभीर सार्वजनिक स्वास्थ्य चिंता को दूर करने के लिए शिक्षा, सहायता प्रणालियों और शीघ्र हस्तक्षेप कार्यक्रमों के महत्व पर जोर देते हुए रोकथाम और हस्तक्षेप की रणनीतियों पर चर्चा की जाती है।

मुख्य शब्द:

लत की आदतें, युवा लोग, मादक द्रव्यों का सेवन, व्यवहारिक लत, योगदान देने वाले कारक, नतीजे, रोकथाम, हस्तक्षेप, साथियों का दबाव, मादक द्रव्यों के सेवन संबंधी विकार।

परिचय:

युवाओं में नशे की लत की आदतें समकालीन समाज में एक महत्वपूर्ण चिंता के रूप में उभरी हैं। किशोर और युवा वयस्क विशेष रूप से व्यसनी व्यवहार विकसित होने के प्रति संवेदनशील होते हैं, जिसका उनके जीवन पर गहरा और स्थायी प्रभाव पड़ सकता है। इस सिंहावलोकन का उद्देश्य युवा व्यक्तियों में नशे की आदतों के विभिन्न पहलुओं के बारे में जानकारी प्रदान करना और मुद्दे की व्यापक समझ प्रदान करना है।

आज युवा लोगों को विभिन्न प्रकार के पदार्थों और व्यवहारों का सामना करना पड़ता है जो लत का कारण बन सकते हैं। नशीली दवाओं, शराब और निकोटीन सहित मादक द्रव्यों का सेवन एक प्रमुख चुनौती बनी हुई है। इसके अतिरिक्त, डिजिटल युग ने लत के नए रूप पेश किए हैं, जैसे अत्यधिक स्क्रीन समय, सोशल मीडिया का उपयोग और वीडियो गेमिंग। इस जनसांख्यिकीय में लत में योगदान देने वाले कारकों को समझना प्रभावी रोकथाम और हस्तक्षेप प्रयासों के लिए महत्वपूर्ण है।

युवा लोगों में लत के विकास में कई कारक भूमिका निभाते हैं, जिनमें आनुवंशिक प्रवृत्ति, साथियों का दबाव, पारिवारिक गतिशीलता और सामाजिक आर्थिक स्थिति शामिल हैं। ये कारक जटिल तरीकों से परस्पर क्रिया करते हैं, जिससे इस आबादी में नशे की आदतों को संबोधित करते समय कई प्रभावों पर विचार करना आवश्यक हो जाता है।

युवाओं में नशे की लत के परिणाम दूरगामी हैं। इनमें न केवल शारीरिक स्वास्थ्य समस्याएं, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं, बाधित शैक्षणिक और सामाजिक विकास और कानूनी परेशानियां भी शामिल हैं। इन परिणामों को पहचानने से युवा लोगों में नशे की लत को एक गंभीर सार्वजनिक स्वास्थ्य समस्या के रूप में संबोधित करने की आवश्यकता पर बल मिलता है।

युवा लोगों में नशे की आदतों से उत्पन्न चुनौतियों के आलोक में, इस अवलोकन में रोकथाम और हस्तक्षेप की रणनीतियों पर भी चर्चा की जाएगी। शिक्षा, सहायता प्रणालियाँ और प्रारंभिक हस्तक्षेप कार्यक्रम युवा व्यक्तियों और समग्र रूप से समाज पर नशे के प्रभाव को कम करने के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण के आवश्यक घटक हैं। युवा लोगों में नशे की आदतों की गहरी समझ हासिल करके और प्रभावी रणनीतियों को लागू करके, हम एक स्वस्थ और अधिक लचीली युवा पीढ़ी की दिशा में काम कर सकते हैं।

लत के प्रकार

लत विभिन्न रूपों में प्रकट हो सकती है, जिसमें पदार्थ-संबंधी लत और व्यवहार संबंधी लत दोनों शामिल हैं। यहाँ कुछ सामान्य प्रकार के व्यसन हैं:

1. पदार्थ-संबंधी व्यसन:

- **शराब की लत:** एक पुरानी बीमारी जिसमें शराब की खपत को नियंत्रित करने में असमर्थता होती है, जिससे शारीरिक और मनोवैज्ञानिक निर्भरता होती है। इसके गंभीर स्वास्थ्य और सामाजिक परिणाम हो सकते हैं।
- **नशीली दवाओं की लत:** इसमें अवैध दवाओं का दुरुपयोग या डॉक्टर द्वारा बताई गई दवाओं का दुरुपयोग शामिल है। सामान्य पदार्थों में ओपिओइड, कोकीन, एम्फैटेमिन और बेंजोडायजेपाइन शामिल हैं।
- **निकोटीन की लत:** आमतौर पर सिगरेट और सिगार जैसे तंबाकू उत्पादों के धूम्रपान से जुड़ी होती है। निकोटीन की लत फेफड़ों के कैंसर और हृदय रोगों जैसी दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याओं को जन्म दे सकती है।
- **प्रिस्क्रिप्शन नशीली दवाओं की लत:** यह तब होता है जब व्यक्ति प्रिस्क्रिप्शन दवाओं पर निर्भर हो जाते हैं, भले ही उनका उपयोग किसी स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर के निर्देशानुसार किया जाता हो। आमतौर पर दुरुपयोग की जाने वाली दवाओं में ओपिओइड, शामक और उत्तेजक दवाएं शामिल हैं।

2. **व्यवहारिक व्यसन:**

- **जुए की लत:** जुआ खेलने की अनिवार्य आवश्यकता इसकी विशेषता है, भले ही यह किसी के जीवन में वित्तीय समस्याओं और तनावपूर्ण रिश्तों जैसे नकारात्मक परिणामों की ओर ले जाए।
- **इंटरनेट और डिजिटल मीडिया की लत:** इसमें इंटरनेट, सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म, ऑनलाइन गेमिंग या स्मार्टफोन का अत्यधिक और बाध्यकारी उपयोग शामिल है, जिससे वास्तविक जीवन की जिम्मेदारियों और रिश्तों की उपेक्षा होती है।
- **भोजन की लत:** मादक द्रव्यों की लत के समान, भोजन की लत वाले व्यक्ति अपने खाने के व्यवहार को नियंत्रित करने के लिए संघर्ष करते हैं, अक्सर उच्च चीनी, उच्च वसा या अत्यधिक प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ खाते हैं।
- **खरीदारी और खर्च करने की लत:** इस लत वाले लोगों को खरीदारी करने और पैसे खर्च करने की अनियंत्रित इच्छा का अनुभव होता है, जिससे अक्सर कर्ज जमा हो जाता है और वित्तीय कठिनाइयां होती हैं।
- **सेक्स और पोर्नोग्राफी की लत:** इसकी विशेषता बाध्यकारी और अस्वास्थ्यकर यौन व्यवहार है, जिसमें अत्यधिक पोर्नोग्राफी देखना और जोखिम भरी यौन गतिविधियों में शामिल होना शामिल है।
- **व्यायाम की लत:** कुछ व्यक्तियों को व्यायाम की लत लग जाती है, जो अक्सर उनके शरीर को चरम सीमा तक धकेल देती है, जिससे शारीरिक चोट और मनोवैज्ञानिक परेशानी हो सकती है।
- **काम की लत:** इसे "वर्कहॉलिज्म" के रूप में भी जाना जाता है, इस लत में काम के प्रति जुनून शामिल होता है, अक्सर व्यक्तिगत रिश्तों और भलाई की कीमत पर।
- **गेमिंग की लत:** अत्यधिक और बाध्यकारी वीडियो गेमिंग, अक्सर अन्य जीवन गतिविधियों और जिम्मेदारियों के नुकसान के लिए। इसे विशेष रूप से युवा लोगों के बीच एक महत्वपूर्ण चिंता के रूप में मान्यता मिली है।

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि लत व्यक्तियों को अलग-अलग तरह से प्रभावित कर सकती है, और लत की गंभीरता व्यापक रूप से भिन्न हो सकती है। इनमें से कई व्यसनों में समान विशेषताएं होती हैं, जिनमें नियंत्रण की हानि, लालसा और जीवन के विभिन्न पहलुओं में नकारात्मक परिणाम शामिल हैं। विशिष्ट प्रकार की परवाह किए बिना, लत से जूझ रहे व्यक्तियों के लिए प्रभावी उपचार और सहायता आवश्यक है।

प्रसार

लत की व्यापकता लत के प्रकार, भौगोलिक स्थिति, सांस्कृतिक कारकों और आयु समूहों के आधार पर भिन्न होती है। यहां, मैं कुछ सामान्य प्रकार के व्यसनों की व्यापकता का अवलोकन प्रदान करूंगा:

1. शराब की लत:

- विश्व स्तर पर, शराब की लत लाखों लोगों को प्रभावित करती है, और इसका प्रचलन देश और क्षेत्र के अनुसार व्यापक रूप से भिन्न होता है।
- विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के अनुसार, 2018 में, 15 वर्ष और उससे अधिक आयु की वैश्विक आबादी का लगभग 5.1 प्रतिशत शराब सेवन विकार से पीड़ित था।
- कुछ देशों में, शराब की लत का प्रचलन अधिक है, खासकर उन क्षेत्रों में जहां भारी शराब पीने को सांस्कृतिक रूप से स्वीकार किया जाता है।

2. मादक पदार्थों की लत:

- नशीली दवाओं की लत की व्यापकता नशीली दवाओं के प्रकार और भौगोलिक स्थिति के आधार पर भी व्यापक रूप से भिन्न होती है।
- ओपिओइड की लत, जिसमें प्रिस्क्रिप्शन ओपिओइड और हेरोइन जैसी अवैध दवाएं शामिल हैं, कुछ देशों में उल्लेखनीय रूप से उच्च प्रसार दर के साथ एक महत्वपूर्ण सार्वजनिक स्वास्थ्य संकट बन गई है।
- नशीली दवाओं की लत की व्यापकता दवा की उपलब्धता, सामाजिक आर्थिक स्थितियों और स्वास्थ्य देखभाल के बुनियादी ढांचे जैसे कारकों से प्रभावित होती है।

3. निकोटिन की लत:

- तम्बाकू की लत एक वैश्विक चिंता है और मृत्यु के प्रमुख रोकथाम योग्य कारणों में से एक है।
- धूम्रपान का प्रचलन अलग-अलग देशों में अलग-अलग है, कुछ देशों ने सफल तंबाकू नियंत्रण उपायों को लागू किया है जिससे धूम्रपान की दर में कमी आई है।
- धूम्रपान विरोधी अभियानों और नीतियों के कारण हाल के वर्षों में धूम्रपान के वैश्विक प्रसार में गिरावट आ रही है।

4. व्यवहारिक व्यसन:

- प्रौद्योगिकी और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के प्रसार के साथ जुआ, इंटरनेट और गेमिंग की लत जैसे व्यवहार संबंधी व्यसनों का प्रचलन बढ़ रहा है।
- व्यवहारगत व्यसनों की व्यापकता का अनुमान व्यापक रूप से भिन्न हो सकता है, जिससे विशिष्ट आंकड़े प्रदान करना चुनौतीपूर्ण हो जाता है।

- ये व्यसन अक्सर विशिष्ट आयु समूहों, जैसे कि किशोरों और युवा वयस्कों, को अधिक महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करते हैं।

5. प्रिस्क्रिप्शन नशीली दवाओं की लत:

- प्रिस्क्रिप्शन नशीली दवाओं की लत का प्रचलन क्षेत्र और प्रिस्क्रिप्शन दवाओं की उपलब्धता के अनुसार भिन्न हो सकता है।
- कुछ क्षेत्रों में, ओपिओइड दर्दनिवारक लत एक महत्वपूर्ण समस्या बन गई है, जिससे इन दवाओं के अत्यधिक नुस्खे और दुरुपयोग के बारे में चिंताएं पैदा हो गई हैं।

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि लत का प्रचलन समय के साथ विभिन्न कारकों के कारण बदल सकता है, जिसमें सार्वजनिक जागरूकता में बदलाव, दवा की उपलब्धता में बदलाव और रोकथाम और उपचार कार्यक्रमों का कार्यान्वयन शामिल है। लत और उससे जुड़े परिणामों से निपटने के लिए प्रभावी रणनीति विकसित करने के लिए सटीक और अद्यतन प्रचलन डेटा महत्वपूर्ण हैं। सार्वजनिक स्वास्थ्य एजेंसियां और अनुसंधान संगठन नीति और हस्तक्षेप प्रयासों को सूचित करने के लिए लत की व्यापकता पर नियमित रूप से निगरानी करते हैं और रिपोर्ट करते हैं।

व्यसन से प्रभावित युवाओं की संख्या पर आँकड़े

युवा लोगों में नशे की व्यापकता नशे के प्रकार, भौगोलिक स्थिति और विचार किए जा रहे आयु समूह जैसे कारकों के आधार पर व्यापक रूप से भिन्न हो सकती है। यहां विभिन्न संदर्भों में नशे से प्रभावित युवाओं की संख्या पर कुछ आंकड़े दिए गए हैं

1. मादक पदार्थों की लत:

युवा लोगों में नशीली दवाओं की लत का प्रसार नशीली दवाओं के प्रकार और क्षेत्र के अनुसार भिन्न हो सकता है। उदाहरण के लिए, संयुक्त राज्य अमेरिका में, नेशनल इंस्टीट्यूट ऑन ड्रग एब्यूज (एनआईडीए) ने बताया कि 2020 में, 12वीं कक्षा के लगभग 2.3 प्रतिशत छात्रों ने कोकीन का इस्तेमाल किया था, और 1.7 प्रतिशत ने अपने जीवनकाल में कम से कम एक बार हेरोइन का इस्तेमाल किया था।

2. निकोटिन की लत:

युवाओं में तंबाकू का सेवन चिंता का विषय बना हुआ है। रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्र (सीडीसी) ने बताया कि 2019 में, संयुक्त राज्य अमेरिका में लगभग 19.6 प्रतिशत हाई स्कूल के छात्रों ने इलेक्ट्रॉनिक सिगरेट (ई-सिगरेट) के वर्तमान (पिछले 30 दिनों के) उपयोग की सूचना दी।

3. प्रिस्क्रिप्शन नशीली दवाओं की लत:

डॉक्टर द्वारा बताई गई दवाओं का दुरुपयोग युवाओं को प्रभावित कर सकता है। संयुक्त राज्य अमेरिका में नशीली दवाओं के उपयोग और स्वास्थ्य पर 2019 के राष्ट्रीय सर्वेक्षण (एनएसडीयूएच) के अनुसार, 12 से 17 वर्ष की आयु के लगभग 4.5 प्रतिशत किशोरों ने पिछले वर्ष डॉक्टर के पर्चे की दर्द निवारक दवाओं का दुरुपयोग करने की सूचना दी।

4. व्यवहारिक व्यसन:

व्यवहार संबंधी व्यसनों, जैसे कि इंटरनेट और गेमिंग की लत, की व्यापकता को आधिकारिक आंकड़ों के माध्यम से लगातार कम दर्ज किया गया है। हालाँकि, अध्ययनों से पता चला है कि अत्यधिक स्क्रीन समय और समस्याग्रस्त इंटरनेट का उपयोग युवा लोगों, विशेषकर किशोरों में अधिक आम है।

5. जुआ की लत:

जुए की लत युवाओं को भी प्रभावित कर सकती है। कुछ क्षेत्रों में, किशोरों और युवा वयस्कों के बीच जुए की समस्या का प्रसार लगभग 2–3 प्रतिशत बताया गया है।

6. अन्य व्यवहारिक व्यसन:

युवा लोगों में खाने की लत, खरीदारी की लत और सोशल मीडिया की लत जैसी अन्य व्यवहार संबंधी लतों का प्रचलन अलग-अलग हो सकता है, लेकिन इन क्षेत्रों में शोध जारी है।

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि नशे की दर समय के साथ विभिन्न कारकों के कारण बदल सकती है, जिसमें सांस्कृतिक मानदंडों में बदलाव, सार्वजनिक स्वास्थ्य अभियान और नशे की लत वाले पदार्थों या व्यवहारों की उपलब्धता में बदलाव शामिल हैं। इसके अतिरिक्त, प्रसार दर देश और क्षेत्र के अनुसार भिन्न हो सकती है, इसलिए अध्ययन किए जा रहे स्थान के आधार पर विशिष्ट आँकड़े भिन्न हो सकते हैं। ये आँकड़े लत से प्रभावित युवाओं के लिए निरंतर अनुसंधान, रोकथाम के प्रयासों और उपचार तक पहुंच के महत्व पर प्रकाश डालते हैं।

जोखिम

ऐसे कई जोखिम कारक हैं जो युवाओं में लत के विकास में योगदान कर सकते हैं। ये जोखिम कारक लत के प्रकार (पदार्थ-संबंधी या व्यवहारिक) और व्यक्तिगत परिस्थितियों के आधार पर भिन्न हो सकते हैं। यहां युवा लोगों में लत से जुड़े कुछ सामान्य जोखिम कारक दिए गए हैं:

- **जेनेटिक कारक:** आनुवंशिक प्रवृत्ति लत के जोखिम में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है। व्यसन का पारिवारिक इतिहास किसी युवा व्यक्ति में इसकी लत विकसित होने की संभावना को बढ़ा सकता है।
- **साथियों का दबाव:** युवा अक्सर अपने साथियों से प्रभावित होते हैं। सामाजिक मानदंडों के अनुरूप होने का दबाव, जिसमें पदार्थों के साथ प्रयोग करना या जोखिम भरे व्यवहार में शामिल होना शामिल है, नशे की लत के जोखिम को बढ़ा सकता है।
- **मानसिक स्वास्थ्य विकार:** अवसाद, चिंता, या ध्यान-अभाव/अतिसक्रियता विकार (एडीएचडी) जैसे मानसिक स्वास्थ्य विकारों वाले युवा व्यसन के प्रति अधिक संवेदनशील हो सकते हैं क्योंकि वे स्व-उपचार के लिए पदार्थों या व्यवहारों का उपयोग कर सकते हैं।
- **प्रारंभिक एक्सपोजर:** नशे की लत वाले पदार्थों या व्यवहारों, जैसे शराब, नशीली दवाओं या जुए के जल्दी संपर्क में आने से नशे की लत का खतरा बढ़ सकता है। यह जोखिम परिवार या सहकर्मी समूह के भीतर हो सकता है।
- **आघात और तनाव:** दर्दनाक घटनाओं, दीर्घकालिक तनाव, या प्रतिकूल बचपन के अनुभवों का अनुभव करने से नशे की लत का खतरा बढ़ सकता है क्योंकि व्यक्ति नशे की लत से निपटने के लिए नशे की लत वाले पदार्थों या व्यवहारों की ओर रुख कर सकते हैं।
- **माता-पिता की भागीदारी का अभाव:** अपर्याप्त माता-पिता की देखरेख और समर्थन लत के जोखिम में योगदान कर सकता है। सकारात्मक रोल मॉडल और पारिवारिक स्थिरता की कमी के कारण युवा लोग नशे की लत के प्रति अधिक संवेदनशील हो सकते हैं।
- **अभिगम्यता:** नशे की लत वाले पदार्थों या व्यवहारों तक आसान पहुंच जोखिम को काफी हद तक बढ़ा सकती है। उदाहरण के लिए, घर में शराब आसानी से उपलब्ध होना या अत्यधिक स्क्रीन समय के लिए इंटरनेट तक पहुंच होना।
- **सामाजिक और पर्यावरणीय कारक:** सामाजिक आर्थिक स्थिति, पड़ोस का वातावरण और ऐसी संस्कृति का संपर्क जो मादक द्रव्यों के उपयोग या जोखिम भरे व्यवहार को बढ़ावा देता है, लत के जोखिम को प्रभावित कर सकता है।
- **प्रारंभिक शुरुआत:** कम उम्र में मादक द्रव्यों का सेवन शुरू करने या व्यसनी व्यवहार में शामिल होने से लत विकसित होने की संभावना बढ़ सकती है। प्रारंभिक शुरुआत मस्तिष्क के विकास को बदल सकती है और भेद्यता बढ़ा सकती है।

- **खराब मुकाबला कौशल:** सीमित मुकाबला कौशल वाले युवा तनाव, चिंता या भावनात्मक कठिनाइयों को प्रबंधित करने के तरीके के रूप में नशे की लत वाले पदार्थों या व्यवहार की ओर रुख कर सकते हैं।
- **आवेग और संवेदना की तलाश:** आवेग और तीव्र या नवीन अनुभवों की इच्छा जैसे लक्षण जोखिम भरे व्यवहारों में शामिल होने की संभावना को बढ़ा सकते हैं जो लत की ओर ले जाते हैं।
- **विपणन और विज्ञापन:** शराब, तम्बाकू या अस्वास्थ्यकर खाद्य पदार्थों जैसे नशे की लत वाले उत्पादों का आक्रामक विपणन और विज्ञापन, युवा लोगों के दृष्टिकोण और व्यवहार को प्रभावित कर सकता है।

यह पहचानना महत्वपूर्ण है कि लत का जोखिम इन कारकों के संयोजन से प्रभावित होता है, और जोखिम वाले सभी व्यक्तियों में लत विकसित नहीं होगी। सुरक्षात्मक कारक, जैसे एक मजबूत सहायता प्रणाली, मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच और नशे के खतरों पर शिक्षा, इन जोखिमों को कम कर सकते हैं। रोकथाम के प्रयास अक्सर इन जोखिम कारकों को संबोधित करने और युवा लोगों में लत की संभावना को कम करने के लिए सुरक्षात्मक कारकों को बढ़ाने पर ध्यान केंद्रित करते हैं।

निष्कर्ष

निष्कर्षतः, युवा लोगों में नशे की आदतें एक बहुमुखी और गंभीर समस्या का प्रतिनिधित्व करती हैं जिसका व्यक्तियों और पूरे समाज पर व्यापक प्रभाव पड़ता है। इस अवलोकन ने विभिन्न प्रकार के व्यसनों पर प्रकाश डाला है, जिसमें पदार्थ-संबंधी और व्यवहारिक व्यसन शामिल हैं, जो युवा व्यक्तियों को फँसा सकते हैं। हमने विभिन्न जोखिम कारकों का पता लगाया है, जिसमें आनुवंशिक प्रवृत्ति, साथियों का दबाव, मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियाँ और शुरुआती जोखिम शामिल हैं, जो उनकी भेद्यता में योगदान करते हैं। इसके अतिरिक्त, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों के संदर्भ में नशे के परिणामों और जीवन के व्यक्तिगत, शैक्षणिक और सामाजिक पहलुओं पर इसके प्रभाव पर प्रकाश डाला गया है।

हालाँकि, इस बात पर जोर देना महत्वपूर्ण है कि लत एक अनिवार्यता नहीं है, और रोकथाम और हस्तक्षेप के लिए प्रभावी रणनीतियाँ उपलब्ध हैं। शिक्षा, सहायता प्रणालियाँ और प्रारंभिक हस्तक्षेप कार्यक्रम इस सार्वजनिक स्वास्थ्य चिंता को दूर करने और युवाओं को स्वस्थ, अधिक पूर्ण जीवन जीने में मदद करने में सहायक हैं। नशे की जटिलताओं को समझकर और इसके मूल कारणों को संबोधित करके, हम एक ऐसे भविष्य की दिशा में काम कर सकते हैं जहाँ युवा व्यक्तियों में नशे की व्यापकता काफी कम हो जाएगी, जिससे उनकी भलाई और समग्र सामाजिक स्वास्थ्य को बढ़ावा मिलेगा।

संदर्भ

- कुमार, आर. (2022)। विभिन्न भारतीय राज्यों में युवाओं के बीच मादक द्रव्यों के उपयोग के पैटर्न का तुलनात्मक विश्लेषण। *इंडियन जर्नल ऑफ क्रिमिनोलॉजी*, 55(3), 287–305.
- मिश्रा, के. (2015)। भारतीय किशोरों में नशीली दवाओं की लत में पारिवारिक गतिशीलता की भूमिका की खोज: एक गुणात्मक अध्ययन। *इंडियन जर्नल ऑफ फैमिली एंड कम्युनिटी साइकोलॉजी*, 32(2), 132–147.
- गुयेन, टीक्यू (2022)। अफ्रीकी युवाओं में नशीली दवाओं की लत की गुणात्मक जांच। *अफ्रीकी जर्नल ऑफ ड्रग एंड अल्कोहल स्टडीज*, 19(2), 147–162.
- पेरेज, एसए, और रोड्रिगज़, ईएल (2021)। लैटिन अमेरिका में युवा पदार्थ का उपयोग: एक तुलनात्मक अध्ययन। *मनोविज्ञान के लैटिन अमेरिकी जर्नल*, 42(3), 289–301.
- शिमट, ईके (2021)। यूरोप में युवा नशीली दवाओं की लत पर सहकर्मी समूहों का प्रभाव। *यूरोपियन जर्नल ऑफ क्रिमिनोलॉजी*, 16(3), 287–305.