



Civil Society Organization  
NEW HORIZON



# DROGA

## NË MESIN E FËMIJËVE TUAJ

Udhëzues për prindër



Titulli i projektit:

“RRJETI PARANDALUES KUNDËR SËMUNDJEVE TË VARËSISË”

Realizimi:

Organizata e shoqërisë civile

“HORIZONTI i RI” Ulqin

E-mail: [ngohorizonti@t-com.me](mailto:ngohorizonti@t-com.me)

[www.ngo-horizonti.org](http://www.ngo-horizonti.org)

[www.facebook.com/newhorizonngo](https://www.facebook.com/newhorizonngo)

# DROGA NË MESIN E FËMIJËVE TUAJ

Udhëzues për prindër

Broshurën e përgaditën:

Ardita Kovaçeviq, Herolinda Gjelosheviq,

Mirjana Mijoviq, Arben Husiq, Nazif Veliq

Shtypi:

PRESS STUDIO

Ulqin, 2014.

Botimin e këtij udhëzuesi e financoi

Komisioni për ndarjen e fitimit nga lojërat e fatit, në kuadër të programit

Kontributi në luftimin e drogës dhe sëmundjeve të varësisë





## SHËNIME HYRËSE

Droga është një dukuri e përhapur si në vendet e zhvilluara ashtu edhe në ato të pa zhvilluara. Ky fenomen është në rritje e sipër, po ashtu edhe në mjedisin tonë. Pasojat që mund të shkaktojë ky fenomen (droga) janë të rënda, si për ato që e konsumojnë, e po ashtu edhe për familjen, si dhe për tërë shoqërinë. Adoleshenca është një periudhe e vështirë ndryshimesh si për fëmijët ashtu edhe për prindërit. Kjo moshë karakterizohet nga ndryshimet fizike dhe emocionale që kanë një domethënie të madhe tek adoleshenti.

Shoqata “Horizonti i Ri” synon që me anë të kësaj broshure të japë një informacion sa më praktik për prindërit të cilët mund të hasin disa probleme me fëmijët e tyre, pasi të jesh prind i një adoleshenti nuk është e lehtë.

Është e nevojshme që të flasim për fenomenin drogë dhe dëmet që sjell ajo. Droga është një dukuri shumë e vështirë për t’u kuptuar dhe si e tillë, nëse nuk marrim masat e duhura që pa rënë pre e këtij fenomeni, situata mund të bëhet e vështirë për t’u zgjidhur.

Keni menduar ndonjëherë ju si prindër, si do të reagonit nëse një gjë e tillë do të ndodhte në rrethin ku jetoni? Keni menduar ndonjëherë se si do të reagonit nëse fëmija juaj - djali apo vajza juaj, do të ishte konsumues i drogës?

Për të gjitha këto dhe pyetje të tjera të cilat tashmë mund të sillen në mendjet tuaja, duhet të dini se:

*nëse sot nuk është prekur ndonjëri nga fëmijët tuaj, atëherë duhet të mendoni, se ndoshta nesër mund të preket nga ky fenomen i përhapur dhe në mjedisin tonë.*

Kështu do të ndodhë nëse të gjithë ne heshtim dhe nuk marrim ndonjë masë parandaluese ndaj këtij fenomeni vdekjeprurës.

Nuk ka dyshim se konsumuesit e drogës në fillim ndiejnë një kënaqësi shpirtërore. Duke mos gjetur shprehje tjetër për ta përkufizuar, të rinjtë këtë ndjenjë e quajnë si një kënaqësi të veçantë. Por e vërteta qëndron krejt ndryshe: rrugët e këqija nuk posedojnë norma, ato janë të këqija dhe çfarëdo norme që të përdorësh prapëseprapë janë norma për aplikimin e rrugës së keqe.



Duke e parë këtë dukuri si një problem serioz, me tendencë të vazhdueshme rritjeje edhe në mjedisin tonë, “Horizonti i Ri” ka bërë hulumtime në mesin e të rinjve në qytetin tonë (2004, 2009), nga të cilët veçojmë:

- 46% e të rinjve (të anketuar), pohojnë se është e lehtë të gjesh drogë në ambientin ku jetojnë dhe mësojnë (19% në v. 2004),
- 51% e tyre pohojnë se njohin persona që marrin drogë (21% në v. 2004),
- 57% e të rinjve njohin nga 1-5 droga dhe
- 55% e tyre pranojnë që iu mungon informacioni në lidhje me drogat.

Nga ana tjetër, rezultatet e hulumtimit krahasimtar “Prezenca e drogave në rajon, informimi dhe opinionet e të rinjve për narkomaninë”, të kryer nga spitali special për trajtimin e sëmundjeve të varësisë “VITA” në Novi Sad, tregojnë se:

- 75,7% e të rinjve në Mal të Zi njohin persona që konsumojnë drogë në mjedisin e tyre (59,9% e të rinjve në Serbi dhe 57,6% në Bosnje e Hercegovinë);
- 61,9% e të rinjve në Mal të Zi iu është ofruar në mënyrë direkte drogë (55,7% të tyre në Serbi dhe 46% në Bosnje e Hercegovinë).

Ky hulumtim është kryer në nëntor të vitit 2012 duke përfshirë 1.893 të rinj të moshës 15 – 30 vjeç, nga Serbia, Bosnja dhe Mali i Zi.

Këshilla të thjeshta se si të mbahen të rinjtë larg përdorimit të drogës nuk ekzistojnë. Megjithatë, përpjekjet parandaluese kanë një gjë të përbashkët: të gjitha ato kërkojnë një qëndrim të qartë nga secili person i rritur. Është e nevojshme ndërhyrja, sepse hedhja e shikimit anash vetëm sa inkurajon përdorimin e substancave narkotike nga të rinjtë.

Parandalimi nuk mund t’i zgjidhë problemet e këtij fenomeni, mirëpo mund të pengojë ose të vonojë shfaqjen e tij. Ai do të jetë i suksesshëm atëherë kur do të zbatohet në jetën e përditshme: në familje, në shkollë, me anë të trajnimeve të ndryshme, me anë të programeve që rrisin ndërgjegjësimin e të rinjve për këtë problem.

## **LE TË ANGAZHOHEMI BASHKËRISHT PËR NJË PARANDALIM EFEKTIV TË KËTIJ FENOMENI NË SHOQËRINË TONË!**



## FUQIA E PRINDIT

Komunikimi ndërmjet prindërve dhe fëmijëve ndonjëherë ndërpritet kur fëmijët arrijnë në moshën e adoleshencës. Kur bëhet fjalë për drogat në veçanti, shumë prindër shqetësohen për të folur me fëmijët e tyre.

Shumë të rinj gjithashtu ndeshen në vështirësi kur diskutojnë me prindërit e tyre rreth përdorimit të drogave. Kur prindërit arrijnë të flasnin me fëmijën e tyre rreth drogave, ka rrezik që biseda të përfundojë me diçka të tillë si

*“Ti nuk do të përfshihesh në punën e drogës, apo jo?”*, çka në thelb nuk i shërben aspak qëllimit të bashkëbisedimit prindër-fëmijë.

Ashtu sikurse ju keni nevojë të bisedoni me fëmijën tuaj, e keni po ashtu të domosdoshme që të dëgjoni me kujdes rreth asaj çka ai do t’ju thotë. Përpiquni që ta bëni këtë në atë mënyrë që ai ta ndiejë se mund t’ju tregojë çfarë ai realisht mendon dhe përjeton. Duhet të jeni të ndërgjegjshëm për faktin që ai, pra fëmija juaj, mund të dijë më shumë se ju rreth drogave, çka do të thotë se pikërisht ju mund të mësoni mjaft prej tij. Përpiquni që t’i krijoni atij mundësinë dhe lehtësinë për të bashkëbiseduar me ju rreth problemit kompleks të drogës.

## PRINDI SI MODEL

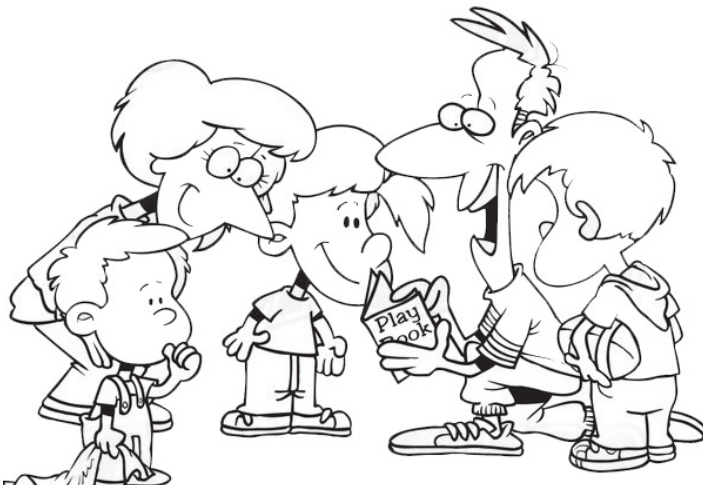
Prindërit kanë një rol shumë të rëndësishme tek fëmijët e tyre si dhe një ndikim shumë të madh. Fëmijët tuaj eventualisht do të adaptojnë shumë nga vlerat dhe sjelljet tuaja, ashtu siç dhe ju keni qenë të ndikuar nga prindërit tuaj. Fëmijët do vënë re dhe do të reagojnë në të njëjtën mënyrë se si ju përballeni me problemet, si i shprehni ndjenjat dhe si silleni në raste të veçanta. Si prind është e pamundur që të mos jesh model. Fëmijët tuaj do të shohin tek ju shembujt pozitiv ashtu edhe ato negativ, si një rrugë që ata duhet të ndjekin në jetën e tyre.

Familjet janë një faktorë mbrojtës dhe rrezikues që mund të ndikojnë në problemet e përdorimit të drogës në mesin e të rinjve. Me fjalë të tjera ajo çka ju bëni apo jo, ka një ndikim të madh në vendimet e fëmijës tuaj në lidhje me përdorimin e drogës apo refuzimin e saj.



Në vijim do të përshkruajmë disa nga mënyrat se si ju mund të ndërtoni disa cilësi zhvillimore tek fëmija juaj:

- ... Ndhimoheni fëmijën të zhvillojë vetëbesim të lartë dhe një pamje pozitive për të ardhmen e tij\ saj
- ... Ndhimoheni të zhvillojë aftësitë sociale, të tilla si planifikimi, vendim-marrja dhe aftësitë rezistuese
- ... Nxitni vlera pozitive, të cilat rrisin përgjegjësinë dhe maturinë e fëmijës tuaj
- ... Shfrytëzoni sa më mirë kohën: për shembull, duke u përfshirë në aktivitete kreative apo të ndihmoni të tjerët në komunitet
- ... Komunikoni pozitivisht me njëri tjetrin
- ... Siguroni mbështetje për të gjithë anëtarët e familjes
- ... Përfshihuni në shkollimin e fëmijëve tuaj
- ... Ndhimoheni fëmijën tuaj të përkushtohet në mësim





## KRIJIMI I NJË AMBIENTI TË PËRSHTATSHËM PËR KOMUNIKIM ME FËMIJËT

Si të krijohet ambienti për të komunikuar me lehtë me fëmijët tuaj?

Kaloni kohë me fëmijën si në shtëpi ashtu dhe duke marrë pjesë në aktivitete jashtë shtëpisë (si shëtitje, punë të ndryshme të përbashkëta etj)

Zgjidheni kohën e duhur për të dalë me fëmijën tuaj dhe përpiquni të jeni në dispozicion kur ata duan të bisedojnë me ju

Duke i njohur aktivitetet dhe interesat e fëmijës tuaj, interesohuni të dini se kush janë miqtë e tij\ saj (dhe prindërit e miqve të fëmijës tuaj)

Bisedoni me qetësi dhe jeni të përgatitur për të mos qenë rezistent kur tema mund të jetë emocionale ose e vështirë (siç është përdorimi i drogës)

*Fëmijët duhet të dinë se prindërit e tyre do t'i dëgjojnë dhe do t'i mbështesin, nëse lind një problem dhe nuk e keqtrajtojnë. Ata do të kenë shumë më pak gjasa për tu hapur dhe të kërkojnë ndihmë ose këshilla, në qoftë se ata e dinë që ju do të reagoni me zemërim apo panik.*



## Bashkëbisedimi i efektshëm

Bashkëbisedimi i efektshëm me fëmijën tuaj rreth përdorimit të drogave nënkupton:



Të dëgjoni me kujdes atë çka fëmija juaj ju thotë



Të jeni fleksibël, për ato mendime apo qëndrime që janë të ndryshme nga tuajat, të jeni të aftë për kompromis



Të merrni seriozisht idetë dhe ndjesitë e fëmijës suaj



Të jeni realist rreth mundësisë se përdorimit të drogave nga ana e fëmijës suaj



Të mos e ofendoni, poshtëroni apo kritikoni gjithmonë fëmijën tuaj



Të mos kalohet në ekstreme, të bërtitura apo tej-reagime



Të mos jeni tejet kritikues



Mos tregoni që ju i njihni të gjitha gjërat, nëse ju realisht nuk dini shumë rreth tyre



Në vend që t'i tregoni fëmijës suaj se çfarë duhet të bëjë dhe të mendojë, ndihmoheni atë që ai vetë të kuptojë se çfarë vendimi duhet të marrë



Pyetni fëmijën tuaj se ku ai gjen informacionin rreth drogave



E pyetni atë rreth temave të edukimit mbi drogat që fëmija juaj ka pasur deri tani në shkollën tetëvjeçare apo në shkollën e mesme



E pyetni atë se çfarë ai (pra fëmija juaj) do të dëshironte me tepër në këtë drejtim. Shtjelloni atij mendimet tuaja duke këmbëngulur në pyetjen: *“Çfarë konkretisht dëshiron të dish me shumë”*



Diskutoni së bashku se si mund të punoni për të zbuluar diçka me shumë

Të gjitha këto janë të vështira që të realizohen ashtu siç duhet dhe sigurisht që ka vend për përmirësime.



**Pengesa për bashkëbisedim dhe krijimin e bindjes**

Mënyra se si bashkëbisedoni me fëmijën tuaj rreth problemit të drogave, do të ishte e **pa-efektshme** për të krijuar tek ai të kuptuarit e një mënyre të shëndetshme të mënyrës individuale të jetesës, nëse do të përdornit format e mëposhtme:

*“Ti duhet gjithsesi!?, Ti duhet...”, “Ti nuk do të...”*

**Të urdhëruarit**

*“Ajo çfarë duhet të bësh është...”*

**Gjithnjë këshillim**

*“Ti dukesh krejt i çmendur”, “Të tjerët do të mendojnë që ti...”*

**Poshtërimet**

*“Nëse ti do të heqësh dorë, unë do të...”*

*“Prit sa të kthehet babi e do ta shikosh se çfarë do të të gjejë.”*

**Kërcënimet**

*“Ulu këtu dhe më dëgjo mua!”*

**Leksioni**

*“Ajo çfarë nuk shkon tek ti është...”*

**Diagnostikimi**

*“Ti nuk ke asgjë, veçse je i keq...!, “Ti je thjeshtë një i marrë!”*

**Nënkuptimet**

*“Nëse do të ishe i mirësjellshëm atëherë do të duhej që ti të...”*

**Moralizimi**



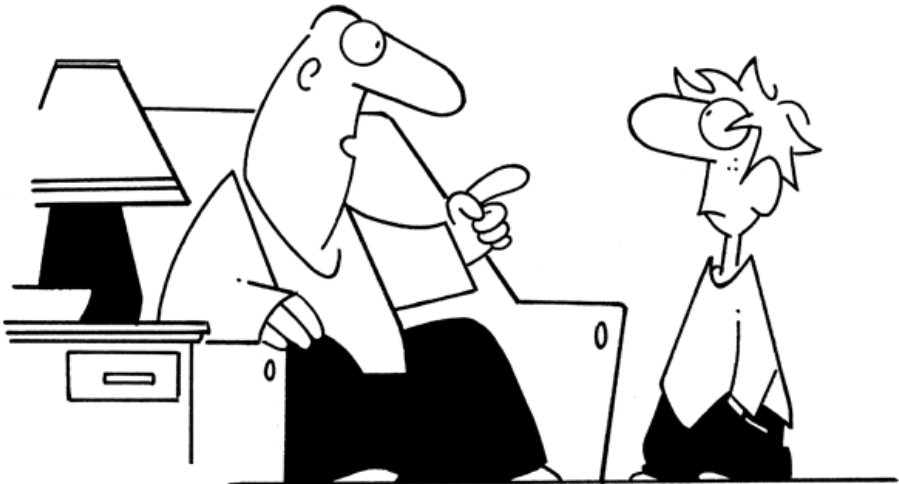
*“Perse?”, “Kush”?, “Kur”?, “Si”?, “Ti do të mundje apo jo?”,  
“Unë supozoj që ti mendon se drogat nuk kanë asnjë problem apo jo?”*

**Pyetjet pa përgjigje**

*“Nëse ti do të bësh këtë, atëherë...(kjo gjë) do të të ndodhë”,  
“Ti do dukesh mendjelehtë në sy të botes nëse vazhdon kështu”*

**Predikimi**

A mund ta ndieni veten tuaj duke folur? Cilën nga këto mënyra bashkëbisedimi përdorni ju? Çfarë gjërash të tjera thoni apo bëni ju, të cilat bllokojnë komunikimin efektiv? Si mund të përmirësoni ju komunikimin duke pasur parasysh të metat e mësipërme të tij?





## KUJDESU QË FËMIJËT TUAJ TË KENË NJOHURI TË MJAFTUESHME PËR DROGAT

*“Unë mendoja se mënyra më e mirë për edukimin e fëmijës tim ishte t’i thoja ‘JO DROGAVE’, pra në formë urdhri. Por mësova se kjo nuk ishte mënyra e drejtë. Fëmija im arriti në një fazë kur ai bënte çdo gjë që unë i thoja të mos e bënte. Për mua tani ka rëndësi të di se si fëmija im e përdorë drogën, të di nëse ai është i ndërgjegjshëm se çfarë po bën, se çfarë po ndodh me të”.*

**Rrëfim i një prindi**

### Faktorët mbrojtës dhe rrezikues

Fëmijët kanë më shumë mundësi që të provojnë drogë për shkak të faktorëve rrezikues, rrethanave apo ngjarjeve që rrisin shanset për abuzimin me drogat. Më të rrezikuar janë fëmijët që:

- janë viktime të dhunës (fizike, psikologjike, seksuale etj)
- kanë vetëvlerësim të ulët
- dështojnë në shkollë
- jetojnë me një anëtar të familjes të varur nga droga
- banojnë në një komunitet me një tolerancë të lartë për pirjen e duhanit ose përdorimin e drogave nga të rinjtë



Fëmijët kanë një rrezik më të ulët që të përdorin drogë dhe të abuzojnë për shkak të faktorëve mbrojtës. Një faktor mbrojtës është një masë parandaluese, diçka që e bën një fëmijë më pak të përfshihet në përdorimin e drogës.

**Faktorët mbrojtës përfshijnë:**

- Përjetimi i një lidhjeje të fortë me njërin prind ose kujdestar dhe me të afërmit
- Prindër që flasin rregullisht me fëmijën e tyre për drogën
- Duke qenë aktiv në shkollë, në klube sportive ose aktivitete shoqërore
- Kalimi i kohës me persona që nuk përdorin drogë
- Duke qenë të përfshirë në aktivitete të shëndetshme si: karate apo kampe, sporte të ndryshme etj
- Të jetuarit në një komunitet që ofron aktivitete për të rinj, ku droga është e ndaluar
- Duke ndjekur programe të ndryshme për edukimin efektiv kundër drogës

Si prind, është e pamundur për të kontrolluar të gjithë faktorët rrezikues dhe mbrojtës. Megjithatë, ju mund të kontrolloni disa nga këto faktor mbrojtës apo rrezikues si në shtëpi ashtu dhe në punën tuaj, për të ndryshuar të tjerët në mjedisin e fëmijës suaj.



## MBËSHTETENI EDUKIMIN MBI DROGAT NË SHKOLLËN E FËMIJËS TUAJ!

Ka shumë gjëra që prindërit mund të bëjnë që të ndihmojnë fëmijët e tyre, të rriten dhe të zhvillohen në mënyrë pozitive duke shmangur përdorimin e drogës. Hulumtimet në fushën e zhvillimit të të rinjve përforcojnë idenë e një mendimi të përbashkët që, në qoftë se prindërit, shkollat dhe komuniteti përqendrohen në të vërtetë në rritjen dhe zhvillimin sa më të mirë të fëmijëve, natyrisht që do të parandalojnë një varg problemesh (*duke përfshirë abuzimin me droga*). Ndërtimi i pikave të forta tek fëmijët (cilësitë zhvillimore) janë fokusi kryesorë i prindërit.

Problemi i edukimit mbi drogat në shkollat tona mbetet një çështje që kërkon zgjidhje të shpejtë jo vetëm në lidhje me strategjinë dhe politiken ndaj dukurisë drogë, por edhe në lidhje me detaje teknike të programeve të punës, edukimin dhe formimin profesional të arsimtareve, unifikimin e metodave dhe të personave që do të jenë përgjegjës për këtë edukim në shkolla, rregulloren e shkollës në lidhje me incidentet që lidhen me drogat, etj.





**Pra, ju si prindër duhet që:**

Të pyesni se çfarë bëhet rreth edukimit mbi drogat në shkollën e fëmijës tuaj. Jepeni mbështetjen tuaj për edukimin mbi drogat

Pyetni se si ju mund të ndihmoni në këtë proces

Diskutoni mbi mundësitë që shkolla të gjejë fonde për të siguruar pakete të reja për edukimin, sikurse janë: videot dhe materialet tjera vizuale, ilustrimet, broshurat, etj)

Diskutoni për këto probleme në mbledhjet e përbashkëta midis prindërve dhe mësuesve. Shkollat duhet të organizojnë me prindërit forma të ndryshme të trajnimit mbi drogat. Këto mund të udhëhiqen prej ekspertëve në fushën e drogës, por edhe nga vetë mësuesit e trajnuar dhe me eksperiencë në këtë drejtim. Këtë rol mund ta luajnë gjithashtu vetë prindërit apo edhe nxënësit

Për këto çështje duhet të diskutoni seriozisht me drejtuesit e shkollave duke u përqendruar në atë nëse shkolla ka ose jo një politike në lidhje me edukimin social, personal dhe atë shëndetësor, ku përfshihen edhe drogat. Si është e përpiluar kjo politikë, a ka pasur rezultate dhe nëse po, a është treguar efikase, sa dhe si është përfshirë komuniteti në përgjithësi, etj

Duhet të mbështesni çdo aktivitet tjetër për edukimin mbi drogat në komunitetin tuaj lokal



## **BINI DAKORD ME FËMIJEN TUAJ PËR DISA RREGULLA MBI DROGAT!**

Shumica e të rinjve e dinë se prindërit nuk dëshirojnë që ata të provojnë apo të marrin drogë. Në një studim të kryer, 89,6 e të rinjve raportojnë se prindërit e tyre assesi nuk do të pajtoheshin me faktin që ata të provojnë marihuanë (*National Survey, 2010*).

Megjithatë ekspertët e shohin si problematikë hezitimin e prindërve për të folur mbi drogat.

Mos jini në dilemë! Mesazhi apo rregulla e qartë dhe konsistente i ndihmon fëmijës të dijë limitet e veta! Prindërit duhet të jenë të qartë se çka parasheh rregulli dhe çka ndodh nëse rregulli thehet. Nëse është e nevojshme rregullat mund të shkruhen.

Me rëndësi është të dihet se fëmija juaj ka më shumë gjasë të ndjekë rregullat pikërisht atëherë kur ai ka bashkëpunuar me ju në përcaktimin e tyre.

Kompromisi me fëmijën në përcaktimin e rregullave në përdorimin e drogës është i rëndësishëm primare, prandaj sa më herët të vendosen më mirë është.

## **SI DO TA ZBULONI NËSE FËMIJA JUAJ PËRDOR DROGË?**

Si prindër ju do të donit të dini nëse fëmija juaj përdor drogë? Atëherë, për çfarë shenjash ju do të kërkonit?

Një rrugë do të ishte gjetja e mjeteve të përdorimit të drogës. Por gjithashtu do të theksonim faktin se ka shenja dhe simptoma të grupuara në grupe të veçanta, të cilat ndihmojnë prindërit në përpjekjet e tyre për të identifikuar se çfarë ndryshimesh do të gjenin në sjelljen apo pamjen e jashtme të fëmijës se tyre, për të vërtetuar nëse fëmija i tyre është përdorues droge. Atëherë, mjafton që ju si prindër të shihni me kujdes listën e mëposhtme të shenjave e simptomave, duke mbajtur ndërkohe njërin sy te fëmija juaj. Të keni parasysh që jo me aq lehtësi do të mund ta diagnostikoni fëmijën tuaj si përdorues droge.



## Shenjat dhe simptomat e përdorimit të drogës në individë të veçantë

- Rënie në ecurinë në shkollë apo në aktivitetet e klubeve sportive
- Ndryshime në frekuentimin e shkollës dhe mungesë e theksuar vullneti për të marre pjesë në aktivitetet e shkollës apo ato të organizuar prej të rinjve
- Shpërthim jo i zakonit dhe acarim, shenja të shprehura të ndryshimit të humorit, paqëndrueshmëri
- Prindërit vejnë re se fëmija i tyre shpenzon më shumë kohë jashtë shtëpisë duke u shoqëruar me shokë/shoqe të reja (d.m.th shoqëri e sapofilluar) apo edhe me shokë/shoqe të grup-moshave më të rritura
- Harxhim i tepruar i të hollave apo marrje borxh tek të tjerët
- Vjedhje e parave apo e sendeve me vlerë
- Lodhje e tepruar pa shkaqe të qarta
- Mungesë interesi për pamjen e jashtme
- Puçrriza apo njolla në fytyrë, sidomos rreth gojës dhe në hundë
- Mungesë oreksi
- Përdorim i tepruar i parfumeve dhe deodoranteve për të shuar erërat që mbajnë drogat e përdorura
- Mbjajtja e syzeve të diellit në kohë të papërshtatshme (për të fshehur pamjen e ngushtuar apo të zgjeruar të bebes së syrit)







## GABIMET MË TË SHPESHTA

*Ekzistojnë droga “të lehta” dhe “të rënda”*



Të gjitha drogat janë të rrezikshme. Disa droga sjellin varësi psiqike, ndërsa disa prej tyre krijojnë edhe varësi psiqike edhe varësi fizike

---

*Sot çdokush merr drogë*



Personat që marrin drogë sillen në një rreth të ngushtë njerëzish, të cilët iu ngjajnë atyre dhe kështu krijojnë bindjen se të gjithë përdorin drogë

---

*Çdo gjë duhet provuar*



Personi që ka maturi, di të përcaktojë çfarë është e mirë e çfarë jo; ka raport të matur ndaj autoriteteve dhe i respekton rekomandimet e shoqërisë në të cilën jeton

---

*Marihuana nuk është e rrezikshme*



Të gjitha drogat janë të rrezikshme, pra edhe marihuana, pasi mund të shkaktojnë çrregullime serioze dhe të përhershme të shëndetit mendor dhe fizik

---

*Nuk është e rrezikshme nëse droga merret herë pas here*



Truri i njeriut (me evoluim) nuk është i përgatitur për përdorimin e drogave dhe marrja e tyre mund të shkaktojë dëmtime të sistemit nervor

---

