

## المخدرات والإدمان :

المخدرات والإدمان.. الآثار والمضاعفات.. وخطوات العلاج

تعد مشكلة المخدرات حاليًا من أكبر المشكلات التي تعانيها دول العالم وتسعى جاهدة لمحاربتها؛ لما لها من أضرار جسيمة على النواحي الصحية والاجتماعية والاقتصادية والأمنية، ولم تعد هذه المشكلة قاصرة على نوع واحد من المخدرات أو على بلد معين أو طبقة محددة من المجتمع، بل شملت جميع الأنواع والطبقات، كما ظهرت مركبات عديدة جديدة لها تأثير واضح على الجهاز العصبي والدماغ.

### تعريف الإدمان:

هو الحالة الناتجة عن استعمال مواد مخدرة بصفة مستمرة؛ بحيث يصبح الإنسان معتمدًا عليها نفسيًا وجسديًا، بل ويحتاج إلى زيادة الجرعة من وقت لآخر ليحصل على الأثر نفسه دائمًا، وهكذا يتناول المدمن جرعات تتضاعف في زمن وجيز حتى تصل إلى درجة تسبب أشد الضرر بالجسم والعقل فيفقد الشخص القدرة على القيام بأعماله وواجباته اليومية في غياب هذه المادة، وفي حالة التوقف عن استعمالها تظهر عليه أعراض نفسية وجسدية خطيرة تسمى "أعراض الانسحاب" وقد تؤدي إلى الموت أو الإدمان؛ الذي يتمثل في إدمان المشروبات الروحية أو المخدرات أو الأدوية النفسية المهدئة أو المنومة أو المنشطة .

### تعريف المخدرات:

المخدرات هي كل مادة نباتية أو مصنعة تحتوي على عناصر منومة أو مسكّنة أو مفعّزة، والتي إذا استخدمت في غير الأغراض الطبية المعدة لها فإنها تصيب الجسم بالفتور والخمول وتشلّ نشاطه كما تصيب الجهاز العصبي المركزي والجهاز التنفسي والجهاز الدوري بالأمراض المزمنة، كما تؤدي إلى حالة من التعود أو ما يسمى "الإدمان" مسببة أضرارًا بالغة بالصحة النفسية والبدنية والاجتماعية.

### أسباب تعرض الفرد لخطر الإدمان:

١. الجهل بأخطار استعمال المخدر.
٢. ضعف الوازع الديني، والتشنّة الاجتماعية غير السليمة.
٣. التفكك الأسري.
٤. الفقر والجهل والامية.
٥. انشغال الوالدين عن الأبناء، وعدم وجود الرقابة والتوجيه.
٦. عدم وجود الحوار بين أفراد العائلة.
٧. مجالسة أو مصاحبة رفاق السوء.
٨. البطالة والفراغ.

## علامات الشخص المدمن:

١. التغير المفاجئ في نمط الحياة كالغياب المتكرر والانقطاع عن العمل أو الدراسة.
٢. تدني المستوى الدراسي أو تدني أدائه في العمل.
٣. الخروج من البيت لفترات طويلة والتأخر خارج البيت ليلاً.
٤. التعامل بسرية فيما يتعلق بخصوصياته.
٥. تقلب المزاج وعدم الاهتمام بالمظهر.
٦. الغضب لأتفه الأسباب.
٧. التهرب من تحمل المسؤولية واللامبالاة.
٨. الإسراف وزيادة الطلب على النقود.
٩. تغيير مجموعة الأصدقاء والانضمام إلى "شلة" جديدة.
١٠. الميل إلى الانطواء والوحدة.
١١. فقدان الوزن الملحوظ نتيجة فقدان الشهية.

## أنواع المخدرات:

تختلف أنواع المخدرات وأشكالها حسب طريقة تصنيفها؛ فبعضها يصنف على أساس تأثيرها، وبعضها الآخر يصنف على أساس طرق إنتاجها أو حسب لونها، وربما بحسب الاعتماد (الإدمان) النفسي والعضوي. وتختلف أنواع المواد المخدرة في درجة تأثيرها وطريقة عملها على الجهاز العصبي للإنسان، مثل:

### الحشيش والماريجوانا.

المخدرات المهدئة.

المخدرات المنشطة مثل: الكوكايين.

المواد المهلوسة مثل (إل. إس. د.)

المواد المستنشقة (العطرية) مثل الصمغ.

المسكنات والمهدئات الطبية مثل المورفين.

## أعراض الإدمان:

١. الأعراض المصاحبة لتعاطي الحشيش والماريجوانا:
٢. شعور عال بالإدراك البصري والسمعي والذوق.
٣. ضعف الذاكرة وصعوبة التركيز والتناسق الحركي.
٤. زيادة ضغط الدم ومعدل ضربات القلب.
٥. احمرار العينين.
٦. زيادة الشهية.
٧. جنون العظمة.

## الأعراض المصاحبة لتعاطي المنشطات :

١. النشوة والتهيج.
٢. الاكتئاب والأرق.
٣. احتقان الأنف وأضرار تلحق بالغشاء المخاطي للأنف.
٤. فقدان الوزن.
٥. زيادة معدل ضربات القلب وضغط الدم ودرجة الحرارة.
٦. جنون العظمة.

## الأعراض المصاحبة لتعاطي المهدئات

١. نعاس ودوخة.
٢. مشاكل في الذاكرة.
٣. اكتئاب.
٤. تباطؤ في التنفس وانخفاض ضغط الدم.
٥. ارتباك وصعوبة التناسق الحركي.

## الأعراض المصاحبة لتعاطي المسكنات المخدرة

١. انخفاض الشعور بالألم.
٢. ارتباك.
٣. تباطؤ في التنفس.
٤. إمساك.

## آثار ومضاعفات إدمان المخدرات:

١. مشاكل صحية: يؤدي إدمان المخدرات إلى حدوث مشاكل صحية بدنية وعقلية ويعتمد ذلك على نوع المخدرات المستخدمة.

٢. فقدان الوعي والغيبوبة والموت المفاجئ وخاصة عند أخذ جرعات عالية أو إذا تم الجمع بين أنواع المخدرات أو الكحول.
٣. الإصابة بالأمراض المعدية مثل الإيدز سواء من خلال العلاقات الجنسية المحرمة أو عن طريق مشاركة الإبر.
٤. التعرض لحوادث السير في حالة السكر.
٥. الانتحار.
٦. المشاكل الأسرية والخلافات الزوجية بسبب التغيرات السلوكية التي تطرأ على مدمن المخدرات.
٧. مسائل قانونية حيث أن إدمان المخدرات يؤدي إلى السرقة وقيادة السيارة تحت تأثير المخدرات وغيرها.
٨. مشاكل مالية: إدمان المخدرات يؤدي إلى إنفاق المال بلا حساب وذلك لشراءها فيضع المدمن تحت وطئة الدين وتقوده إلى سلوكيات غير قانونية وغير أخلاقية.

### علاج إدمان المخدرات:

تشمل علاجات الإدمان تنظيم برامج علاجية للمرضى سواء في المستشفيات أو في العيادات الخارجية وتقديم المشورة لهم ومساعدتهم على مقاومة استخدام المخدرات مرة أخرى والتغلب على الإدمان.

#### ١- برامج العلاج:

وتشمل الدورات التعليمية التي تركز على حصول المدمن على العلاج الداعم ومنع الانتكاس ويمكن تحقيق ذلك في جلسات فردية أو جماعية أو أسرية.

#### ٢- المشورة:

أخذ المشورة من مستشار نفسي بشكل منفرد أو مع الأسرة ، أو من طبيب نفسي تساعد على مقاومة إغراء إدمان المخدرات واستئناف تعاطيها.

علاجات السلوك يمكن أن تساعد على إيجاد وسائل للتعامل مع الرغبة الشديدة في استخدام المخدرات، وتقتراح استراتيجيات لتجنب ذلك ومنع الانتكاس، وتقديم اقتراحات حول كيفية التعامل مع الانتكاس إذا حدث.

تقديم مشورة تنطوي أيضا على الحديث عن عمل المدمن، والمشاكل القانونية، والعلاقات مع العائلة والأصدقاء.

أخذ المشورة مع أفراد الأسرة ويساعدهم ذلك على تطوير مهارات اتصال أفضل مع المدمن حتى يكونوا أكثر دعمًا له.

### ٣- جماعات المساعدة الذاتية:

هذه الجماعات موجودة من أجل الأشخاص المدمنين على المخدرات ورسالتهم هي أن الإدمان هو مرض مزمن وهناك خطر للانتكاس، وأن العلاج الداعم والمستمر والذي يشمل العلاج بالأدوية وتقديم المشورة واجتماعات جماعات المساعدة الذاتية ضروري لمنع الانتكاس مرة أخرى. يساعد الطبيب المعالج على تحديد موقع هذه الجماعات.

### ٤- علاج الانسحاب:

أعراض انسحاب المخدرات تختلف باختلاف نوع المخدرات المستخدمة وتشمل الأرق، التقيؤ، التعرق، مشكلات في النوم، الهلوسة، التشنجات، آلام في العظام والعضلات، ارتفاع ضغط الدم ومعدل ضربات القلب ودرجة حرارة الجسم، الاكتئاب ومحاولة الانتحار.

الهدف من علاج الانسحاب (إزالة السموم) هو وقف تناول المخدرات بسرعة وأمان، ويشمل ذلك:

١. خفض جرعة المخدرات تدريجيًا.
٢. استبداله بمواد أخرى مؤقتًا يكون له آثار جانبية أقل حدة، مثل الميثادون أو البوبرينورفين.
٣. بالنسبة لبعض الناس قد يكون آمنًا الخضوع لعلاج الانسحاب في العيادات الخارجية، والبعض الآخر قد يتطلب الدخول إلى المستشفى.

### ٥- تقييم مدمن المخدرات صحيًا:

ينبغي لبرامج العلاج تقييم مدمني المخدرات لوجود فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، أو التهاب الكبد الوبائي ب وج، أو مرض السل أو الأمراض المعدية الأخرى.

### الوقاية من خطر الإدمان

أفضل وسيلة لمنع الإدمان على المخدرات هي بعدم تناول المخدرات على الإطلاق، واستخدام الحذر عند أخذ أي دواء يسبب الإدمان فقد يصف الطبيب أدوية لتخفيف الألم أو البنزوديازيبين لتخفيف القلق أو الأرق، أو الباربيتورات للتخفيف من التوتر أو التهيج. يصف الأطباء هذه الأدوية بجرعات آمنة ويتم مراقبة استخدامها بحيث لا يحصل المريض على جرعة كبيرة جدًا أو لفترة طويلة جدًا. إذا كان المريض يشعر بحاجة إلى أخذ جرعة أكبر من الجرعة الموصوفة من الدواء، فإنه يجب التحدث مع الطبيب.

الوقاية من سوء تعاطي المخدرات لدى الأطفال:

١. التواصل: التحدث مع الأطفال حول أخطار تعاطي المخدرات وإساءة استعمالها.
٢. الاستماع: الاستماع الجيد عند تحدث الأطفال عن ضغط أصدقائهم عليهم للاستخدام الخاطئ للمخدرات، ودعم جهودهم لمقاومة ذلك.
٣. القدوة الحسنة: يجب على الآباء والأمهات أن يتجنبوا إدمان المخدرات والكحول ليكونوا قدوة حسنة لأبنائهم؛ حيث إن الأطفال من الآباء والأمهات الذين يتعاطون المخدرات معرضون بشكل أكبر لخطر الإدمان.
٤. تقوية العلاقة: العلاقة القوية المستقرة بين الآباء وبين أطفالهم تقلل من أخطار استخدام الطفل للمخدرات.

### منع الانتكاس:

مدمن المخدرات معرض للانتكاس والعودة لاستخدامها مرة أخرى بعد المعالجة، ولتجنب ذلك يجب اتباع الخطوات التالية:

١. تجنب الحالات عالية الأخطار مثل عدم الذهاب مرة أخرى إلى الحي الذي تم استخدامه للحصول على المخدرات والابتعاد عن أصدقاء السوء.
٢. الحصول على الفور على مساعدة إذا تم استخدام المخدرات مرة أخرى.
٣. الالتزام بخطة العلاج الخاصة:
- ٤- قد يبدو وكأن المريض يتعافى وأنه لا يحتاج للحفاظ على اتخاذ خطوات للبقاء خاليًا من الإدمان، ولكن لا ينبغي التوقف عن رؤية الطبيب النفسي، والذهاب إلى اجتماعات فريق الدعم الخاص به أو تناول الدواء الموصوف؛ حيث إن الفرصة في البقاء خاليًا من الإدمان كبيرة إذا تمت متابعة العلاج بعد الشفاء.