

## اعتیاد:

اعتیاد پاسخ فیزیولوژیک بدن است به مصرف مکرر مواد اعتیاد آور، این وابستگی از طرفی باعث تسکین و آرامش موقت و گاهی تحریک و نشاط گذرا برای فرد می گردد، از طرف دیگر بعد از اتمام این اثرات سبب جستجوی فرد برای یافتن مجدد ماده و وابستگی مداوم به آن می شود. در این حالت فرد از لحاظ جسمی و روانی به ماده مخدر وابستگی پیدا می کند و مجبور است به تدریج مقدار ماده مصرفی را افزایش دهد.

### موارد اعتیاد آور:

۱- نیکوتین: ماده موثر موجود در توتون (سیگار و تنباکو) است.

۲- حشیش

۳- الکل

۴- مواد افیونی (تریاک، هرویین، مواد مشابه)

۵- کوکائین

۶- آمفتامین ها و ترکیبات شبیه آمفتامین

۷- اضطراب زدها (داروهای آرامبخش)

۸- داروهای نیروزا

### عوامل موثر در بروز اعتیاد:

۱- عواملی که مربوط به خود فرد است:

کمبود اعتماد به نفس : مانند فردی که در مقابل درخواست دوستانش برای کشیدن حشیش جرات مخالفت ندارد.

تمایل به اعمال خلاف: کسی که مرتب دزدی می کند یا تمایل به درگیری با دیگران دارد ممکن است به اعمال خلاف دیگری مثل مصرف مواد نیز تن بدهد.

ناراحتی روانی: مثل کسی که ناراحتی اعصاب دارد و برای کاهش افسردگی خود به جای مراجعه به پزشک مصرف مواد را شروع می کند.

درد یا بیماری جسمی مزمن: مانند فرد مسنی که دچار پادرد است یا کودکی که گوش درد دارد و به جای درمان توسط پزشک، خود فرد یا خانواده او به اشتباه از تریاک استفاده می کنند.

نظر مثبت نسبت به مواد: نوجوانی که فکر می کند مصرف به مواد نشانه بزرگی است .

داشتن زمینه ارثی: فردی که یکی از اعضای خانواده یا بستگانش معتاد باشد احتمال اعتیادش بیشتر است.

مورد خشونت قرار گرفتن : مانند پسر نوجوانی که مرتب از پدرش کتک میخورد و به همین دلیل بیشتر اوقات غصه دار و ناراحت است.

وضعیت بد تحصیلی: دانش آموزی که نمی تواند به خوبی همکلاسان خود درس بخواند و یا مدرسه را رها می کند احتمال دارد به مصرف مواد آلوده شود.

لذت های نفسانی زودگذر: گروهی نیز با تصویری نادرست برای پیدا کردن آرزوهای گمشده خود به مصرف مواد مخدر روی می آورند و آن را منبع لذت خوشحالی و رفع نیازمندی های خود می پندارند.

### - عواملی که به خانواده فرد مربوط است:

مصرف مواد توسط دیگر اعضای خانواده: مانند فردی که پدر یا برادرش در حضور او تریاک می کشند.

رها کردن فرزند به حال خود: مانند فردی که فاقد پدر یا مادر است و یا پدر و مادر به نیاز های او توجهی ندارند و مراقب اعمال و رفتارشان نیستند، یا فردی که والدینش او را به دلیل اعمال و رفتار ناپسند ترک کرده اند.

تنش و درگیری در خانواده: مثل فردی که به علت درگیری های مکرر میان والدینش همیشه تحت فشار است.

عواملی که به اطرافیان و محیط فرد مربوط است.

دوستان معتاد: دوستان و اطرافیان معتاد با تشویق فرد به مصرف مواد او را در معرض خطر مصرف قرار می دهند.

طرد شدن از طرف معلمان، دوستان، بستگان: کسی که دوستان زیادی ندارد و یا اطرافیان حاضر به پذیرش او نیستند احساس تنهایی می کند و در واقع نیاز از راهنمایی و حمایت دیگران برخوردار نمی شود.

مهاجرت: تغییر محل زندگی از روستایی به روستای دیگر یا از روستا به شهر یا از شهری به شهر دیگر باعث می شود که فرد با محیط، مشکلات و شرایط جدیدی رو به رو شود که با آن بیگانه است در حالی که حمایت های قبلی خانواده و آشنایان خود را نیز از دست داده است. چنین فردی اگر توانایی حل مشکلات جدید را نداشته باشد ممکن است دچار ناراحتی اعصاب شود و یا از افراد معتاد برای حل مشکلاتش کمک بگیرد

دسترسی آسان به مواد: در روستاها و محله هایی که مواد ارزان، آسان و فراوان یافت می شود احتمال مصرف مواد توسط نوجوانان و جوانان بیشتر است.

### علائم و نشانه های اعتیاد:

۱- گوشه گیری و انزوا در محیط خانواده و علاقه به مشارکت با دوستان جدید.

۲- اختلال خواب (دیر خوابیدن، زود بیدار شدن و چرت زدن مدام در روز)

۳- عدم توجه به وضعیت ظاهری و نظافت شخصی

۴- تغییرات منفی در چهره نظیر غمگینی، عبوس بودن، تیره و یا زرد شدن پوست صورت و در برخی موارد تنگ شدن مردمک چشم ها

۵- حالت های تهاجمی یا تدافعی بی دلیل در برابر افراد خانواده.

۶- تغییرات ناگهانی خلق و خو (سرخوشی و نشاط زیاد بلافاصله پس از حالت افسردگی)

۷- دروغگویی، خمودگی، ضعف و بی حالی و بی اشتهایی



بیمارستان امام رضا (ع)  
شهرستان بجنورد



## آنچه که باید در مورد اعتیاد بدانیم



تهیه کننده: رقیه نودهی

واحد آموزش به بیمار بیمارستان امام رضا (ع)

با نظارت دکتر الهام اسماعیلی شاندیز

(متخصص بیماری های اعصاب و روان)

بازنگری: شهریور ۱۴۰۱



آماده می سازد. این مرحله بسته به نوع ماه و عمر نیمه آن چند روز یا چند هفته طول می کشد. در پایان مرحله سم زدایی فرد از نظر جسمی دیگر معتاد نیست از بین رفتن وابستگی جسمی به معنی بهبودی نیست مفهوم بهبودی از بین رفتن رفتار دارو جویانه است این کار نیازمند تغییرات در سبک زندگی است.

### آموزش و پیشگیری:

۱- کسب اطلاعات مربوط به علل و عوامل و علائم اعتیاد توسط خانواده ها  
۲- آگاه نمودن افراد از خطرات و عواقب و تاکید بر زشت و ناپسند بودن آن  
۳- الگوی مناسب بودن: والدین باید الگوی واقعی درستکاری، صداقت، صفات مثبت باشند.

۴- ارتباط مناسب در بین اعضای خانواده از طریق خوب گوش کردن و درک شرایط سنی فرزندان

۵- آموزش مهارت های زندگی: آموزش توانایی های حل مشکل، تصمیم گیری های صحیح، روابط موثر، توانایی نه گفتن به پیشنهادهای نادرست دیگران، توانایی کنترل خشم و اضطراب.

۶- ابراز عشق و محبت: بطور مثال بعضی از والدین فکر می کنند وقتی فرزندان شان به سن نوجوانی می رسد دیگر بزرگ شده و نیاز به محبت یا حتی بغل کردن و نوازش را ندارد.

۷- توجه و تقویت رفتارهای مثبت و درست فرزندان

سایت آموزش به بیمار: [www.nkums.ac.ir](http://www.nkums.ac.ir)

تلفن: ۸-۰۵۸۳۲۲۲۸۱۱۱ داخلی ۲۱۷

۸- ابتلا به برخی بیماری های جسمی مثل تپش قلب بی دلیل، ناراحتی گوارشی، یبوست مزمن و در مراحل بعد عفونت های مکرر پوستی.

۹- وجود علائم سوختگی در لباس، انگشتان دست و وسایل شخصی

۱۰- قفل کردن در اتاق شخصی در موقع داخل بودن و یا خروج از منزل

۱۱- توقف بیش از حد در دستشویی و توالت

۱۲- کشف وسایل مصرف مواد مخدر مانند بافور، سنجاق سوخته، سرنگ



### درمان:

دشواری درمان اعتیاد در این است که فرد معتاد تمایل و انگیزه به درمان ندارد اگر این شرایط حاصل آید با قاطعیت می توان گفت که اعتیاد کاملا درمان پذیر است.

۱- بنابراین اگر او آمادگی و انگیزه داشته باشد، روانپزشک با تجویز داروهایی ناراحتی او را به حداقل رسانده، بی قراری، درد، بی خوابی و دیگر علائم ترک را کنترل خواهد کرد.

۲- گام دوم مرحله سم زدایی است. سم زدایی به این مفهوم است که پزشک با تجویز داروهایی بدن او را برای زندگی بدون ماده اعتیاد آور