



المخدرات وتأثيرها السلبي على الشباب وأسلوب الوقاية منها

اعداد

الرقم القومي : ٢٩٦٠٨١٥٢٤٠١٤٩١

اسم: ربيع محمد رضا دردير محمد

الفرقة: الرابعة

الكلية : كلية التجارة جامعة بني سويف

المسلسل : ١٧٤

تاريخ الدورة من ٢٧ / ٩ / ٢٠٢٠ الي ٦ / ١٠ / ٢٠٢٠

اشراف

مقدم ابراهيم فتحى ابراهيم على

مدير ادارة التربية العسكرية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ
وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ
*إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقَعَ بَيْنَكُمْ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ
فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ
فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

صِدْقُ اللَّهِ الْعَظِيمِ

سورة المائدة: ٩٠، ٩١

محتويات البحث

ملاحظات	أرقام الصفحات		الموضوع	م
	الي	من		
	٤	٤	المقدمة	١
	٥	٥	الفصل الأول	
	١٠	٦	١- المخدرات وأنواعها وأثارها علي الفرد والمجتمع	٢
	١٣	١١	٢- أسباب تعاطي المخدرات واضرار تعاطيها علي المدي الطويل.	
	١٤	١٤	٣- الأضرار الإقتصادية للمخدرات	
	١٥	١٥	الفصل الثاني	٣
	١٨	١٦	١- طرق علاج المخدرات	
	٢١	١٩	٢- طرق الوقاية من المخدرات من خلال الاسرة والمجتمع	
	٢٢	٢٢	مقترحات وتوصيات للوقاية من تعاطي المخدرات	٤
	٢٧	٢٣	الخلاصة	٥
	٣٠	٢٨	الخاتمة	٦
	٣١	٣١	المراجع	٧

المقدمة

يعد إدمان المخدرات من أكبر المشاكل التي تواجه أي مجتمع حيث يزداد في كل عام أعداد المدمنين مع زيادة أنواع المخدرات وتأثيرها السلبي على الشباب وأسلوب الوقاية منها، وأشكالها كما يلاحظ في الفترة الأخيرة أن ظاهرة الإدمان لم تعد مقصورة على الأغنياء فقط كما كان يحدث في الماضي بل الامر اصبح يشمل فئات من الطبقات الفقيرة وربما بشكل أكبر من عدد الأغنياء المدمنين كما كان تناول المخدرات يقتصر في الماضي بصورة كبيرة على فئة الذكور اما الان فاصبحت فئة الإناث تتعاطى المخدرات المختلفة وذلك وفقا لحدثت الدراسات. تعد المخدرات مواد يتم زراعتها طبيعيا أو تصنيعها معمليا وتسبب عند تعاطيها إحداث تغيير في كيمياء المخ ينعكس في صورة أعراض نفسية وجسدية تتضمن الشعور بالسعادة والنشاط إلى جانب الخمول والاسترخاء، وعند الاستمرار في التعاطي خارج الإشراف الطبي فإنها تسبب سيطرة تامة على الجهاز العصبي وتصل به إلى مرحلة الاعتماد النفسي والجسدي مما يؤدي إلى الوقوع في الإدمان ويترتب عليه أضرار صحية خطيرة وسلوكيات إجرامية تسبب إيذاء للأسرة والمجتمع.

نتساءل دائما عن السبب الذي يدفع بالشخص إلى تعاطى المخدرات وطرق الوقاية منها؟ يتناول البحث موضوعا كامل عن المخدرات يتضمن كافة المعلومات المتعلقة بالمخدرات وأنواعها المختلفة وعلامات التعاطي وطرق العلاج في مراكز علاج الإدمان بسهولة وبدون انتكاسة.

الفصل الأول

المبحث الأول : المخدرات وأنواعها وأثارها على الفرد والمجتمع

المخدرات : بأنها كل مادة تذهب العقل بشكل كلي أو جزئي سواء كانت طبيعية أو مصنعة و تجعل المتعاطي غير مدرك لما يفعله. ويتم تعريفها علميا علي أنها عبارة عن منتجات كيميائية لها آثار بيولوجية مختلفة على البشر والكائنات الحية، ولها استخدامات مختلفة في مجال الطب كعلاج فُتُستخدم كمواد للعلاج، والوقاية من الأمراض، أو تشخيص المرض، كما أنها تُعزّز النشاط البدني والعقلي، ولكن ذلك باستخدامها لفترات محدودة.

أنواع المخدرات:

يتضمن بحث عن المخدرات ذكر أنواع المواد المخدرة على حسب تأثيرها على الجهاز العصبي ما بين منشطات للجسم وتسمى بـ الأمفيتامينات ومسكنات للجهاز العصبي تسمى بالمهدئات وتشمل:

• المنشطات الكبتاجون ، الشبو، الكوكايين

عند إجراء بحث عن المخدرات أثارت المنشطات اهتمام العلماء نظرا لكثرة تداولها ومخاطرها الكبيرة، وتعتبر المنشطات هي مجموعة من المواد المخدرة والتي تزيد من تنبيه الجسم وزيادة نشاط الجهاز العصبي ووظائف الجسم المختلفة فترفع من معدل ضربات القلب، ضغط الدم، معدل التنفس ومستوى السكر في الدم، ويتم تناولها من خلال الحقن، التدخين، الشم، أو في صورة حبوب.

• المهدئات مضادات الاكتئاب، الباربيتورات، البنزوديازيبينات

على عكس المنشطات فإن العقاقير المهدئة تترك تأثير مهبط للجهاز العصبي وتؤدي إلى بطء في وظائف الجسم، ويتم وصف العقاقير المهدئة لعلاج الاكتئاب واضطرابات القلق والتوتر، فتعطي شعور بالراحة والاسترخاء عند التعاطي.

• المهلوسات ، الأتروبين

هي نوع من المواد المخدرة والتي تعمل على إحداث تغيير في كيمياء المخ وتعطل التواصل بين مراكزه مما يترتب عليه شعور المريض بهلاوس سمعية وبصرية، إلى جانب أنها تترك تأثير إدماني قوي عند تعاطيها.

• الأفيونات الأفيون، الهيروين، المورفين، الترامادول، الكودايين.

تعد الأفيونات أشهر أنواع المواد المخدرة والتي تأتي في أولوية اهتمام العلماء عند إجراء بحث عن المخدرات، حيث يرجع تاريخ تعاطيها إلى ٧ آلاف عام قبل الميلاد والتي تشتق من نبات الخشخاش وكانت تستخدم قديماً لأغراض طبية في علاج المغص والأرق كما أنها تترك تأثير إدماني قوي قد يحدث بعد تناول الجرعة الثالثة من المخدر وخاصة من مخدر الهيروين، ويتم تناولها من خلال الحقن، التدخين، أو عن طريق الفم.

• المستنشقات تعرف المستنشقات بأنها المواد المتطايرة والتي تحتوي على مواد كيميائية تؤدي إلى

الشعور بالنشوة والسعادة عند شمها ووصولها إلى المخ، وتتضمن الغازات، معطرات الجو، منظفات

الجلود، ومزيلات الدهون مثل التتر، وعند تعاطيها بصفة مستمرة فإن المستنشقات تسبب الوقوع في الإدمان.

• القنبات الحشيش، الماريجوانا

تشق القنبات من نبات القنب والذي كان يتم زراعته في الصين والهند، وكانت تستخدم أليافه في صناعة الورق والملابس، ويسبب تعاطيه الشعور بالنشوة والاسترخاء ويعد القنب من أنواع المخدرات التي تترك تأثير إدماني قوي وتسبب آثار نفسية وعقلية بالغة مع استمرار تعاطيها.

أعراض تعاطي المخدرات :

تظهر على الشخص المتعاطي للمخدرات أعراض عامة منها :ضعف الاحساس بالألم وتنميل شديد في الأطراف والقلق المزمن والمستمر والاكتئاب الشديد والإمساك الدائم والتنفس بصعوبة و صعوبة الإدراك والاستيعاب وصعوبة التعبير عن الأحاسيس كما يلاحظ وجود ارتفاع في ضغط الدم وارتفاع معدل ضربات القلب، والخمول والكلام المبهم وضعف الذاكرة والاضطراب والشعور بالدوخة والغثيان. ولكل نوع من أنواع المخدرات أعراض مختلفة عن غيره يمكن تصنيفها للتالي :

أعراض الإدمان على الإبر المخدرة

خدر الأطراف، ضعف أو عدم الإحساس بالألم، الشعور دائما بالكآبة والقلق والاضطراب، كما تسبب ببطء التنفس وإمساك دائم وظهور علامات الإبر .

أعراض الإدمان على حُبوب الهلوسة

صعوبة الإدراك والاستيعاب، وصعوبة ترجمة الأحاسيس. ارتفاع معدّل نبضات القلب. ارتفاع ضغط الدّم. الرّجفان.

أعراض الإدمان على عقارات النّظام العصبي المركزي

الخمول، الكلام المبهّم، ضعف الذاكرة، الاضطراب، التّنفس ببطء ونقص ضغط الدّم، الشّعور بدوخه.

تغيرات تظهر على المتعاطين عند تعاطي المخدرات

- يظهر في حياة المراهق أصدقاء من خارج محيط الأسرة والعائلة والوسط الاجتماعي بالكامل.
- يقل المستوى الدراسي للشخص المدمن بشكل مفاجئ.
- يدخل الشخص المدمن في حالة اكتئاب شديدة.
- يلاحظ ضعف عام في الحركة وفي رد الفعل.
- يصبح سريع الغضب وعلى خلاف دائم مع كل أفراد الأسرة بدون أسباب واضحة.
- يلاحظ وجود بطء في الكلام وتلعثم.
- يلاحظ عدم التوازن في وزن المراهق المدمن سواء بالزيادة او بالنقصان.
- العودة إلى منزله في حالة من البرود وعدم الإحساس بما حوله.
- يفقد المراهق اهتمامها بالأسرة وأصدقائه القدامى.

آثارها علي المجتمع والأسرة :

تتعرض أضرار المخدرات على الحياة الأسرية وتؤدي إلى:

عدم القيام بالمسؤوليات والأعباء الأسرية مما يؤدي إلى الخلافات الزوجية و حدوث الطلاق.

انهيار الوضع المادي للأسرة وعدم وجود دخل يكفي الاحتياجات الأساسية مما يؤدي إلى تشريد الأطفال وخروجهم من المدرسة. نتيجة وجود المخدرات في المنزل يؤدي ذلك إلى رغبة الأبناء في التجربة وتقليد الآباء مما يسبب وقوعهم في الإدمان. يؤدي تسرب إدمان أحد الوالدين إلى سوء السمة والنبذ الاجتماعي والشعور بالخزي والعار. وإنهيار المجتمع لأن الفرد هو جزء أساسي من مكونات المجتمع والنواة التي يقوم عليها فإن الانهيار الحادث في حياته ينعكس على المجتمع بأكمله ويؤدي إلى حدوث مخاطر تهدد استقراره العام وتشمل: كثرة الحوادث وما يترتب عليها من خسائر بشرية ومادية. ارتكاب جرائم سرقة وقتل. وجود خسائر في عوامل الإنتاج من عمال وأدوات إنتاج ناتجة عن العمل تحت تأثير المخدر.

المبحث الثاني : أسباب تعاطي المخدرات واضرار تعاطيها علي المدى الطويل

أسباب تعاطي المخدرات:

على عكس الشائع فإن تعاطي المخدرات لا يحدث برغبة من المتعاطي وإنما لعدة أسباب خارجة عن إرادته نذكر أبرزها و تشمل:

اكتئاب: يؤدي الشعور بالحزن والاكتئاب الناتج عن الصدمات العاطفية أو فقدان أحد الأحباء إلى الهرب منها واللجوء إلى تعاطي المخدر.

مشاكل في العمل والأسرة: تؤدي ضغوط العمل ومشاكل الأسرة وعدم القدرة على التعامل معها إلى الرغبة في تعاطي المخدر وذلك للشعور بالاسترخاء.

الرغبة في التجربة: تؤدي الرغبة في التجربة إلى تعاطي المخدرات لخوض مغامرة جديدة وينتشر ذلك السبب أكثر بين المراهقين.

تعاطي العقاقير الطبية: قد يؤدي تعاطي العقاقير الطبية مثل المهدئات والمنومات خارج الإشراف الطبي إلى الوقوع في الإدمان رغبة في الحصول على تأثيرها المخدر.

أصدقاء يشجعون على الإدمان: التواجد في محيط من الأصدقاء يشجع على الإدمان يؤدي إلى الرغبة في الاندماج معهم ومشاركتهم التعاطي.

اعراض المخدرات وأضرارها و الآثار الجانبية علي المدى الطويل، حيث تترك المخدرات أضرار صحية خطيرة على الحالة النفسية والجسدية للمتعاطي، إلى جانب أنها لا تتوقف عند هذا الحد بل أنها تطول من حوله وتمتد إلى المجتمع أيضا وتشمل:

الوقوع في الإدمان: أول الأضرار الناتجة عن تعاطي المخدرات لفترات طويلة هو التسبب في حدوث اعتماد نفسي وجسدي ينتج عنه الوقوع في الإدمان وعدم القدرة علي التوقف عن التعاطي وإلا يواجه المريض أعراض انسحاب صعبة.

أمراض نفسية: يؤدي تعاطي المخدرات إلى حدوث أمراض نفسية وعقلية خطيرة إلى جانب خلل في التصرفات والسلوك تشمل:

- الإصابة بالفصام الناتج عن تعاطي الحشيش.
- هلاوس سمعية وبصرية.
- فقدان الذاكرة.
- الشعور باكتئاب حاد يصل إلى التفكير في الانتحار.
- خلل في الإدراك والانفصال عن الواقع.
- عدم القدرة على تحديد المسافات والزمن بشكل صحيح.
- مواجهة نوبات خوف وهلع.
- ارتكاب جرائم السرقة والقتل

حدوث السكتات الدماغية:

- يؤدي تعاطي المخدرات طويل الأمد إلى تلف في خلايا المخ وفشل في الوظائف العامة إلى جانب حدوث انسداد في الأوعية الدموية الأمر الذي يؤدي إلى حدوث السكتات الدماغية.
- مشاكل في الجهاز التنفسي:
- تؤدي المخدرات إلى حدوث مشاكل في الجهاز التنفسي تتضمن:
- سرعة أو بطء في التنفس.
- الإصابة بالدرن والالتهاب الرئوي.
- احتمال الإصابة بسرطان الرئة.

نوبات قلبية:

تتضمن أضرار المخدرات الإصابة بأمراض القلب إلى جانب عدة مشاكل أخرى تتضمن:

- بطء أو سرعة في ضربات القلب.
- حدوث نوبات قلبية نتيجة ضعف في عضلة القلب.
- تصلب في الشرايين.

فشل وظائف الكبد:

تؤدي المخدرات إلى حدوث فشل في وظائف الكبد وعدم قدرتها على التخلص من السموم إلي جنب الإصابة بالسرطان والتهاب الكبد الوبائي.

مشاكل في الجهاز الهضمي:

تؤدي المخدرات إلى حدوث مشاكل في الجهاز الهضمي يظهر في عدة صور تشمل:

- صعوبة في حركة المعدة ينتج عنه الإصابة بالإمساك.
- قلة إفراز العصارات الصفراوية.
- حدوث تشنجات في المعدة ينتج عنه آلام حادة.
- احتقان الطحال.

تشوه في الوجه:

تؤدي أضرار المخدرات إلى حدوث تشوهات في الوجه تتضمن:

- جروح في الوجه.
- ندبات ناتجة عن حب الشباب.
- هالات سوداء.
- تسوس الأسنان ينتج عنه تكسر في الأسنان.
- الشيخوخة المبكرة وظهور التجاعيد.

المبحث الثالث : الأضرار الاقتصادية للمخدرات

أضرار المخدرات الاقتصادية

- استنزاف الأموال و ضياع موارد الأسرة
- ضعف وخمول الشباب ما يؤدي لقلّة الانتاج يضر بمصالح الوطن الاقتصادية في الاقتصاد السليم يتطلب شباب واعى متبته لكل ما يدور حوله قادر على العمل والإنتاج لا شباب هزيل مستعبد للمواد المخدرة.
- كما أن الإدمان يستنزف الدولة اقتصاديا، حيث يزيد من أعبائها لرعاية هؤلاء المدمنين لإنشاء مصحات علاج الإدمان الخاصة بعلاجه، ومكافحة مروجين تلك المواد المخدرة، وغيره من التكاليف التي تتكفها الدولة بسبب تلك المخدرات اللعينة. وتم إنفاق الكثير من دخل الأسرة التي يتعاطى أحد أفرادها أحد أنواع المخدرات، على تلك المخدرات ما يسبب نقص في الدخل المتاح للصرف على السلع والخدمات المشروعة الأخرى التي قوم بإنتاجها القطاع الإنتاجي للدولة والتي تؤثر في الاقتصاد القومي، وقد يؤدي صرف مال الأسر على المخدرات بدلا أن يصرف على المشروعات الإنتاجية في الدولة إلى حالة كساد واضحة في الاقتصاد القومي. أما بالنسبة للبلاد التي يتم فيها زراعة تلك المواد المخدرة فهي تتعرض لخسارة تلك الأراضي التي تزرع فيها هذه المواد الغير مشروعة بدلا من استغلالها في زراعة المحاصيل التي يحتاجها مواطني هذه الدولة والتي تعود عليهم بالنفع. أما بالنسبة للبلاد التي تهرب إليها تلك المواد المخدرة يعني لها هذا التهريب إنفاق وإضاعة الكثير جدا من الأموال التي تصرف على هذا التهريب الغير مشروع بدلا من استغلال تلك الأموال في استيراد مواد تفيد المجتمع وينتفع بها.

الفصل الثاني

المبحث الأول : طرق علاج المخدرات

علينا إقناع المريض بمرضه، ومواجهته بضعفه تجاه تلك المواد المدمرة وأن حياته بوجود المخدرات لا تتجه إلا للدمار والموت وأنه على تلك الحال يسير في طريق خسارة نفسه وعمله وأهله وأصدقائه. يجب قبل بداية مشوار العلاج من الإدمان بعد إقناع المريض بمبدأ العلاج وترك المخدرات والتخلص منها نهائيا الإطمئنان على سلامة المدمن وتقييمه صحيا للتأكد من عدم وجود فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، أو مرض السل، والتهاب الكبد الوبائي ب وج ،أو غيرهم من الأمراض المعدية التي يمكن أن يصاب بها أثناء تعاطي المخدرات.

مرحلة التقييم

تكون بداية الرحلة العلاجية بتقييم الأطباء و ذهاب المدمن إلى أحد مستشفيات علاج الإدمان طلبا للعلاج، وهناك يتم عرض المريض على الأطباء والخبراء المتخصصين لأخذ الإجراءات اللازمة للتقييمات الصحية الشاملة، ويتم هذا التقييم لتوضيح خطة العلاج المناسبة لكل مريض بناء على نتيجة تلك التقييمات .

مرحلة سحب السموم من الجسم

تأتي مرحلة انسحاب السموم وإزالة المخدر من الجسم وهي أولى المراحل الأساسية في علاج الإدمان، وهي أيضا من أصعب المراحل التي يواجهها المريض في مشوار علاجه من الإدمان ، حيث يتعرض أعراض انسحابية خطيرة كاضطرابات النوم والأرق وارتفاع درجة حرارة الجسم والتعرق وارتفاع ضغط الدم واضطرابات نفسية شديدة وهلوسات ورغبة في الانتحار ، فيقوم الأطباء بإعطاء المريض

العقاقير والمسكنات اللازمة لمساعدته في العبور من مرحلة سحب السموم من جسمه بأمان وتوفير الرقابة والرعاية التامة للمريض في هذه الفترة وإتباع التعليمات الطبية، وقد يتم العلاج الانسحاب بأمان لبعض الناس في العيادات الخارجية أو في المستشفى للبعض الآخر.

مرحلة العلاج والتأهيل النفسي

مع سحب السموم والمخدرات من الجسم يجب عرض المريض لجلسات العلاج النفسي السلوكي والعلاج الترفيهي والعلاج بالبرامج الرياضية والتدريبية، لتخفيف ماسببته المخدرات من خلل في الجهاز العصبي والنفسي، وقد تستمر تلك المرحلة من شهور لعدة سنوات، حسب حالة المريض وقدرته على تحمل العلاج واجتياز الرغبة في العودة للمخدر مرة أخرى. يجب المتابعة المستمرة من الطبيب، فعليه مساعدة المريض في عدم الانتكاسة والعودة مرة أخرى للمخدرات، عن طريق إعطائه الأدوية التي تساعد في إعادة تنشيط وظائف المخ الطبيعية وتقليل الرغبة في تعاطي المواد المخدرة مرة أخرى، كما يجب متابعة المريض المتعافي بعمل التحاليل الدورية له للتأكد من عدم تعاطيه لأي مواد مخدرة بعد العلاج ، حيث تؤكد الإحصائيات أن نسبة كبيرة من مدمني المخدرات يعودون إليها مرة أخرى خلال عام من الشفاء.

مرحلة المتابعة وعدم حدوث انتكاسة

يجب دعم العلاج لمنع الانتكاسة عن طريق جلسات فردية أو جماعية وأخذ النصح من طبيب أو مستشار نفسي لمساعدة المدمن المتعافي على مقاومة إغراء الإدمان والعودة للمخدرات مرة أخرى، ويمكن التصدي للرغبة الشديدة في العودة لتلك المخدرات عن طريق تمارين معالجة السلوك وتنفيذ استراتيجيات خاصة بمنع حدوث الانتكاسة ، أو كيفية التعامل معها إذا حدثت، كما لا بد في هذه المرحلة على

الأخص وكل مراحل علاج الإدمان عموماً من وقوف أهل المريض وأسرته وأصدقائه بجانبه ودعمهم له وتعزيز إيجابياته وإشعاره بأهميته لديه وفرحتهم الكبيرة بتمام شفاؤه.

إكتمال الشفاء

يجب أن تتكامل كل التخصصات العلاجية حتى نصل إلى النتيجة المطلوبة وهي تمام الشفاء وعدم العودة للإدمان أبداً، حيث أن الشفاء الحقيقي لا يكون مقصوراً فقط على علاج أعراض انسحاب المخدر وترك المدمن بعد ذلك لينتس، إنما يجب أن نصل معه إلى استرداد عافيته الجسدية والنفسية والاجتماعية ، مع التأكد من عودته بفاعلية إلى المجتمع واندماجه فيه ووقايته من النكسات في مدة لا تقل عن (من ستة أشهر إلى سنة أو سنتين).

المبحث الثاني : طرق الوقاية من المخدرات من خلال الاسرة والمجتمع

دور الأسرة في الوقاية من المخدرات :

- أن تسيطر على الأسرة روح المحبة والألفة والمودة، والحنان، معاملة الأطفال معاملة حسنة دافئة، والبعد عن العنف والقسوة في التربية لأن العنف والإيذاء ولو لفظيا للأطفال في الصغر يعمل على ضعف بل وقتل شخصيتهم.
- كما ولا بد للوالدان من أن يكونا قدوة حسنة لأبنائهم في كل شئ ،ومراعاة أنهم منذ تكوين تلك الأسرة وقد تحملوا مسؤوليات لابد من مراعاتها ولو على حساب أنفسهم وعاداتهم الشخصية ،فمثلا الأب المدخن لابد ان يكون ايجابيا ويعترف انه اصبح مسؤول عن اسرة وابناء هو قدوتهم ويقلع عن التدخين، أو على الأقل لا يفعل ذلك أمام أبنائه.
- وعي الآباء للتعامل مع الأبناء خاصة في فترة المراهقة والاهتمام بأبنائهم واحتوائهم احتواء يجعلهم في غنى عن البحث عن مصادر أخرى للاهتمام خارج الأسرة رفاق السوء .
- كما وللأسرة دور في تربية أبنائهم على القيم والأخلاق والمبادئ الدينية والأخلاقية منذ الصغر وحثهم على طاعة الله وتقواه.
- مشاركة الأبناء منذ صغرهم على اتخاذ القرارات التي تخص الأسرة ولو على سبيل إيهامهم بهذا وأنهم أفراد لهم شخصية وقيمة داخل الأسرة التي تمثل المجتمع الصغير بالنسبة لهم ، حتى تكون لهم شخصية ودور في المجتمع الكبير.

- كما أنه يجب أيضا على الأسرة المتابعة والملاحظة الدائمة سلوك أبنائها وأي تغيير يظهر عليهم، والوعي بأعراض الإدمان وملاحظة إذا ظهر على أحد أبناء الأسرة تلك الأعراض ، واتخاذ اللازم على الفور فكلما تم إدراك المشكلة مبكرا كلما كانت فرص حلها أكبر وأسرع.
- على الأسرة المتابعة الدائمة أصدقاء أبنائهم والتعرف عليهم، بل والتدخل في اختيارهم بطرق غير مباشرة فلا أهم ولا أخطر من صديق السوء سببا للفساد بكل أوجهه وصورة.

دور المجتمع في الوقاية من المخدرات

يتكون المجتمع من أفراد هم ثروة هذا المجتمع، فلا بد من حماية هؤلاء الأفراد الذين يتكون منهم هذا المجتمع من أي ضرر قد يلحق بهم وخاصة إذا كان هذا الضرر يؤثر في صحة وشخصية وكيونة هؤلاء الأفراد كالإدمان، في الإدمان من أخطر الآفات التي تصيب الشعوب وتقضي عليها، فيجب اتباع سياسة جادة لمكافحة إدمان المخدرات تقوم على أساس :

- ضبط المخدرات ومن يقوم بترويجها وحيازتها، للحد من الحصول عليها وتقليل فرصة الوصول لتلك المخدرات المهلكة، وهذا يتطلب تدريب لأفراد الأمن على أعلى مستوى ودعمهم بأحدث الأجهزة للتمكن من مواجهة أساليب وحيل المروجين التي لا حصر لها.
- التوعية بأضرار تلك المخدرات وتحريمها من الأديان السماوية .وذلك بتكاتف أجهزة الإعلام والتوعية داخل المدارس والجامعات.

- علاج المدمنين و تمام شفائهم وإعادة تأهيلهم للعودة للمجتمع والاندماج فيه بصورة سليمة، ودعم مراكز مكافحة الإدمان بالمال والأطباء المدربين والأجهزة الطبية والمعدات اللازمة لذلك.
- علاج وحل المشاكل التي قد تدفع الشباب للجوء لهذه المواد المخدرة هرباً منها كالبطالة وعدم قدرة الشباب على الزواج لعدم القدرة المادية على ذلك وعدم توفر المسكن والعمل ، وإيجاد حل لتحسين ظروف هؤلاء الشباب واستثمارها والاستفادة منهم لا تحطيمهم وجعلهم عرضة للضياع.
- يجب الدمج بين كل أجهزة الدولة لتحقيق هذه الأهداف الوقائية وتفعيلها بجدية وبذل كل الجهود من المجتمع بأكمله للحفاظ على أفرادهِ .

مقترحات وتوصيات للوقاية من تعاطي المخدرات

قبل إقدام الأطباء على عمل بحث حول المخدرات فإن طرق الوقاية منها وتجنب حدوثها من الأساس تحتل قسم مهم من اهتمامهم لكونها تجنب المشكلة قبل وقوعها ويشمل بحث عن المخدرات وتأثيرها السلبي على الشباب وأسلوب الوقاية منها:

- نشر التوعية في المجتمع بأضرار المخدرات وتأثيرها المدمر على الشخص والمجتمع.
- الابتعاد عن الأصدقاء والتجمعات التي تشجع على التعاطي.
- التدريب على التعامل مع الضغوط المواجهة وحلها بهدوء وتعلم كيفية الاسترخاء بدون اللجوء المخدر.
- علاج الأمراض النفسية التي تدفع التعاطي.
- الالتزام بالوصفات الطبية أثناء تعاطي العقاقير المهدئة وعدم الخروج عنه.
- البعد عن اصدقاء السوء ومن كانوا سببا في لجوء الشخص للإدمان .
- محاولة شغل وقت الفراغ والذي هو عدو للإنسان .
- الحرص على الحد من البطالة وتوفير فرص عمل للشباب على وجه الخصوص .
- عمل توعية كبيرة بأضرار المخدرات على الفرد والأسرة والمجتمع بصفة عامة .
- تشديد وتغليظ العقوبات على تجار المخدرات والمتعاطين على حد سواء .

الخلاصة

أسباب تعرض الفرد لخطر الإدمان:

الجهل بأخطار استعمال المخدر.	ضعف الوازع الديني، والتنشئة الاجتماعية غير السليمة.
التفكك الأسري	الفقر والجهل والامية.
الثراء الفاحش والتبذير دون حساب.	انشغال الوالدين عن الأبناء، وعدم وجود الرقابة والتوجيه.
عدم وجود الحوار بين أفراد العائلة.	مجالسة أو مصاحبة رفاق السوء.
البطالة والفراغ.	

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.

وتتفاوت 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.

أضرار المخدرات الصحية

من أشد الأضرار التي يتعرض لها مدمن المخدرات هو التأثير السلبي للمخدرات على صحة وجسم

المدمن. من أبرز أضرار تعاطي المخدرات التي يمكن من خلالها التعرف على مدمن المخدرات:

• حدوث اضطرابات في القلب، وارتفاع ضغط الدم الذي يؤدي في بعض الأحيان إلى حدوث انفجار الشرايين.

• التعرض لنوبات الصرع إذا توقف الجسم عن تعاطي المخدر فجأة.

• حدوث التهابات في المخ والتي تؤدي إلى الشعور بالهلوسة وأحياناً فقدان الذاكرة.

• تليف الكبد وبالتالي زيادة نسبة السموم في الجسم.

• اضطرابات الجهاز الهضمي وفقدان الشهية مما يؤدي إلى الهزال والشعور بعد الاتزان.

• التأثير السلبي على النشاط الجنسي.

برامج العلاج من الإدمان وتشمل الدورات التعليمية التي تركز على حصول المدمن على العلاج الداعم

ومنع الانتكاس ويمكن تحقيق ذلك في جلسات فردية أو جماعية أو أسرية .

المشورة: أخذ المشورة من مستشار نفسي بشكل منفرد أو مع الأسرة، أو من طبيب نفسي يساعد على

مقاومة إغراء إدمان المخدرات واستئناف تعاطيها. علاجات السلوك يمكن أن تساعد على إيجاد وسائل

للتعامل مع الرغبة الشديدة في استخدام المخدرات، وتقترح 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 .

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.

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:

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

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

الوقاية من خطر المخدرات 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 جداً أو لفترة طويلة جداً. 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:

التواصل: التحدث مع الأطفال حول أخطار تعاطي المخدرات وإساءة استعمالها.

الاستماع: الاستماع الجيد عند تحدث الأطفال عن ضغط أصدقائهم عليهم للاستخدام الخاطئ للمخدرات، ودعم جهودهم لمقاومة ذلك.

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.

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:

تجنب الحالات عالية الأخطار مثل عدم الذهاب مرة أخرى إلى الحي الذي تم استخدامه للحصول على

المخدرات والابتعاد عن أصدقاء السوء.

الحصول على الفور على مساعدة إذا تم استخدام المخدرات مرة أخرى .

الالتزام بخطة العلاج الخاصة:

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.

الخاتمة

يعتقد البعض أن إزالة التسمم من المخدرات كافية للشفاء، لكن يتعين حفز المرضى لمواصلة العلاج وإعادة التأهيل .

وعلى هيئة العلاج أن تبذل كل ما تستطيع لدعم وتعزيز رغبة المريض في أن يظل متحرراً من المخدر، وقبوله بسهولة إذا ارتد للمخدرات وعاد للبرنامج .

إن اتباع اسلوب الوعظ والإرشاد في إبلاغ الشخص المدمن على المخدرات كم هو مخجل وإن إدمان المخدرات لن يحقق الكثير .

إذا استطاعت هيئة العلاج أن تفهم ما يعنيه استعمال المخدرات بالنسبة للفرد، فإنها ستكون في وضع أفضل لمساعدة المدمنين .

أن الجوانب الطبية في العلاج من الإدمان لا يجب أن تغنى عن النهج الأخرى التي يمكن أن تساعد المريض على تعديل إدراكه لذاته، وإدراكه للآخرين ولسلوكه. فعلى سبيل المثال، ينبغي النظر لإزالة التسمم، كمقدمة لهذه النهج الأخرى

يجب أن تتكامل التخصصات العلاجية وتتحدد وصولاً إلى النتيجة المطلوبة، وهي الشفاء التام وليس الشفاء الجزئي أو المحدود ؛ ذلك أن الشفاء الحقيقي لا يكون مقصوراً فقط على علاج أعراض الانسحاب المخدر ثم ترك المدمن بعد ذلك لينتكس، إنما يجب أن نصل معه إلى استرداد عافيته الأصلية من وجوها الثلاثة، الجسدية والنفسية والاجتماعية، مع ضمان عودته الفعالة إلى المجتمع ووقايته من النكسات في مدة لا تقل عن ستة أشهر في الحالات الجديدة، أو سنة أو سنتين في الحالات التي سبق لها أن عانت من نكسات متكررة.

طريقة العلاج "نزارالييف": تستند هذه الطريقة على البرنامج يتكون من اربعة مراحل. في المرحلة الأولى والثانية يتعرض الجسم إلى عملية إزالة السموم، وانتعاش الجسم من الداخل، والمرحلة الثالثة تتضمن بداية التحول النفسي، بما في ذلك تقنيات التأمل الشرقية وكنتيجة للعلاج يولد الشخص واعيا ولا شعوريا مع رفض المخدرات. يتعلم المريض أن يعيش في وئام مع نفسه من خلال احتياطات

العاطفية الخاصة، دون الحاجة إلى المنشطات الكيماوية (الرفض ليس فقط من المخدرات، ولكن أيضا من مضادات الاكتئاب، التي غالبا ما توصف للمرضى عيادات علاج الإدمان). المرحلة الرابعة تشمل تدريب تغيير النفسية، والجلسة المماثلة مع التنويم المغناطيسي - العلاج النفسي الإجهاد الطاقى، اعتمادا على الخصائص النفسية للمريض فرصة اختيار العلاج البديل - الحج ٢٥٠ كيلومتر سيرا على الأقدام. بالإضافة إلى العلاج لمدمن المخدرات تضم البرنامج تصحيح الصحة النفسية والنفسانية لأشخاص الذين يسمون الشخص المرافق. لبدء العلاج، يجب على المريض الاعتراف بأنه مريض.

الإقناع: العمل على اقناع المتعالج انه مريض بمرض الإدمان وان نكشف له ما وصل اليه من خسائر وانه بلا قوة نتيجة الحالة التي هو عليها وان حياة تتجة إلى نتيجة واحدة وهي الموت أو السجن ونجعله يعترف انه بلا قوة تجاة إدمانه وان حياة غير قابلة للإدارة من حيث الوقت. حيث يقضى اغلب وقته في البحث عن الوسيلة لاشباع إدمانه ولا يفعل اى شئ لة أو لغيره وما لديه من مال حيث انه ينفق كل ما يملك في تدمير ذاته ولا ينتفع بشئ بها ونبدء في زراعة المبادئ الروحية لديه ونعلمه ان الافكار السلبية سوف تأتى كثيرا ولكننا نعلمه كيفية مواجهتها هي والاحاسيس السلبية وأنه ليس مجبر على تنفيذها .

الثقة بالنفس: نعمل على تقوية ثقة بنفسه وعمل دائرة ثقة جديدة من اشخاص ايجابية تساعد في طريقة الجديد وتساعد في مواجهة افكاره السلبية.

ويبدء في الاستعانة بهؤلاء الأشخاص لتنفيذ كل ما يريد من أمور ايجابية ولجعله يبدء في التحلي بالأخلاق العالية والايمان القوي من خلال عرض التجارب الناجحة لكل من اجتهد ونجح بفضل الله .

التعليم: حيث يتم البدء في تعليم العمل بأفضل ما عنده في كل الامور التي تشمل حياته من كل جوانبها، والصبر على نتيجة عمله والرضا على النتائج التي وصل اليها.

الاستكشاف: يقوم الاطباء المختصون باستكشاف ما مر به المريض من مواقف لمعرفة كل الامور السلبية التي فعلها لتعليمه الأسباب التي جعلته يقوم بها ومواجهة نفس الموقف عندما يواجهه مرة أخرى.

الجرد: وذلك بكتابة قائمة بكل الاشخاص الذي أذاهم في حياته حتى نفسه سواء أذى مادي أو معنوي أو أذى مباشر أو غير مباشر .

التعويض:

العمل على تعويض كل الاشخاص بالقائمة السابق ذكرها .

جرد يومي:

العمل على جرد شخصي يومياً لمعرفة كل الأمور الايجابية والسلبية التي فعلها المريض لتنمية الامور الايجابية والعمل على الامور السلبية لتلافيها في اليوم التالي .

التأمل: التأمل يوميا مفيد جداً لمعرفة طبيعة الكون من حول المريض وغيره بحسب أحد المراكز العلاجية .

المراجع

<p>موقع مستشفى التعافي للطب النفسي وعلاج الإدمان</p> <p>https://altaafi.com/بحث-عن-المخدرات</p>	
<p>موقع مستشفى الأمل للطب النفسي وعلاج الإدمان</p> <p>https://www.hopeeg.com/blog/show/comprehensive-research-on-drugs</p>	
<p>ويكيبيديا الموسوعة الحرّة</p> <p>طرق علاج الإدمان</p> <p>https://ar.wikipedia.org/wiki/علاج_الإدمان</p>	
<p>The Cabin website أضرار المخدرات ومخاطرها الصحية</p> <p>https://www.thecabinarabic.com/-/أضرار-المخدرات-ومخاطرها-الصحية/</p>	
<p>موقع وزارة الصحة</p> <p>أسباب تعرض الفرد لخطر الإدمان وطرق الوقاية</p> <p>https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/Campaigns/Antidrug/Pages/default.aspx</p>	