

اعتیاد (وابستگی به مواد)

(Addiction)

تعریف اعتیاد :

اعتیاد حالتی است که ناشی از استعمال مداوم بعضی از داروها (مرسوم به مواد مخدر) می باشد ، به طوری که قطع استفاده از مواد باعث بروز اختلال در عملکرد بدن انسان می شود. این وابستگی از طرفی باعث تسکین و گاهی تحریک و نشاط گذرا برای فرد می گردد و از طرف دیگر بعد از اتمام این اثرات سبب جستجوی فرد برای یافتن مجدد ماده می شود. مطالعات نشان می دهد که حدود ۱۰ درصد از جمعیت آمریکا دچار اعتیاد می باشند و میزان مصرف مواد در مردان بیشتر از زنان و در افراد تحصیلکرده بیشتر از افراد دارای تحصیلات پایین می باشد.

علائم اعتیاد:

۱. یکی از علائم اعتیاد این است که فرد معتاد مقادیر بیشتری از ماده مورد نیاز را برای ایجاد اثر دلبخواه مصرف می کند یا در صورتی که مقادیر همیشگی دارو مصرف می شود ولی اثرات آن بطور بارز کمتر می شود به این موارد در اصطلاح می گویند وابستگی به مواد، ایجاد تحمل کرده است.
۲. زمانی که فرد مصرف کننده ، مصرف ماده را قطع می کند یا مقدار آن را کاهش می دهد ، اثرات جسمی و روانی منفی یا به عبارتی نشانه های ترک مواد ایجاد می شود.
۳. مواد به مدت طولانی یا با مقادیر بیشتر از حد

مطلوب مصرف شود.

۴. فرد تمایل برای کاهش یا کنترل مواد داشته باشد.
۵. فرد زمان زیادی را صرف تلاش برای به دست آوردن مواد بکند.
۶. فعالیتهای اجتماعی، تفریحی یا شغلی فرد کاهش پیدا کند یا کنار گذاشته شود.
۷. فرد با وجود اطلاع از مشکلاتی که مصرف مواد به وجود می آورد، مصرف را ادامه بدهد.

نحوه برخورد اطرافیان با افراد معتاد (وابسته به مواد)

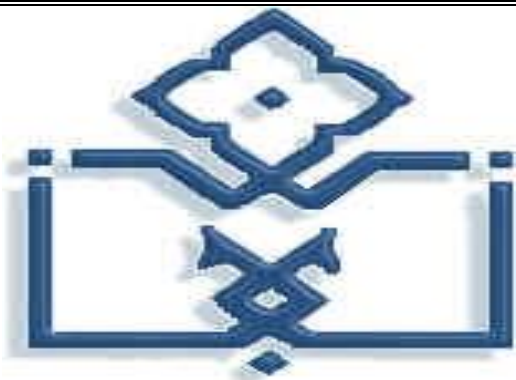
اعضای خانواده برای اینکه بخواهند رفتار درستی در مورد افراد وابسته به مواد داشته باشند، باید یک سری پیش داوری های خود را نسبت به پدیده اعتیاد تغییر دهند و به اعتیاد به عنوان بیماری نگاه کنند و نباید به آن به صورت یک مسئله حاد نگاه کنند و برای آن به دنبال یک راه حل آنی بگردند.

تغییر افراد وابسته به مواد به پنج مرحله تقسیم می شود:

- در مرحله اول تغییر که مرحله پیش تأمل نامیده می شود، فرد در مورد رفتار خود اصلاً فکر نمی کند و سرخوشی او به حدی است که به چیز دیگر اهمیت نمی دهد. در این مرحله وظیفه

اطرافیان، دادن آگاهی به فرد است تا کم کم تشخیص بدهد و مشکلی وجود دارد و این افزایش آگاهی باید در غالب جملات خبری در مورد آثار سوء مصرف مواد با حالت هیجانی و احساسی کم و زمان مناسب باشد تا فرد وابسته به مواد را ، از خود نرانند. اگر اطرافیان در این مرحله تهدید کنند، بهتر است بعد از آن به این تهدید واقع گرایانه عمل کنند نه آنکه این تهدید در مرحله حرف بماند.

- مرحله دوم مرحله تأمل است. در این مرحله فرد می فهمد که مشکلی دارد و به صورت جدی در مورد آن فکر می کند در این مرحله فرد ممکن است در مورد مشکل خود اطلاعات زیادی داشته باشد ولی هیچ گاه درمان را شروع نکند در این مرحله اطرافیان باید، مثل مرحله قبل ، آگاهی فرد را از عواقب رفتارش بیشتر کنند با این تفاوت که گاهی تحریک مثبت عاطفی هم می تواند تا حدی موثر باشد. این اطلاعاتی که داده می شود باید بسیار کوتاه باشد و سریع تمام شود، چون اگر ادامه پیدا کند به دعوا و بحث می کشد. همچنین این اطلاع رسانی باید به دور از اغراق و دروغ باشد. نکته مهم در مورد افرادی که در مرحله تأمل هستند این است که احساس کنند اگر تغییر را شروع کنند، حامی و پشتیبان دارند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی و درمانی شهید دکتر بهشتی

اعتیاد (وابستگی به مواد) (Addiction)

با افراد وابسته به مواد چگونه برخورد کنیم

واحد آموزش پرستاری

پارسا - تاره

- مرحله سوم ، مرحله آمادگی می باشد. در این مرحله فرد تصمیم خودش را برای تغییر گرفته است نقش اطرافیان در این مرحله نقش مشوق است.

- مرحله چهارم، فرد آشکارا رفتار خود را تغییر می دهد، اطرافیان در این مرحله نباید فکر کنند که کار تمام شده است و دیگر برای این فرد ادامه درمان لزومی ندارد.

- آخرین مرحله تغییر، مرحله نگهداری است در این مرحله که فرد مصرف مواد را کنار گذاشته است این نگرانی سراغ خانواده می آید که نکند این فرد برگردد و دوباره مصرف کند این نگرانی باعث شک کردن های بی جا مثل تعقیب کردن، گشتن جیب ها و تهمت به بیمار می شود. در این مرحله خانواده باید جوری رفتار کند که احیاناً اگر فرد در مسیر خود لغزش داشت، مستقیماً با خانواده خود و پزشک مطرح کند نه اینکه آنرا مخفی کند.

