



وزارة الصحة
Ministry of Health

إدمان السموم تُفقد راتك

بزيادة معرفتك عن الإدمان

لن يكون في بيتك مدمون..
ولن يسرق الإدمان أحدًا من عائلتك وأصدقائك،
ولن تصبح أنت ضحية إدمان -باذن الله-

#وطن_بلا_مخدرات



وزارة الصحة
Ministry of Health

ماذا يعني الإدمان؟

الاعتماد عليها
نفسياً وجسدياً..



استعمال مواد
مخدرة بصفة
مستمرة.



يفقد الشخص القدرة
على القيام بأعماله
وواجباته اليومية عند
غياب هذه المادة.



تزداد الحاجة لزيادة
الجرعة من وقت لآخر
للحصول على الأثر
نفسه.



قد تعيده الأعراض إلى
إدمان المشروبات
الروحية، أو المخدرات،
أو الأدوية النفسية
المهدئة، أو المنومة،
أو المنشطة.



في حال التوقف عن
استعمالها تظهر
أعراض خطيرة
تسمى "أعراض
الانسحاب".



مخدرات..

هل تعرف معناها؟

تنوم.. تسكن.. تُفتر..
تشلّ النشاط.



مادة نباتية أو
مصنعة.



تؤدي إلى التعود
أو "الإدمان".



تصيب الجهاز العصبي
المركزي والتنفسي
والدوري بالأمراض
المزمنة.



#وطن_بلا_مخدرات

أنواع المخدرات التبغ

بوابة الدخول لعالم المخدرات،
يحتوي على مادة تسبب
الإدمان (النيكوتين).



بسبب التبغ..

ودّعنا في عام 2016

633

مليون
إنسان بسبب
تدخين
السجائر.

71

مليون
إنسان
بسبب
التبغ.

884

ألف
بسبب التدخين
القسري.

#وطن_بلا_مخدرات

المنشطات

أشهرها: الأمفيتامينات والقيات والكوكائين.

الأمفيتامينات



تسبب النشوة والزيادة الواضحة في النشاط الجسمي والعقلي في بدايتها، ولها بعض الاستعمالات الطبية، لكن نظرا لقابليتها العالية للتسبب بالإدمان وسميتها والأضرار التي نتجت عن تعاطيها، تم تقييد استخدامها واستعمالها بحالات قليلة جدا.

حبوب الكبتاجون



تشتهر في المجتمعات العربية عمومًا والخليجية بشكل خاص.

مادة الإكستاسي، أو الميثامفيتامين أو الكريستال ميث أو الشبو



حبوب تسبب النشوة وهما مادتان كيميائيتان شديدا الإدمان وشديدا السمية.

القيات



نبته دائمة الخضرة يتم مضغها. وتحتوي على العديد من المواد المؤثرة على العقل مثل الكاثينون.

مادة الكوكائين



من أشد المواد وأسرعها إدمانا وأكثرها خطورة لأنها قد تسبب أعراض انسحابية وعلامات اعتماد بمجرد تعاطي جرعات قليلة.

#وطن_بلا_مخدرات

الحشيش

من أقدم المواد الإدمانية وهو أكثر مادة إدمانية غير قانونية مستخدمة في العالم خصوصاً بين الشباب.

قد يؤدي

تعاطيه إلى:



#وطن_بلا_مخدرات



وزارة الصحة
Ministry of Health

الكحول

مادة مؤثرة عقليا ولها
خصائص إدمانية.

قد تسبب
ما يزيد عن

200

مرض وأذى..

من أهمها:

الإدمان على الكحول،
تليف الكبد الكحولي،
السرطانات.



بسبب الكحول..

ودع في كل عام

شخصًا كل عام، يمثل هذا 9.5%
من جميع الوفيات.

3.3

مليون



#وطن_بلا_مخدرات

الأفيونات

مواد طبيعية أو مصنعة جزئيا أو كلياً،
ولها مفعول مسكن قوي للألم
لذلك فهي مازالت تستعمل طبياً
في تسكين الآلام أو في بعض
الحالات الطبية كونها منومات، وقد
تؤدي للإدمان عند تجاوز الجرعات
الطبية الموصوفة.



مثّل

مادة الأفيون والبيت

مادة طبيعية تستخلص
من نبات الخشخاش.

#وطن_بلا_مخدرات

لماذا يلجأ الشخص للإدمان؟

أسباب تتعلق
بطبيعة المادة
وتوفرها:

القوانين والتشريعات التي تسمح
بوجودها ورخص ثمنها.



أسباب تتعلق
بالمتعاطي
نفسه:

هناك علاقة وراثية في بعض
المواد الإدمانية.



أعلى نسب التعاطي تكون في
آخر مرحلة المراهقة وبداية
مرحلة الرشد.



الرغبة في السهر والنشاط
ومقاومة التعب، وهذه بالذات قد
تكون ملاحظة لدى من
يستخدمون المنشطات.



ضعف الوازع الديني.



نزعة الاكتشاف والتجربة
والمخاطرة وتحدي السلطة.



الضغوط النفسية.



#وطن_بلا_مخدرات

أسباب تتعلق بالبيئة المحيطة بالمتعاطي:

أثر الرفقة والأصحاب.



المشاكل الأسرية والتفكك
العائلي.



غياب القدوة الحسنة وغياب
التربية على القيم العليا.



#وطن_بلا_مخدرات

علامات تعرف بها المدمن

لا يعتني بمظهره
الخارجي ويهمل
نظافته الشخصية.



يحب الانطواء
والعزلة الاجتماعية.



يشعر بالكآبة أو الحزن
وتقلب المزاج بدون
سبب ظاهر.



كسول وغالبًا
ما يعاني من
اضطرابات في النوم.



يوجد لديه بقايا
أدوات قد يتم تعاطي
المخدرات بها.



دائمًا يشعر
بالممل.



فاقد للشهية، ولديه
نحافة زائدة.



يقلق بشدة، يتوجس
كثيرًا ويشك.



لديه عدوانية في
الألفاظ والأفعال.



يفضب بشكل
متكرر الزائدة،
وتسهل استثارته.



#وطن_بلا_مخدرات



وزارة الصحة
Ministry of Health

كثير الغياب عن
المدرسة أو العمل.



مهمل لدراسته،
ويعاني من التدهور
الدراسي.



يميل إلى الكذب
وإخفاء المعلومات
عن الأهل.



مهمل للصلاة
والصيام وبقية
الواجبات الدينية.



لم يعد يمارس
هواياته ونشاطاته
الترفيهية.



يصرف الأموال بكثرة
وبشكل غير مبرر.



تظهر عليه علامات
في جسمه مثل:
احمرار أو حساسية
الجلد حول الفم
بشكل دائري، احمرار
العينين، شحوب
الوجه، الرعشة في
الأطراف والتعرق
الزائد.



يختلط بأشخاص
مشبهين ويفيب
عن المنزل كثيرًا.



#وطن_بلا_مخدرات

ماذا تَفْعَل المخدرات بالمدمن؟

1 تفاقم المشاكل الصحية المزمنة والحادة.

2 فقدان الوعي والغيبوبة والموت المفاجئ وخاصة عند أخذ جرعات عالية أو إذا تم الجمع بين أنواع المخدرات أو الكحول.

3 الإصابة بالأمراض المعدية مثل الإيدز سواءً من خلال العلاقات الجنسية المحرمة أو عن طريق مشاركة الإبر.

4 تجعله أكثر عرضة للرغبة بإنهاء حياته.

5 المشاكل الأسرية والخلافات الزوجية بسبب التغيرات السلوكية.

6 مسائلات قانونية: قد يسرق أو يقود السيارة تحت تأثير المخدرات.

7 مشاكل مالية: إدمان المخدرات يؤدي إلى إنفاق المال بلا حساب.

#وطن_بلا_مخدرات

كيف يتم علاج الإدمان؟

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 في إيجاد وسائل للتعامل مع الرغبة الشديدة في استخدام المخدرات، وتقتراح استراتيجيات لتجنب ذلك ومنع الانتكاس.

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

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:

خفض جرعة المخدرات
تدريجياً.



استبداله بمواد أخرى مؤقتة يكون لها آثار جانبية
أقل حدة، مثل الميثادون أو البوبرينورفين.



بالنسبة لبعض الأشخاص قد يكون أمناً الخضوع
لعلاج الانسحاب في العيادات الخارجية، والبعض
الأخر قد يتطلب الدخول إلى المستشفى.



تقييم مدمن المخدرات صحيحاً

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

برامج العلاج

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

#وطن_بلا_مخدرات

جماعات المساندة الذاتية

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

ليس المهم أن نعرفك المهم أن تعرفنا أنت

خدمات وقائية وعلاجية
للتعافي من إدمان المخدرات.



عبر الاستشارات الفورية
في تطبيق صحتي

أو



937

الاتصال على

بخدمات عالية الخصوصية نرعاكم من الإدمان على المخدرات عبر :



الرعاية
اللاحقة.



التوجيه
والتثقيف.



خطة
علاجية وتأهيلية.



استشارات
طبية فورية.



ويمكنك حجز موعد في
عيادة إرادة عبر تطبيق صحتي

#وطن_بلا_مخدرات

قبل أن تغلق هذا الدليل.. وصولك
إلى نهايته تعني وعيك وحرصك،

فعلى الأغلب أنت أمضيت
20 دقيقة من وقتك
لتقرأ هذه الملف.

نشكر لك تحليك بالصبر والأمل..
دُمتَ بعيدًا عن كل مكروه،