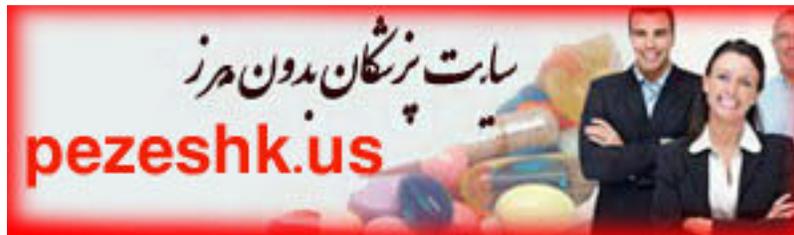


<http://www.pezeshk.us>

سایت پزشکان بدون مرز

آشنایی با انواع مواد مخدر ، اعتیاد و راه های مبارزه با آن



دکتر فاطمه رودباری

دکتر امیدرضا اعلائی

<http://www.pezeshk.us>

سایت پزشکان بدون مرز

پایگاه اطلاع رسانی اخبار پزشکی ایران و جهان

اعتیاد چیست؟

اعتیاد یک «بیماری اجتماعی» است که عوارض جسمی و روانی دارد و تا زمانی که به علل گرایش «بیمار» توجه نشود، درمان جسمی و روانی فقط برای مدتی نتیجه بخش خواهد بود و فرد معتاد دوباره گرفتار «مواد اعتیاد آور» می گردد. اعتیاد به موادمخدر یکی از مهمترین مشکلات اجتماعی، اقتصادی و بهداشتی است که عوارض ناشی از آن تهدیدی جدی برای جامعه بشری محسوب شده و موجب رکود اجتماعی در زمینه های مختلف می گردد.

همچنین ویرانگری های حاصل از آن زمینه ساز سقوط بسیاری از ارزش ها و هنجارهای فرهنگی و اخلاقی شده و بدین ترتیب سلامت جامعه را بطور جدی به مخاطره می اندازد. پدیده شوم قاچاق موادمخدر بیش از آنکه فعالیتی سوداگرانه، تجاری و اقتصادی در عرصه مافیای اقتصاد بین المللی باشد، ابزاری کارآمد، مؤثر و راهبردی در گسترش نظام سلطه صاحبان قدرت جهان بر کشورهای توسعه نیافته است. تحلیلگران مسائل سیاسی و اجتماعی بر این باورند که در تهاجم و نفوذ فرهنگی، پدیده موادمخدر مهمترین عامل به تباهی کشیدن و انحطاط اخلاقی جوامع به شمار می رود. متأسفانه گسترش دامنه مصرف موادمخدر در جامعه امروزی به حدی است که حتی قشر متفکر و تحصیل کرده را نیز به سمت خود کشانده است. مبارزه با اعتیاد نیز قطعاً بیش از آنکه ماموریتی در راستای وظایف مصرحه نیروی انتظامی باشد، اقدامی است استراتژیک در مقابله با ابزار نظام سلطه جهانی در انحطاط اخلاقی جوامع با اهداف خاص سیاسی.

اعتیاد بعنوان یک آسیب اجتماعی، هیچ گاه بطور کامل ریشه کن نخواهد شد، اما با تدبیر، اندیشه و تلاشی مخلصانه حداقل می توان آنرا به کنترل در آورد. در این راستا تلاش ما بر این است تا با ارتقاء سطح آگاهی اقشار مختلف جامعه پیشگیری از اعتیاد را بر درمان معتادین مقدم بداریم. به امید روزی که جامعه ای داشته باشیم که اگر هم در آن فرد معتادی وجود دارد، درصدد نجات خویشتن باشد.

مواد مخدر

انواع فرآورده های گیاهان خشخاش، شاهدانه، کوکا و ترکیبات شیمیایی مشابه که مصرف آنها

موجب اعتیاد می گردد.

انواع مواد مخدر:

۱- سستی زا

۲- توهم زا

۳- توان افزا

مواد سستی زا:

موادی هستند که مصرف آن بر روی سلسله اعصاب مصرف کننده اثر گذاشته و در نتیجه فعالیت فکری و بدنی او را سست نماید.

این مواد به دو دسته تقسیم می شوند:

-طبیعی ، مانند : استحصالات گیاه خشخاش، تریاک، شیره تریاک، مرفین
-مصنوعی ، مانند : هروئین، متادون، نرمتادون، پاپاورین، پتیدین، انواع و اقسام قرص های مسکن و آرام بخش

مواد توهم زا:

با مصرف این مواد فرد دچار اوهام حسی و بصری می شود. این مواد را هالوسینوزن می گویند که شامل:

-طبیعی ، مانند : استحصالات گیاه شاهدانه، حشیش، بنگ، ماری جوانا، گراس، چرس؛ مسکالین، جو سیاه آفت زده، برخی از قارچهای حاوی مواد توهم زا، دانه های نوعی نیلوفر وحشی
-مصنوعی ، مانند : ال.اس.دی (L.S.D)، دی متیل تریپتامین (D.M.T) ، دی اتیل تریپتامین (D.E.T)

مواد توان افزا

مصرف آن بر روی سلسله اعصاب تأثیر گذاشته و در نتیجه فعالیت فکری و بدنی مصرف کننده بیشتر و باعث هیجان می شود. این مواد به دو دسته تقسیم می شوند که عبارتند از:

-طبیعی ، مانند : برگ کوکا، کوکائین، کراک، برگ و ساقه برخی درختان مثل خات و کراتم و ناس

-مصنوعی ، مانند : آمفتامین، متیل آمفتامین، ترکیبات آمفتامینها

مواد سستی زا

خشخاش



بوته ای است یکساله که در مناطق معتدل می روید. رشد سالانه این گیاه به ارتفاعی معادل ۷۰-۱۱۰ سانتیمتر می رسد. در اواسط بهار، بعد از این که گل‌های رنگارنگ آن کم کم شروع به ریختن می کند، از میان گل‌ها کپسول ظاهر می شود که به آن گرز خشخاش می گویند. این گرزها در اواخر بهار و اوائل تابستان دارای پوست سبزی است که به زردی می گراید. البته، قبل از این که میوه گیاه خشک و زرد شود به روش خاص مبادرت به تیغ زدن آن می نمایند. این کار به وسیله افرادی که تجربه خاصی در تیغ زدن دارند، انجام می شود. آنان در ساعات اولیه شب با تیغهای مخصوص و با ایجاد چندین شیار افقی و یا عمودی و یا مورب بر روی گرزها مبادرت به تیغ زدن می نمایند. صبح روز بعد، شیره سفید رنگی از محل شکافهای گرز به بیرون ترشح می کند

و در مجاورت هوا به صمغ قهوه‌ای رنگ تبدیل گردیده در پیاله مخصوص جمع آوری و برای تریاک مالی آماده و به صورت لول روانه بازار قاچاق می شود

تریاک



تاریخچه:

قدیمی ترین و مشهورترین ماده مخدر است که از گیاه خشخاش به دست می آید. این گیاه حدود ۲۵۰۰ سال قبل در منطقه مدیترانه کشت می شده است. سابقه این گیاه را تا ۵۰۰۰ سال قبل هم ذکر می کنند. از آثاری که از سومریها باقی مانده است، چنین بر می آید، آنها این ماده را استعمال می کرده اند و با آن گیاه شادی بخش می گفتند. در نوشته های هومر از تریاک نام برده شده است.

شکل ظاهری:

تریاک شیره منعقد شده تخمدان کال بوته خشخاش است که از نظر علمی به پاپاور معروف است.

تریاک آماده مصرف، ماده ای است خمیری به رنگ قهوه‌ای که بر حسب نوع و منطقه کشت خشخاش و آب و هوای منطقه پرورش از قهوه‌ای روشن تا تیره وجود دارد نامهای دیگر آن افیون، اپیوم و تریاق می باشد.

الکالوئید:

تریاک دارای ترکیبات بسیاری است که تاکنون ۲۵ نوع موثر آن شناخته شده است. مهمترین آلکالوئیدهای تریاک عبارتند از مرفین، نارکوتین، پاپاورین، تبائین، کدئین و نارسئین.

نحوه مصرف :

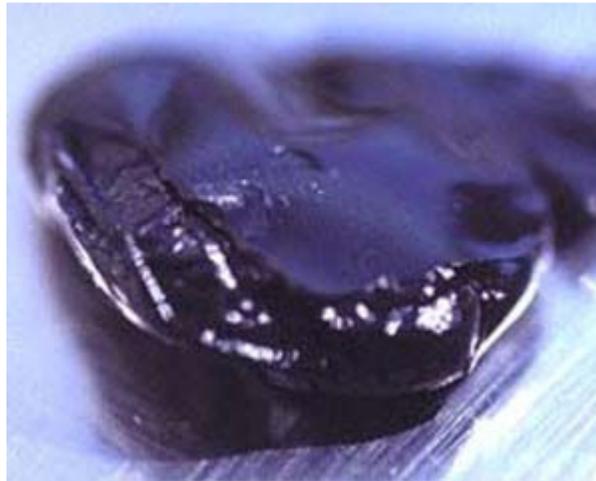
- تدخین به وسیله وافور و یا با وسیلی مانند آن مثل قلیان، قلقلی، سیخ و سنگ
- استفاده به صورت قرص
- حل کردن در آب یا چای و نوشیدن آن

عوارض:

- مغز: وابستگی (اعتیاد)، بی‌خوابی هنگام شب، خواب الودگی در طی روز
- تغییرات شخصیتی:
- ۱-کاهش علائق و انگیزه‌ها
- ۲-کاهش احساس مسئولیت
- ۳-کاهش توجه به تحصیل، شغل و خانواده
- ۴-افسردگی و بی‌قراری، پرخاشگری، اغماء به دنبال مصرف زیاد
- گوارش: تهوع و استفراغ، کاهش اسید معده و اختلال در هضم غذا، کاهش فعالیت روده ها و یبوست مزمن، بی‌اشتهایی و کاهش وزن، سوء تغذیه، خشکی دهان، اختلال در کبد
- پوست: خارش، تیره شدن رنگ پوست، تیرگی لبها، کهیر
- بیضه و تخمدان: کاهش توان و میل جنسی، بهم خوردن دوره های قاعدگی در زنان

-تضعیف دفاع بدن علیه بیماریها: بی حسی و عدم تعادل بدنی، عفونت ریه، یست تنفسی به دنبال مصرف زیاد، انقباض مردمک چشم

شیره تریاک :



پس از تیغ زدن گرز خشخاش، ماده ای شیری رنگ از آن خارج می شود که به آن شیره تریاک گویند. این شیره در مجاورت هوا تیره شده به رنگ قهوه ای تبدیل می گردد.

مرفین:

مرفین از کلمه مورفئوس خدای رویایی یونان باستان مشتق شده است و یکی از اجزای اصلی و اساسی تریاک است که به طور متوسط از هر ۱۰ کیلوگرم تریاک یک کیلوگرم مرفین تهیه می شود. رنگ آن به صورت کرم روشن و گاهی اوقات به رنگ آرد نخودچی و مزه آن تلخ است. ذرات آن در زیر ذره بین شبیه کریستال های سوزنی است.

از نظر دارویی، ضد درد بوده، با اثرات رخوت زبی که بر روی مغز دارد، باعث کنترل دردهای شدید می شود و به همین خاطر مصرف مجاز آن فقط در بیمارستانهاست.

هروئین:



هروئین از کلمه هیروس یا هیرو به معنی مرد قهرمان گرفته شده است. البته این کلمه به معنی زن قهرمان، زن برجسته، زنی که خدمات بزرگی به عالم بشریت کرده و زن ایده آل نیز اطلاق می‌شود. هروئین یکی از ترکیبات مرفین می‌باشد که با عمل استیلایسیون بدست می‌آید. این ماده به رنگ سفید میل به کرم دارای طعمی تلخ و بی بو است که پس از مدتی نگهداری بوی ترشی و سرکه می‌دهد.

نحوه پیدایش:

هروئین، قوی‌ترین و مخرب‌ترین ماده مخدر دنیا به شمار می‌آید که در سال ۱۸۷۴ توسط یک دانشمند انگلیسی ساخته شد و تحقیقات بیشتر را درباره این ماده دانشمندان آلمان در سال ۱۸۹۰ تکمیل نموده و آن را به عنوان دارو معرفی نمودند. در ایران اولین لابراتور هروئین سازی در سال ۱۳۳۴ توسط فردی به نام دکتر مصطفوی ایجاد گردید. وی نحوه ساخت و استخراج هروئین از تریاک را به عده ای آموخت که باعث به وجود آمدن لابراتوارهای بیشتری در سطح کشور گردید.

نحوه استعمال:

هروئین از طریق کشیدن از راه مجاری تنفسی، تزریق داخل رگها و تزریق زیر جلدی استعمال می‌شود. مصرف هروئین از طریق مجاری تنفسی(دهان) با زورق به این صورت است که لبه زورق سیگار یا هر نوع زورق دیگر را به طرفی که از جنس کاغذ است تا می‌کنند و با آن یک لوله می‌سازند، سپس هروئین را که معمولا حدود ۵ سانتی است روی سطح زورق دیگری می‌ریزند و یک تکه مقوای بریده و نازک را به صورت چوب کبریت درآورده پس از آتش زدن زورق گرفته سپس دود حاصله را از دهان استنشاق می‌کنند.

در استعمال تزریقی، ابتدا معتادان از رگهایی که جلوی ساعد دستها نمایان است استفاده کرده، پس از آن که مدت طولانی از تزریق نقاط مختلف دستها گذشت و دیگر این نقاط جوابگو نبود، به ترتیب نوبت به پشت دست، ساق پا، گردن و در نهایت به بیضه‌ها می‌رسد. تزریق در بیضه‌ها آخرین مرحله این گونه معتادان است.

عوارض:

-مغز : وابستگی، افسردگی

-تغییرات شخصی:

۱-کاهش علائق و انگیزه‌ها

۲-کاهش احساس مسئولیت

۳-کاهش توجه به تحصیل، شغل و خانواده

-بی‌خوابی هنگام شب، خواب آلودگی در طی روز، پرخاشگری، آبسه چرکی مغز، عفونت مغز،

بیماریهای مختلف ناشی از مرگ بخشی از سلولهای مغزی و نخاع به دنبال مصرف زیاد

-گوارش : تهوع و استفراغ، کاهش اسید معده و اختلال در هضم غذا بی‌اشتهایی و کاهش وزن

- کلیه : ناتوانی در تخلیه ادرار، نارسایی، عفونت کلیه
- پوست : خارش، تیره شدن رنگ پوست، تیرگی لبها، کهیر، عفونت پوست
- ریه : انسداد ناگهانی رگهای تغذیه کننده ریه، عفونت ریه، ایست تنفسی به دنبال مصرف زیاد
- قلب : نارسایی قلب، بهم خوردن نظم ضربان قلب، عفونت کلیه داخلی و دریچه های قلب
- عروق و خون : سخت شدن دیواره عروق، التهاب عروق، عفونت عروق
- کبد : اشکال در کار کبد، عفونت و التهاب کبد، بیماری مزمن کبدی
- بیضه و تخمدان : کاهش میل جنسی، کاهش توان جنسی

متادون:



یک ماده مخدر مصنوعی است که در جنگ جهانی دوم به علت کمبود مرفین برای تسکین مجروحین به وسیله آلمانی ها ساخته شد. در حقیقت متادون یک داروی برطرف کننده درد است که برای تسکین سرفه هم از آن استفاده می کنند. گرچه متادون خود یک ماده اعتیادآورنده قوی است ولی به عنوان یک داروی پزشکی برای ترک و معالجه معتادان به تریاک، هروئین و مرفین از آن استفاده می کنند. اثرات دارویی آن تا حدی شبیه به مرفین بوده، با این تفاوت که پس از مصرف، مدت بیشتری طول می کشد تا اثرات آن ظاهر شود و به مدت طولانی تر در بدن باقی می ماند

کدئین:



یکی از مشتقات معروف تریاک است که ۰/۲ الی ۰/۸ درصد آن را تشکیل می‌دهد و به عنوان مسکن در اشکال مختلف قرص، کپسول و شربت در پزشکی کاربرد دارد. اثر کدئین در حدود اثر مرفین است و در صورتی که زیاد مصرف شود علائمی مانند اثرات مرفین خواهد داشت. نحوه مصرف آن به صورت تزریقی و خوراکی می‌باشد.

پاپاورین:

یکی از مشتقات مؤثر تریاک می‌باشد که سفید کریستالی است و از نظر زهرآگین بودن حد وسط مرفین و کدئین است. ماده ای است نشاط آور و محرک. کار عضلات صاف مثل روده را کند کرده و باعث شل شدن آنها می‌گردد. در برونشها و رگها انبساط ایجاد نموده و در آب نامحلول است و در الکل حل می‌شود.

پتیدین:



این ماده هم مثل متادون از داروهای سستی زای مصنوعی می باشد که قدرت ضد درد آن از مرفین کمتر است و عضلات بدن را سست و شل می کند .

مواد توهم زا:

شاهدانه (**cannabis**) :



بوته ای است شبیه گزنه که بلندیش تا ۲ متر می رسد. گیاه نر و ماده آن به صورت جداگانه بوده دارای برگهای انبوه دراز و کنگره دار می باشد که میوه آن در سر شاخه به صورت خوشه نمایان است. اصولاً شاهدانه برای روغن گیری و خوراک طیور استفاده می شود. بو داده و برشته آن را مردم به صورت تفنن می خورند. نام لاتین این گیاه کانابیس است. اگر از سر شاخه های به گل نشسته گیاه ماده چسبنده ای به نام رزین که در حال ترشح است جمع آوری و خشک شود، در واقع حشیش به دست آمده است. این گیاه در آمریکای شمالی به نام ماری جوانا یا چرس، در انگلیس به گراس، در فرانسه ادب، در هندوستان بنگه و گنجا، در خاور نزدیک و خاورمیانه حشیش، در افریقای جنوبی دگا، در سوریه و لبنان حشیشه الکیف، در ترکیه اسر یا اسرا، در

افریقای مرکزی کامبا، در اسپانیا و در دیگر کشورها به اسامی مختلفی چون وید، پات، شانگ، چاراز، مکونا و غیره شهرت دارد.

در هر حال هر اسم و نامی بر این گیاه و مشتقات آن نهاده شود، اثرات توهم زایی آن همچنان پابرجاست در اینجا به حالاتی که پس از استعمال حشیش و ماری جوانا در مصرف کننده روی می دهد به طور اختصار اشاره می کنیم :

-در اثر نشئه شدن اشیای مجاورش را بزرگتر و یا کوچکتر می بیند.

-اشتهای کاذب و میل به مصرف غذا پیدا می کند.

-احساس قدرت عجیب در خود داشته و دست به اعمال وحشیانه و جنون آور و خشونت زاده و احساس پرواز کردن و سفر در آسمان و نوعی انبساط خاطر و آرامش و اعتماد به نفس کاذب پیدا می کند.

-فرد به خواب عمیقی فرو می رود.

حشیش:



ماده ای به رنگ سبز تیره و گاهی قهوه ای مایل به سبز شبیه حنا که از گل، برگ و ساقه گیاه شاهدانه مؤنث و از ترشحات چسبنده آنها به صورت صمغ به دست می آید. حشیش حاوی ماده‌ای شیمیایی به نام (T.H.C تترا هیدرو کانا بینول) است که ماده مؤثر آن به شمار می رود. حشیش در طبقه بندی مواد مخدر، جزء مواد توهم زای طبیعی می باشد.

آثار مصرف حشیش:

- تغییر در درک رنگ و صدا
- افزایش اشتها کاذب
- تند شدن ضربان قلب
- قرمزی چشم
- اختلال حافظه، گیجی و بی توجهی به اطراف
- به هم خوردگی تعادل حرکتی
- علائم روانی شدید، مانند شنیدن صداهای غیر واقعی، صحبت‌های نامربوط، توهم و هذیان، اختلال توجه، احساس کند شدن گذر زمان، سرخوشی و خنده خود به خود

عوارض مصرف طولانی حشیش:

- بیماریهای تنفسی مزمن و سرطان ریه
- نازایی در زن و عقیمی در مرد
- از بین رفتن سلولهای مغزی (پوک شدن مغز)
- التهاب و انسداد مزمن مجاری تنفسی
- اختلال روانی شدید و پیدار
- کم شدن علاقه و انگیزه برای زندگی، شغل و روابط اجتماعی و خانوادگی
- سندرم بی انگیزگی (ناامیدی، بی تفاوتی و بی مسئولیتی در مقابل امور جاری زندگی)
- تشنج

علائم ترک حشیش:

- تحریک پذیری، بی قراری و اضطراب
- اختلال خواب و بی اشتها
- تعریق و لرزش
- اسهال، تهوع و استفراغ
- دردهای عضلانی
- افزایش درجه حرارت

بنگ:

سر شاخه های گلدار یا به میوه نشسته و خشک شده بوته شاهدانه – اعم از ینکه ماده رزینی آن را قبلا گرفته یا نگرفته باشند – بنگ نامیده می شود.

ماری جوانا:



در آمریکا برگها و گل‌های شاهدانه آمریکایی را خشک می‌کنند و از آن توتون سبز رنگی به دست می‌آورند که همان ماری جواناست. چون این توتون خیلی زبر است برای پیچیدن آن از چندین دور کاغذهای سفید یا قهوه ای رنگ استفاده می‌کنند و آن را ریفر می‌نامند. مشتاقان آن را به صورت دسته جمعی در محل‌هایی به نام تی‌پاد تدخین می‌کنند. این سیگار به کندی می‌سوزد و خیلی زود خاموش می‌گردد، به همین علت معتادان با پک‌های سریع و دسته جمعی مانع خاموش شدن آن می‌شوند و برای این که از این سیگار استفاده کامل بشود در اماکن سر بسته استعمال می‌گردد.

گراس:

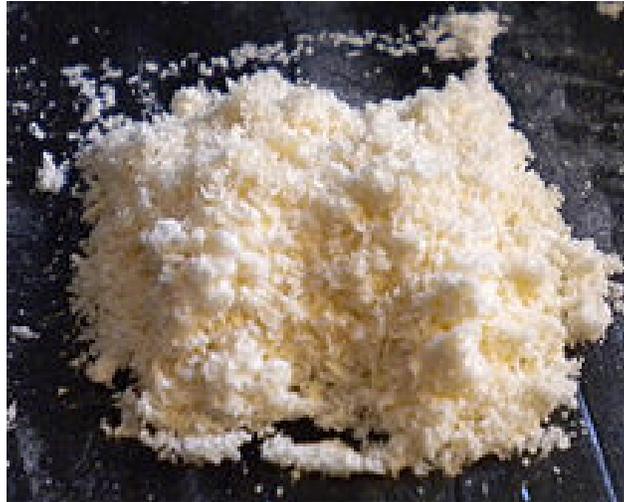


در زبان انگلیسی به معنی علف است و در اصطلاح همان بنگ و ماری‌جواناست. برگ‌های بوته شاهدانه که در واقع مثل علف است جمع‌آوری کرده، مانند سیگار مصرف می‌کنند، گاهی هم آن را مثل چای دم کرده و می‌خورند.

چرس:

همان حشیش است که از رزین آماده شده از سر شاخه‌های گلدار و به میوه نشسته گیاه بالغ شاهدانه تهیه می‌شود و از انواع دیگر آن مرغوبتر است.

مسکالین NESCALINE :



نامهای متداول: peyote, big chief, cactus buttons

نام خیابانی

Mescaline Peyote مسکالین

دوز مصرفی

۲۰۰-۵۰۰ Mes میلی گرم

طریقه مصرف شکل

خوراکی کریستال طبیعی

گروه دارویی: توهم‌زا

مسکالین یا همان کاکتوس مسکال یک کاکتوس کوچک و بدون خار با نام علمی *Lophophora williamsii* است که ترکیب اصلی آن مسکالین و از مواد توهم‌زا است.

مسکالین ماده اصلی و فعال کاکتوس است (معمولا این کاکتوسها به نام پیوت معروفند) که قرنهایست به عنوان دارویی سحرآمیز برای درمان دردها مصرف می شود. نحوه تهیه آن به این صورت است که تکه هایی از قسمت فوقانی این گیاه را بریده و پس از خرد کردن می جوند و یا با ساییدن آن را به صورت پودر درآورده و با ریختن به داخل کپسول، مورد استفاده قرار می دهند.

در گذشته های دور، کاکتوس مسکال به عنوان بخشی از آیین های مذهبی توسط بومیان شمال مکزیک و جنوب غرب آمریکا مصرف می شد.

بخش فوقانی این کاکتوس که بالای سطح زمین قرار می گیرد و به آن تاج کاکتوس می گویند از قسمت های دکمه مانند نامتقارنی تشکیل شده که آنها را از ریشه جدا کرده و سپس خشک می کنند، معمولا این دکمه ها جویده یا در آب خیسانده می شوند که مایع حاصل از آن سکرآور است.

دوز توهم زایی مسکالین ۰/۵ - ۰/۳ گرم بوده که اثر آن تا ۱۲ ساعت باقی می ماند.

کاکتوس مسکال با ایجاد توهمات بصری شدید برای فرقه های بومی حایز اهمیت بود که اثرات آن همانند علایم بیماری روانی ناشی از مصرف مواد شیمیایی مشابه به نظر می رسد.

کاکتوس Sanpedro با نام علمی *Trichocereus/pechanoi* بومی ارتفاعات آند در پرو و آمریکای جنوبی است.

کاکتوس سن پدرو چیست .

کاکتوس سن پدرو که به نام تریکوسروس پاچانوا نیز نامیده می شود یک کاکتوس خود رو در نواحی کوه های آند کشور پرو است .

این کاکتوس بسیار مقاوم و سریع رشد است .هر سال حدود ۳۰ سانتی متر رشد می کند و می تواند به ارتفاع ۶ متر هم برسد .

دارای ۶ تا ۸ پره در اطراف خودش است. قدمت مصرف آن به ۳۰۰۰ سال قبل از میلاد مسیح می رسد.

شمن ها و جادوگران پرو از ۲۲۰۰ سال قبل از میلاد مسیح از آن در مراسم های مذهبی استفاده می کردند. نقاشی های درون غار در پرو نشان که مربوط به ۱۳۰۰ سال قبل از میلاد مسیح است مصرف آنرا در بین اقوام پرو نشان می دهد.

نام سن پدرو بعد از ورود اروپاییان به امریکا و مسیحی شدن آنها بر روی این کاکتوس گذاشته شد. زیرا سنت پیتر مقدس که اقوام پرو و امریکایی جنوبی را مسیحی کرد ابراز داشته بود که او نگه دارنده کلید (اسمان) بهشت است و چون مردم اند با استفاده از این کاکتوس خود را در بهشت (اسمان) می دیده اند نام این کاکتوس را کلید (اسمان) بهشت به نام سنت پیتر. به لحجه خودشان سن پدرو نامیده اند.

کشت این کاکتوس در امریکا، استرالیا، سوئد، آلمان، نیوزلند، نروژ، قانونی است.

بیشترین ماده مخدر کاکتوس سن پدرو مسکالین و فعال کنند های گیرنده سروتونین است.

همانند کاکتوس مسکال ترکیب فعال و اصلی آن مسکال (نوعی آکالوئید سمی) است.

این کاکتوس را تقریباً از همه جا و حتی از طریق اینترنت هم می توان خریداری کرد.

این ماده ی توهم زا هرچند مصرف قابل توجهی در ایران نداشته است اما جدیداً توسط مسافران از خارج از کشور وارد ایران شده است.

و از کاکتوس کوچک هوچی شکل بدست می آید. در بیابان مکزیک و آمریکا یافت می شود و به صورت قانونی در برخی از مناطق ایالات متحده به عنوان قسمتی از جشنهای مذهبی به وسبله اعضای مسیحی بومی آمریکائی مصرف می شود.

به طور معمول کاکتوس را قطعه قطعه کرده خشک می کنند و برای مصرف آنرا جویده و سر انجام می بلعند . بعد از خوردن آن تهوع شایع است . مسکالین باعث توهم های بینائی می گردد . مسکالین به صورت مصنوعی به شکل کریستال های نمک تولید می شود .

مسکالین از روده جذب خون می شود . نیمه عمر آن حدود ۲ ساعت و مدت اثر آن ۸ تا ۹ ساعت است . مقدار مرگ آور آن حدود ۱۰ تا ۳۰ برابر مقدار آن است و خطر مسمومیت آن از سایر توهم زاها بیشتر است .

از آنجا که تهیه مسکامین به روش صنعتی هم امکان پذیر است، غالباً در کپسول هایی که به عنوان اکستازی به فروش می روند، یافت می شود.

همچنین عوارضی عمومی آن شامل: خیال بافی با درجه های مختلف، توهم، سردرگمی، ناهماهنگی و گیجی است. مسکالین نیز همانند LSP و اکستازی موج افزایش ضربان قلب، افزایش فشار خون و افزایش درجه حرارت بدن می شود.

قدرت اعتیادآوری:

مسکالین قدرت اعتیادآوری کم دارد. موجب وابستگی فیزیکی نمی شود و معمولاً وابستگی روانی نیز بوجود نمی آورد. بعد از چند روز مصرف مسکالین، شخص مصرف کننده نسبت به مقدار بیشتر آن مقاوم میشود و بدین ترتیب برای استعمال منظم و روزانه آن بی میل میشود.

نحوه مصرف:

از راه دهان به صورت کپسول یا به شکل جوانه های کاکتوس است که تازه یا خشک شده آن را می خورند یا به صورت چای می نوشند یا همراه با ماری جوانا دود می کنند. نحوه مصرف دیگر از راه دهان به صورت کپسول یا به شکل جوانه های کاکتوس است . و لی بهترین راه به صورت مایع است .

قدرت اعتیادآوری:

مسکالین قدرت اعتیادآوری دارد.

موجب وابستگی فیزیکی نمی‌شود و معمولاً وابستگی روحی و روانی دارد. بعد از چند روز مصرف مسکالین، شخص مصرف کننده نسبت به مقدار بیشتر آن مقاوم می‌شود و بدین ترتیب برای استعمال منظم و روزانه آن بی‌میل می‌شود. و به دلیل بروز ناراحتی گوارشی شخص از مصرف مداوم آن خود داری می‌کند و نوعی تنفر از آن پیدا می‌شود.

استفاده‌های مجاز:

سرخیوستان مکزیکی بیش از ۲۰۰۰ سال پیش جوانه‌های کاکتوس را مصرف می‌کرده‌اند. مصرف این ماده یک نوع رسم مذهبی بود و دارویی برای شفای بسیاری از زخم‌ها و برونشیت گرفته تا ضعف دید به شمار می‌آمد.

تأثیرات موقت:

مسکالین ادراک بینایی و شنوایی را تغییر می‌دهد اگر چه توهمات واقعی بندرت ایجاد می‌شوند. اشتها بر اثر این دارو کاهش می‌یابد. اثرات ذهنی ناخوشایند بویژه در افراد نگران یا افسرده ممکن است بوجود آید.

کاکتوس می‌تواند اثرات دیگری نیز داشته باشد که از چند ماده فعال موجود (بجز مسکالین) در آن بوجود می‌آید. مواد شیمیایی شبه استریکنین می‌تواند موجب تهوع، استفراغ و گاهی لرز و تعریق شوند.

تأثیرات طولانی مدت و خطرات آن:

اثرات طولانی مسکالین به درستی مورد تحقیق قرار نگرفته‌اند. این دارو می‌تواند خطر اختلالات ذهنی را بویژه در کسانی که دچار مشکلات روانی هستند افزایش دهد. مطالعات نشان داده‌اند که بعد از مصرف، مسکالین بیشتر در کبد تجمع می‌یابد (غلظت آن در کبد بالا می‌رود) تا در مغز و بنابراین ممکن است برای کسانی که ناراحتی کبد دارند خطرناک باشد.

علائم مصرف مسکالین عبارتند از:

گشادی مردمک چشم، تعریق زیاد، یاهه گویی و سردرگمی.

نشانه‌های سوء مصرف:

نشانه‌های سوء مصرف مسکالین یا کاکتوس ممکن است آشکار نباشند. گاهی اوقات انزوا، عدم تعیین جهت و پریشان حواسی می‌تواند در فرد ظاهر شود.

تداخل دارویی:

ترکیب کاکتوس و الکل خطرناک است و اختلالات ذهنی را بدنبال دارد که می‌تواند منجر به عدم تشخیص جهت، رفتارهای خشونت بار ترس و گاهی استفراغ شود

ال.اس.دی:



مخفف " اسید لیزرژیک دی اتیل امید " ماده نیمه ترکیبی است که در لابراتور به دست می آید. این ماده به صورت طبیعی در چاودار آفت زده وجود دارد. بر روی آن قارچی به رنگ مس نشو و نما می‌کند که آرگو نامیده می‌شود. این قارچ حاوی اسیدی به نام اسید لیزرژیک می‌باشد و مشتقات آن توهم زا می باشد. یکی از عوارض مصرف، تیره شدن مردمک چشم و ایجاد خطوط رنگین به هنگام بسته شدن چشمها در منطقه بینایی است. عمق تصاویر و اشیا در نظر مصرف

کننده تشدید شده و اشیای ثابت ممکن است در نظرش به حرکت درآیند، گاهی حالت تهوع، سرد شدن بدن و لرزش احساس می‌شود. قدرت شنوایی تشدید شده و زمزمه های نامفهوم به گوش می‌رسد. حس زمان و گذشت آن در حد بسیار زیادی کند می‌شود. انطباق فکر از بین رفته و هر چه میزان مصرف بیشتر باشد تجزیه و تحلیل منطقی کمتری در ذهن به وجود می‌آید.

دی . ام . تی :

یکی از مواد توهم زا می باشد که معمولا معتادین ال . اس . دی از این ماده استفاده می کنند. آثار آن شبیه ال. اس. دی است. کسانی که به دنبال راه گریز سریع از واقعیتها هستند از آن مصرف می‌کنند. اگر از راه دهان مصرف شود تولید دل درد می کند. بنابراین یا از راه تزریق عضلانی استعمال و یا با توتون و ماری‌جوانا مخلوط کرده دود می کنند.

مواد توان افزا :

کوکا:

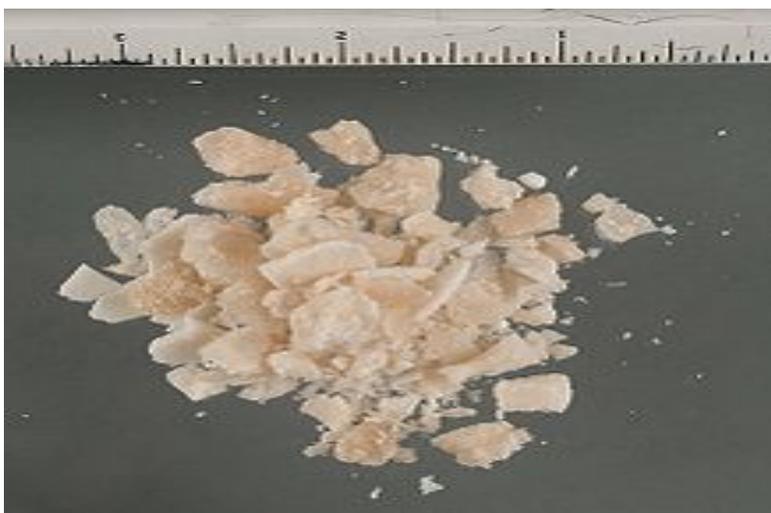
گیاهی است که در ارتفاع ۶۰۰ تا ۲۰۰۰ متری از سطح دریا در دامنه باختری کوههای آند که هوای معتدل و مرطوبی دارد می‌روید. ارتفاع این گیاه به ۲ متر هم می‌رسد و برگهایی دارد که شکل و رنگ و ابعاد آن یاد آور درخت زیتون است. گیاه کوکا حاوی ماده توانا فزا ست که مصرف آن سبب فعال شدن مرکز بی‌خبری و سرخوشی در مغز مصرف کننده می‌شود. ماده حاصل از برگ کوکا، کوکائین نامیده می‌شود.

کوکائین :



یک از موادمخدر توان افزای طبیعی می باشد که از برگ کوکا تهیه می شود کشورهای بولیوی، کلمبیا و پرو بزرگترین محل رشد و نمو کوکا به شمار می روند. نخستین بار بومیان کشور "پرو" از برگ این درخت برای تسکین درد و رفع خستگی استفاده نمودند. اعتیاد به آن جنبه روانی دارد. کوکائین ماده مؤثر رگ برگهای این گیاه است که به اری تاکسیلین شهرت دارد. رنگ آن سفید شفاف و همانند کریستال ریز می باشد و با مختصر تکانی بلورهای ریزان بر روی هم می غلتند. این ماده، یک ضد درد موضعی بسیار قوی است، از پوست و مخاط بینی هم جذب می شود. گرد کوکائین از راه بینی استنشاق و یا در رگ تزریق می شود که خاصیت آن، ایجاد نیرو و هیجان، کاهش احساس گرسنگی می نماید و استعمال زیاد آن موجب جنون می شود. نامهای خیابانی آن کوک، کاندی، هپی می باشد.

کراک:



مشتقی از کوکائین است که جنبه اعتیادآوری آن بسیار زیاد و اثرات جانبی آن دهشتناک است. در واقع کراک، کوکائینی است که دستکاری شده و غالباً با پیپ های شیشه ای دود می شود. برای معتاد شدن به کراک فقط چند پیپ کراک کفایت می کند.

خات یا قات:

خات علاوه بر این که به صورت وحشی رشد می کند، عمدتاً در مناطق مشخصی از شرق آفریقا و شبه جزیره عربستان کشت می شود. برگهای این گیاه با توجه به خواص محرکشان به صورت جویدنی مصرف می شوند، به طوری که به مصرف کننده احساس نشاط داده و تا حدودی جلوی گرسنگی را می گیرد.

طعم آن تلخ است و مصرف آن بیشتر در عصر و اوائل شب صورت می گیرد. کشورهای تولیدکننده، مقادیر انبوهی محموله های منجمد، خشک و واکيوم شده خات را به اروپا و سایر نقاط جهان ارسال می کنند. این محموله در کشورهای مزبور توسط اتباع کشورهای تولید کننده مصرف می شود. برخی کشورها جهت محدود کردن واردات یا مصرف خات تدابیری اتخاذ کرده اند. خات در حال حاضر تحت کنترل مقررات بین المللی قرار ندارد.

کراتم:

درختی است که در تایلند می روید. مردم آن سرزمین برگهای تازه آن را می جویند و یا آن را خشک کرده مانند سیگار می کشند. خاصیت ماده مؤثر این درخت، توان افزایشی است و احساس نشاط و هوشیاری کاذب مختصری نیز در مصرف کننده به وجود می آورد.

ناس:

در بسیاری از منابع آمده است، ناس بوته ای است که در افغانستان و پاکستان می روید. برگهای آن را اگر تازه باشد، می جویند و خشک کرده آن را مثل حنا کوبیده در زیر لثه قرار می دهند. برای تأثیر بهتر و بیشتر، کمی خاک سیگار یا آب آهک به آن اضافه می کنند. مصرف کنندگان آن احساس گرمی و نشاط می کنند، ولی اثر آن به مراتب از سایر مواد محرک کمتر است.

آمفتامین:

گروه وسیعی از داروهای محرک (توان افزا) هستند که باعث تحریک و فعالیت سلسله اعصاب مرکزی می شوند و به اشکال قرص، کپسول، پودر و میع وجود دارند.

اکستازی، اکس، قرص X



ترکیب MDMA یا ۳ و ۴ متیلن دی اکسی مت امفتامین که به نامهای اکستازی، اکستازی، ETC، E (ایبی)، X (اکس) هم معروف است. این قرص در ایران به نام قرص شادی هم شناخته می شود. این ماده در سال ۱۹۱۴ میلادی در آلمان به عنوان کم کننده اشتها مورد استفاده قرار گرفت که به علت اثرات جانبی و مخرب آن از رده مصرف خارج گردید. در دهه ۷۰ میلادی این دارو کاربرد مجدد یافت و در روان درمانی برای کمک به بیان احساسات بیماران استفاده شده که در سال ۱۹۸۴ میلادی با اثبات اثرات آن روی مغز حیوانات آزمایشگاهی از رده خارج شد.

این ماده در سال ۱۹۱۴ در آلمان توسط شرکت مرک به عنوان کاهنده اشتها تولید شد اما به علت عوارض آن از رده خارج گردید. بعد از مدتی در دهه ۷۰ در روان درمانی برای کمک به بیان احساسات بیماران به کار برده شد. با اثبات اثرات این ماده روی مغز حیوانات آزمایشگاهی مصرف آن ممنوع شد.

در سالهای اخیر مصرف این قرص در کشورهای اروپایی و آمریکا بشدت افزایش یافته است . بطوریکه مصرف آن در اروپا در سال ۱۹۹۵ میلادی از ۵۰۰ هزار قرص در سال به ۳۰ میلیون قرص در دو سال بعد رسیده است . مصرف این قرص ها در ایران نیز بخصوص طی یکسال اخیر بشدت افزایش یافته است . جوانان تحصیل کرده و مرفه مصرف کنندگان اصلی این داروها هستند.

همچنانکه ذکر خواهد شد مشکل اصلی در مصرف این مواد عوارض مزمن آن می باشد. عوارض حاد مصرف بیشتر در مرتبه اول مصرف و در صورت تداخل با بعضی داروهای ضد افسردگی پیش می آید.

ترکیب شیمیایی

۳ , ۴ Methylen Dioxy MethAmphetamine. با فرمول $C_{11}H_{15}N_{20}$ به نام های MDMA یا اکستازی معروف است .

اثرات کوتاه مدت:

اکستازی باعث افزایش انرژی و توهم در فرد می شود.مصرف کنندگان می گویند که بعد از مصرف دوست دارند به دیگران نزدیک شده و با آنها تماس داشته باشند.از دیگر اثرات آن می توان به: دندان قروچه غیر ارادی، کاهش اعمال مهاری، لرز با یا بدون تعریق زیاد، تاری دید، افزایش ضربان قلب و فشار خون، احتمال بروز تشنج و... اشاره کرد.

مواد تحریکی موجود در قرص می توانند باعث شوند تا مصرف کننده به طور باورنکردنی و طولانی مدت برقصد که اگر در این شرایط گرما و شلوغی (مثلا در یک پارتنی) هم باشد ممکن است سبب تب و از دست دادن آب بدن(به شکل عرق) شود.این شرایط می تواند منجر به از دست دادن عملکرد عضلات، کلیه، قلب و کبد شود.در این صورت می توان مرگ را هم دید.

حتی بعد از این اثرات مشکل در خواب، اضطراب و افسردگی هم دیده می شود.

اثرات طولانی مدت:

استفاده مکرر از اکستازی (و یا اعتیاد به آن) می تواند سبب از بین رفتن و تخریب سلولهای ترشح کننده سروتونین شود. این سلولها نقش مهمی در حالت روحی افراد، حافظه، یادگیری، درد و اشتها دارند. که تخریب آنها سبب اختلال در عمل آنها می شود. (اختلال در حافظه و یادگیری، کم اشتهایی، افزایش احساس درد، افسردگی و اضطراب).

در ضمن این قرصها در انواع نامهای تجاری و با آرمهای مختلف ساخته می شوند. مثل: میتسوبیشی، موتورولا و ...

حال باید از کسانی که از این ماده خطرناک استفاده می کنند پرسید که آیا حالت سرخوشی موقت به این همه اختلال و شاید مرگ می ارزد؟؟!!

عوارض مصرف اکستازی

- کاهش اشتها

- تغییرات بینایی

- گشاد شدن مردمک ها

- حرکات غیر طبیعی چشم

- توهم بینایی

- افزایش ضربان قلب و فشار خون

- تغییر در نظم حفظ دمای بدن و کاهش آب بدن

- فک زدن های طولانی، انقباض شدید فک و پارگی زبان

- لرزیدن , عصبی شدن , عدم تمایل برای استراحت
- تمایل شدید برای مصرف مجدد این ماده پس از افت تاثیر اولیه
- اثرات شدید احساسی , اختلال خواب , کابوس های شبانه , اضطراب
- عدم تمرکز , فراموشی , اختلال در یادگیری
- اختلال در مکانیسم میل جنسی
- تهوع و استفراغ , سردرد , سرگیجه و تشنج
- کاهش سدیم خون در اثر مصرف زیاد مایعات
- آنمی آپلاستیک (سرکوب شدید خون سازی مغز استخوان)
- بروز اعتیاد روانی و بعضا جسمی
- احتمال سمیت کبدی
- صدمه به اعصاب مغزی
- احتباس ادراری
- تخریب عضلات مخطط که در نتیجه افزایش دمای بدن رخ می دهد و می تواند بعلت رسوب مواد حاصل از این تخریب در کلیه باعث آسیب به این ارگان شود.
- در زنان بعلت اثرات هورمونهای جنسی زنانه , در صورت مصرف اکستازی در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به افت سدیم خون و بدنبال آن تشنج هستند.

مراحل اعتیاد:

۱- مرحله آشنایی:

این مرحله با تشویق دیگران (مخصوصاً دوستان ناباب) یا از روی غرور و کنجکاوی خود فرد شروع می شود.

۲ - مرحله شک و تردید:

در این مرحله فرد با مبارزه با امیال خود می پردازد.

۳ - مرحله اعتیاد واقعی:

در صورت ادامه مصرف در مرحله شک و تردید فرد به مرحله اعتیاد واقعی می رسد. در این مرحله پدیده «تحمل» باعث می شود که فرد به مرور زمان بر میزان مصرف خود بیفزاید تا به نشئگی قبلی برسد.

توصیه پیشگیرانه (دوستانه) به جوانان و نوجوانان:

- ۱- خطرات و عوارض مصرف مواد اعتیادآور را خوب بشناس.
- ۲- به هر کس که به تو مواد تعارف کرد محکم و قاطع بگو «نه» اینکه ما بتوانیم به دوست خودمون «نه» بگیم خودش یک هنر است. افراد خوش فکر هر تعارفی که مخالف سلامتی شونه براحتی رد می کنند.
- ۳- جوابهایی از قبل برای اصرار زیاد اطرافیان آماده کن. پیشاپیش به این جمله ها فکر کن «خیلی کیف داره»، «شنگول میشی»، «سرحال میشی» و اگر کمی تردید کنی میگو: «بچه نه ای»، «ترسویی»، «اول تجربه کن بعد بگو بده»، «هنوز مرد نشدی»، «پس چرا فلانی کشید و معتاد نشد؟ ...»
- ۴- مواد مخدر را حتی یک بار هم امتحان نکن. هیچکس توی دنیا نمی تونه به تو اطمینان بده که یکبار مصرف کردن معتادت نمی کنه. اصلاً مگه معتادی وجود داره که بخاطر معتاد شدن

- مصرف مواد را شروع کرده باشه؟ پس این همه معتاد از کجا اومدن؟! یا دوست داری پریدن از طبقه بیستم یک ساختمان یا لمس کردن سیم‌های بدون روکش برق را حتی برای یک بار هم امتحان کنی؟
- ۵- یادت باشه که کشیدن سیگار مقدمه ایه برای اسارت در چنگال اعتیاد به موادمخدر.
 - ۶- از رفت و آمد در مکان‌های آلوده و دوستی با افراد مشکوک پرهیز کن.
 - ۷- از دوستی با افرادی که اختلاف سنی اونا با تو زیاده خودداری کن.
 - ۸- مواد اعتیادآور سم کشنده ایه که اثراتش به تدریج ظاهر می‌شه.
 - ۹- به صحبت‌های پدر و مادرت که خیرخواه‌ترین دوستان تو هستن اطمینان کن. ارتباطت را با اونا محکم کن.
 - ۱۰- اعتقادات و پایبندی مذهبی خودتو تقویت کن.
 - ۱۱- با مطالعه، ورزش و تفریحات سالم برای اوقات فراغت خودت برنامه ریزی کن.
 - ۱۲- اونی که موادمخدر رو به جوونا معرفی می‌کنه، چهره اش فرقی با دیگران نداره. پس دوستان و نزدیکان خودتو خوب بشناس.
 - ۱۳- بعضی‌ها فکر می‌کنن با بقیه فرق دارن و هر وقت که اراده کنن می‌تونن مصرف مواد رو کنار بگذارن، در حالی که این طرز تفکر منجر به اعتیاد می‌شه.
 - ۱۴- به هنگام سختی و ناراحتی با پدر و مادر و یا یک بزرگتر مطمئن و قابل اعتماد مشورت کن.
 - ۱۵- اگه نمی‌تونن حرفتو به اونا بزنی مشاورین نیروی انتظامی با جان و دل حرفهای تو رو می‌شنون و کمکت می‌کنند.
 - ۱۶- بیشترین تأثیر مخرب اعتیاد بر ارکان خانواده وارد می‌آید، همانطوری که مؤثرترین عامل پیشگیری از اعتیاد نیز نهاد خانواده است.

توصیه پیشگیرانه به والدین:

- ۱- درباره مواد اعتیادآور (علل و عوامل مؤثر در مصرف مواد، خطرات، عوارض و علائم آن) اطلاعات کافی کسب کنید.
- ۲- مهارت‌های تربیتی خود را افزایش دهید.

- ۳- الگوی مناسبی برای فرزندان خود باشید و هرگز بر خلاف گفته خود عمل ننمائید.
- ۴- فضایی ایجاد کنید که فرزندان در آن احساس آرامش کنند.
- ۵- به صحبت‌های فرزندان خوب گوش کنید. با لبخند، تکان دادن سر و استفاده از جملات مثبت نظیر «چقدر جالب»، «من این را نمی‌دانستم» و ... آنها را به گفتن بیشتر تشویق کنید.
- ۶- شرایطی ایجاد کنید که شما را محرم اسرار خود بدانند.
- ۷- از فرزندان انتظار نداشته باشید آرزوهای برآورد نشده شما را تحقق بخشند.
- ۸- از قبل، خود را برای پاسخگویی به سئوالات کنجکاوانه فرزندان آماده نمائید. ممکن است روزی از شما بپرسند که آیا تاکنون مواد مصرف کرده اید؟ این فرصت خوبی است که علت عدم مصرف خود را به زبان سال‌های جوانی به آنها منتقل کنید، یا اگر احیاناً قبلاً مصرف کرده اید علت گرایش خود به مواد و سپس کنار گذاشتن آن را به ایشان بگوئید و اینکه حالا چرا می‌خواهید ایشان اشتباه شما را تکرار نکنند. بیاد داشته باشید که نباید مسائل را بیش از اندازه تشریح کنید مبدا کنجکاوی آنها برانگیخته شود.
- ۹- با تقویت قدرت اعتماد به نفس، تصمیم‌گیری و از بین بردن افسردگی و کم‌رویی فرزندان، آنها را در برابر شرایط آسیب‌زا مقاوم سازید.
- ۱۰- راه مقاومت و پایداری در برابر فشار همسالان را در خصوص مصرف موادمخدر به فرزندان بیاموزید تا از «نه» گفتن به آنها نهراسند.
- ۱۱- موانع را بردارید. به فرزندان انگیزه داده و از آنها حمایت کنید.
- ۱۲- وقت بیشتری را با فرزندان صرف کنید. با آنان به رستوران، پارک، کوه، سینما و ... بروید. باتفاق آنان به موسیقی گوش دهید و از همه مهم‌تر به آنان ابراز عشق کنید و بگوئید که دوستشان دارید.
- ۱۳- سعی کنید حتی آهنگ صدایتان ملایم و دوستانه باشد.

- ۱۴- مواضع خود را برابر سیگار، موادمخدر و الکل مشخص نموده، صریحاً آنرا به زبان بیاورید.
- ۱۵- عقاید خود را به زور به آنها تحمیل نکنید.
- ۱۶- نظم و قانون مناسب و سازنده مشخصی در خانواده برقرار سازید و برای سرپیچی از آن تنبیهات مناسبی در نظر بگیرید و قاطعانه آنرا به مرحله اجرا در آورید.
- ۱۷- سعی کنید در ساعات غذا خوردن همه اعضاء خانواده را دور هم جمع کنید.
- ۱۸- فرزندان خود را قبل از رسیدن به سنین بحرانی نسبت به مضرات و عواقب ویرانگر مصرف موادمخدر آگاه سازید.
- ۱۹- آنان را بیش از اندازه و بطور اغراق آمیز نترسانید.
- ۲۰- از چگونگی دوستیابی و معاشرت فرزندان خود با دیگران آگاه باشید. با والدین دوستانشان ارتباط برقرار کنید. در صورتی که به منزل دوستشان رفتند حتماً از حضور والدین ایشان در منزل مطمئن شوید و به حضور سایر اعضاء خانواده اکتفا نکنید.
- ۲۱- به نحوه خرج کردن پول توسط فرزندان اهمیت بدهید.
- ۲۲- برای اوقات فراغت آنان برنامه ریزی کنید. همواره آنان را به مطالعه، ورزش و تفریحات سالم ترغیب نمائید و زمینه این امور را برایشان فراهم کنید.
- ۲۳- زمان مناسبی را به گفتگو اختصاص دهید. چرا که فرزند شما ارزش نصیحتان را با ارزش زمانی که به آن اختصاص داده اید می سنجد.
- ۲۴- راهنمایی‌های خود را از طریق مربیان و دبیرانشان به آنها منتقل کنید. جوانان باورها و ارزش‌های خود را دارند. طبیعتاً اگر والدین بهترین نصایح را هم بگویند ممکن است آنها را نپذیرند. شنیدن نصایح شما از زبان مربیان و دبیرانشان تأثیر بیشتری بر آنها می گذارد.
- ۲۵- بین فرزندان تبعیض قائل نشوید.

- ۲۶- تفکر انتقادی را که از ویژگی‌های دوران بلوغ و نوجوانی است، در فرزندان خود سرکوب نکنید.
- ۲۷- آنان را به رعایت اصول مذهبی و انجام فرائض دینی تشویق کنید.
- ۲۸- در انجام فعالیت‌های منطقی به فرزندان خود استقلال و آزادی بدهید.
- ۲۹- در رفتارهای خود بیشتر دقت کنید. ممکن است با تمسخر یک معتاد و یا صحبت کردن با لحن افراد معتاد پیامی نادرست به فرزندان منتقل کنید.
- ۳۰- اگر می‌خواهید مانع پویایی و رشد جسم و روان فرزندان نشوید، از انتقاد غیرسازنده، تمسخر و شرم‌دهی کردن آنان مخصوصاً درمقابل دیگران جداً پرهیزید.
- ۳۱- فرزندان را به خاطر رفتارهای مثبت آنان تشویق کنید.
- ۳۲- در موقعیت‌های بحرانی، فشارها و تنش‌های روحی، راهنما و همراه فرزندان خود باشید.
- ۳۳- هرگز فضای خانه را متشنج ننموده و از مشاجره و بحث‌های بیهوده پرهیزید.
- ۳۴- مسئولیت و تکلیفی به فرزندان خود بدهید که با توان آنان متناسب باشد.
- ۳۵- در روابط خود با فرزندان همواره صادق و مهربان باشید.
- ۳۶- از تنها گذاشتن فرزندان خود در منزل، بویژه هنگامی که به مسافرت یا میهمانی می‌روید جداً خودداری نمائید.
- ۳۷- به حس ششم خود توجه کنید. هر گاه در درون خود احساس کردید که مشکل خاصی وجود دارد حتماً آنرا جدی بگیرید.
- ۳۸- در صورت شک و تردید، وسائل شخصی و لباسهای فرزندان را مخفیانه بازرسی نمائید.

۳۹- ترحم به معتادین محله تان را خیانت به فرزندان خود بدانید.

۴۰- همواره در نظر داشته باشید که خانواده ها در زمینه پیشگیری از اعتیاد نقش بسیار مؤثرتری در مقایسه با نیروی انتظامی و سایر سازمان‌های مسئول بر عهده دارند.

۴۱- رعایت بسیاری از نکات مذکور منحصر به والدین نبوده بلکه سایر اعضای خانواده بویژه برادران و خواهران بزرگتر را نیز در برمی گیرد و چه بسا تاثیرپذیری جوانان و نوجوانان از آنها در بسیاری از موارد بیش از پدر و مادر باشد.

با علایم و نشانه‌هایی فیزیکی و جسمی اعتیاد و سوء مصرف مواد آشنا شویم

اعتیاد به هرگونه وابستگی جسمی یا روانی که به گونه ای منفی زندگی فرد را متاثر سازد اطلاق می شود و در واقع بیماری است با ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی که علاوه بر آسیبهای فراوانی که به سلامتی جسمی و روانی و در نتیجه تمامی ابعاد زندگی فرد وارد می آورد، آثار تخریبی فراوانی را نیز بر روی خانواده و جامعه بر جای می گذارد .

وابستگی روانی (ذهنی) مشخصه اصلی اعتیاد بوده و برخلاف تصویری که بعضا در جامعه به چشم می خورد بسیاری از موادی که وابستگی جسمی به همراه ندارند (و از اینرو اعتیاد آور تلقی نمی گردند) دارای وابستگی روانی و کشش شدید بوده (یعنی در واقع اعتیاد آور هستند) و به مراتب فاجعه بارتر از مواد با وابستگی جسمی می باشند.

● چه مواد و داروهایی اعتیاد آور هستند؟

مواد اعتیاد آور طیف بسیار وسیعی را در بر گرفته و عمدتاً شامل مواد مخدر (مثل تریاک، هروئین، شیره، کدئین، دیفنوکسیلات، مرفین، پتدین، متادون، ترامادول، کرک، تمجزیک یا بوپرنورفین ...)، مواد محرک و توهم زا (مثل کوکائین، شیشه ، قرص اکستازی، حشیش، LSD ...)، برخی

آرامبخشها (عمدتا از داروهای گروه دیازپام)، سیگار، الکل می باشد. با توجه به تعریف اعتیاد و نقش مهم وابستگی روانی در آن موارد دیگری از جمله قمار، اینترنت نیز اعتیاد آور می باشند.

● **علائم و نشانه‌های فیزیکی و جسمی سوءمصرف مواد :**

- (۱) سرخ شدن چشمها
- (۲) نگاه‌های مات به مدت طولانی
- (۳) نامفهوم و جویده شدن طرز صحبت
- (۴) عدم تعادل در حرکات
- (۵) کم شدن توجه به نظافت
- (۶) محل‌های متعدد تزریق سرنگ در بدن
- (۷) غیبت‌های مکرر از کلاس درس و کاهش علاقه به تحصیل
- (۸) بی قراری شدید
- (۹) تغییرات ناگهانی خلق
- (۱۰) به مشام رسیدن بوهای غیر عادی از دهان یا لباس
- (۱۱) وجود سوزنها و سنجاق‌های سیاه شده، قاشق خمیده و دود گرفته و ورق آلومینیومی
- (۱۲) لوله‌های خالی خودکار، کبریت نیم سوخته در محل‌های غیر معمول
- (۱۳) طولانی شدن زمان ماندن در دستشویی و حمام
- (۱۴) ناپدید شدن بعضی اشیاء در خانه

(۱۵) خواب آلودگی

(۱۶) تغییر دوستان

(۱۷) تأخیر در حرکات و کند شدن رفتارها

● علائم مصرف مواد مخدر در جوانان و نوجوانان

تشخیص رفتارهای آشکار دوره نوجوانی از رفتارهای ناشی از مصرف مواد مخدر دشوار است. زیرا بسیاری از این تغییرات کاملاً شبیه به هم هستند.

چنانچه والدین و اعضای موثر خانواده نسبت به نشانگان و علائم اولیه مصرف مواد در جوانان و نوجوانان حساس و هوشیار باشند، می توانند در بسیاری از موارد مانع از وخیم تر شدن اوضاع و انحطاط کامل جوان شوند.

مهمترین این علائم عبارتند از:

- ۱ _ انزوایی، خستگی و بی تفاوتی نسبت به خانواده و ارزش های حاکم بر آن.
- ۲ _ خشونت، پرخاشگری و قانون شکنی.
- ۳ _ عدم تمایل به صحبت و مشورت با والدین و نزدیکان.
- ۴ _ کاهش نمرات درسی و بی علاقه‌گی نسبت به درس و آموزش.
- ۵ _ نداشتن فعالیت های جسمی _ ورزشی.
- ۶ _ کاهش اعتماد به نفس، خویشتن داری و ثبات درونی.
- ۷ _ تغییرات شدید خواب (بی خوابی، خواب آلودگی، خوابیدن در طول روز، کابوس دیدن و...).
- ۸ _ تغییرات شدید در عادات غذا خوردن (بی اشتها، کم خوراک، پر خوری و...).

۹ _ عدم تمایل به برقراری رابطه دوستی با سایر هم سالان.

۱۰ _ کاهش توان تحمل و بردباری در برابر مشکلات.

۱۱ _ عدم پذیرش مسئولیت و ضعف در تصمیم گیری.

۱۲ _ عدم تمرکز بر مسائل، فراموشی و بی توجهی.

۱۳ _ قرمزی چشم ها و آب ریزش بینی.

۱۴ _ نیاز شدید به پول اضافی (برای خرید مواد) و رفتارهای غیرمسئولانه (بزهکاری و دزدی از خانه).

۱۵ _ بی توجهی به ظاهر و آراستگی.

جهت کسب اطلاعات بیشتر به مجموعه سایت های پزشکی ما مراجعه کنید :

