



مرکز آموزشی و درمانی رازی تبریز

بسمه تعالی

مطالب آموزشی در مورد اعتیاد



تهیه و تنظیم :

دکتر محمد باقر حسن زاده

دستیار روانپزشکی

تحت نظارت

دکتر مهرداد قائم مقامی

استادیار روانپزشکی

واحد آموزش همگانی

بهار ۱۳۹۷

اعتیاد

اطلاعات قابل فهم در مورد بیماری :

معتاد کسی است که در اثر مصرف مکرر و مداوم برخی مواد یا داروها ، به آن ماده مخدر و یا دارو وابسته می شود و به عبارت دیگر قربانی هرنوع وابستگی جسمانی یا روانی به مواد مخدر ، معتاد شناخته می شود. اعتیاد نتیجه مصرف موادی است که به واسطه تغییرات بیولوژیکی و فیزیولوژیکی ناشی از مواد مخدر و تحمل (نیاز به افزایش دوز ماده مصرفی برای رسیدن به لذت قبلی) ایجاد می شود و موجب بهم خوردن تعادل بدن انسان می شود.

نحوه درمان:

بطور کلی دو نوع رویکرد در درمان اعتیاد وجود دارد. درمان نخست مبتنی بر پرهیز کامل است و دیگری بر مبنای کاهش آسیب

درمانهای جایگزین:

روشهایی مانند مشاوره ، روان درمانی و دارو درمانی برای جلوگیری از عود استفاده میشود

طول درمان و مراحل درمان:

درمان براساس سم زدایی است و بعد از سم زدایی که طی چند روز تا چند هفته انجام میشود روش هایی مانند مشاوره، روان درمانی و دارو درمانی برای جلوگیری از عود استفاده میشود. در روش دوم از داروهای جایگزین برای کاهش احتمال آسیب مثلا انتقال بیماریها، بزهکاری و .. استفاده میشود مانند درمان طولانی مدت با متادون که در مراکز ترک اعتیاد صورت میگیرد.

عوارض درمان و عدم درمان:

درمان بیماری باعث بهبود روابط بین فردی و افزایش کارایی فرد ، کاهش احتمال وابستگی به سایر مواد غیرقانونی و یا داروها ، کاهش مشکلات قانونی مرتبط با مواد ، کاهش انتقال بیماری های منتقل شونده از طریق سرنگ از جمله هپاتیت (التهاب کبد) و ایدز ، جدا شدن فرد از مواد و بازگشت به اجتماع می شود و عدم درمان منجر به وابستگی بیشتر ، افزایش تدریجی مقدار ماده مصرفی ، افزایش عصبانیت و پرخاشگری و اختلالات جدی روانپزشکی مانند اختلالات خلقی و یا جنون ناشی از مواد می شود.

پیش آگهی : مانند هر بیماری دیگری درمان هرچه زودتر بیماری پیش آگهی بهتری همراه دارد .

داروهای مصرفی: داروهایی مثل متادون و بوپرونورفین جهت کاهش خطرات و کنترل اعتیاد به مواد افیونی استفاده می شود و از داروهایی مثل کلونیدین و ضد دردها جهت کنترل علائم ترک استفاده می شود. گاهاً از داروهای ضد اعتیاد مثل نالوکسان و نالتروکسان جهت سم زدایی و کنترل ولع به سمت مواد استفاده می شود.

عوارض احتمالی داروها: عوارض داروهای مورد مصرف در ترک یا کنترل اعتیاد می تواند شامل عوارض کلی مثل حالت تهوع و استفراغ و سایر عوارض گوارشی باشد. استفاده نادرست از داروهایی مثل متادون و بوپرونورفین باعث ایجاد اعتیاد ثانویه به این مواد می شود. پس از مصرف این داروها به مدت نسبتاً طولانی ، قطع یک بار آن باعث بروز نشانگان ترک می شود.

تغذیه: ویتامین ها مهمترین جزء در رژیم غذایی افراد معتاد است و در این میان ویتامین های A ، C ، E بعنوان ویتامینهایی که برای بهتر عمل کردن سیستم دفاعی بدن ضروری هستند ، نقش اصلی را ایفا میکنند. رژیم های سم زدایی انواع مختلف وجود دارد اما عمدتاً توصیه می شود یک رژیم غذایی مناسب و سرشار از سبزی های خام ، آب فراوان ، میوه ها و لبنیات همچون ماست باشد .

خودمراقبتی : خود آگاهی اولین گام برای برنامه ریزی به منظور خودمراقبتی است. برای خود مراقبتی باید در مورد آنچه هستیم و آنچه می خواهیم باشیم و دلایل مان برای چنین تغییری روشن باشد. خود آگاهی باعث کاهش ولع به مصرف مواد مخدر و کنترل امیال و تکانه های درونی برای مصرف مواد خواهد شد.

بازتوانی : بازتوانی عبارتست از انواع فعالیت ها و روش های درمانی به منظور تسریع روند بهبودی و رفع عوارض اعتیاد در زمینه های روابط اجتماعی و رفتار و در نتیجه ایجاد قدرت کاری ، تمایل به کار و احساس مسئولیت و ارتقاء روابط بین شخصی ، خانوادگی و شغلی . در بازتوانی سعی در آمادگی فرد برای زندگی عادی و روزمره ، روابط سالم اجتماعی و روبرو شدن با واقعیات زندگی می شود و در نهایت تکنیک های سازش با الگوهای موجود و حاکم بر زندگی اجتماعی به بیمار آموزش داده می شود.

اهداف زیر در بازتوانی مدنظر است :

۱- بهبود و پرورش قابلیت های فرد با ارضاء و تکامل مهارت ها و توانایی های وی

۲- کاهش دادن علائم و عوارض اعتیاد تا آنجایی که فرد وظائف خود را در مسیر واقعیت های زندگی و اجتماع ایفاء نماید.

۳- سعی در افزایش قدرت تصمیم گیری و عادات مطلوب و مثبت نسبت به کار و فعالیت

۴- آموزش و پرورش توانایی های فرد برای تفریح بهتر و بهره بردن مفیدتر از اوقات فراغت خود.

۵- ارشاد و تربیت فرد برای پیدا کردن اعتماد به نفس کافی جهت تامین زندگی مستقل در سطوح واقعیت های روابط موجود.