



جمعية صندوق إعانة المرضى
Patients Helping Fund Society



العقاقير والكحول
سوء الاستخدام
Alcohol & Drugs
Misuse

الكثير من الأحداث والشباب لديهم الفضول والرغبة لمعرفة ما هي العقاقير التي يمكن أن تؤدي إلى مضاعفات أو أضرار نتيجة استخدامها مع أضرار استخدام الكحول. ومهما تكون إرادتهم فإنهم يجدون أنفسهم ضحية لها. ومهما تعتقد أنك تتناول الكحول والعقاقير بجرعات محدودة يمكن السيطرة عليها ولكنك في النهاية تخضع لسيطرتها وتجعلك تلهث وراءها.

العقاقير أو المواد الأكثر شيوعًا واستخدامًا

١. العقاقير المحظورة الاستخدام والتي تجعل مستخدميها تحت طائلة القانون مثل (الحشيش والقنب) والمواد المنشطة مثل (سبيد Speed)، الإكستاسي، الأمفيتامين، الكوكايين والهيروين الخ .
٢. بعض المهدئات (Tranquilizers) لعلاج القلق النفسي والتي يمكن أن تؤدي إلى الإدمان.



٣. كذلك التدخين بكثرة وفرط تناول الكحول الذي يعتبر إدمانه شائع بين الملايين من البشر، وكذلك المواد المستخدمة في مجالات أخرى مثل البنزين، السكوتين، الصمغ والمواد الطيارة ... الخ.

ما هي أسباب حدوث الإدمان على هذه المواد؟

١. هنالك اعتقاد سائد بين الأحداث والشباب أنهم في حالة عدم تناول هذه المواد سيكونوا في وضع عدم انتماء أو متخلفون عن أصدقائهم.
٢. استخدام هذه العقاقير لأول مرة يجعل الشخص يشعر بالراحة والاسترخاء يدفعه لاستخدامها مرة أخرى للحصول على نفس الإحساس.
٣. في مواقف الضغوط التي يتعرض لها الشخص يستخدم هذه العقاقير فتعطيه بعض الثقة بالنفس في مواجهة تلك الضغوط، مما يؤدي إلى استخدامها مجدداً حينما يتعرض لهذه الضغوط.
٤. عندما يكون الشخص حزيناً كأن يكون قد فارق حبيباً أو عزيزاً عليه فإن الإحساس بالوحدة قد يدفعه لتناول هذه العقاقير لكي يتجاوز محنته.
٥. عند تناول عقار مهدئ معين أو الكحول ومع الزمن يجد الشخص نفسه في حاجة إلى المزيد من جرعة العقار المتناول وفي أوقات متقاربة، وبالتالي يجب التوقف هنا لأنها بداية الإدمان والاعتماد على هذا العقار.
٦. إذا كان لدى الشخص أصدقاء يتناولون العقاقير بكثرة فيعتبر الشخص نفسه سيكون مثلهم مستقبلاً.

مخاطر ومضاعفات استخدام العقاقير والكحول

استخدامك العقاقير التي تُباع على الأرصفة أو من مصادر غير مأذون بتداولها وكذلك فرط تناول الكحول قد يُشعرك بالتحسن في البداية ويجعلك في مزاج جيد ولكن تكرار استخدامها في النهاية يؤدي إلى إضعاف صحتك:

❖ من الخطورة تناول الكحول مع أحد العقاقير المنشطة مثل الاكستاسي لأن أيًا منهما يزيد من فاعلية الآخر

وبالتالي يقود إلى زيادة في حرارة الجسم ثم الجفاف (Overheating and dehydration) ثم الموت.

❖ ضع في اعتبارك أن البائع ممكن أن يعطيك غير المادة التي تطلبها أو ممكن يعطيك نفس العقار ولكن بجرعات أكثر من التي تطلبها أو قد يكون العقار ممزوج مع مواد أخرى.



- ❖ عند تناول بعض العقاقير بالوريد أو بالعضل قد تكون المحاقن غير معقمة وهذا يقودنا إلى أمراض معدية خطيرة مثل التهاب الكبد الفيروسي، الإيدز.... الخ.
- ❖ بعد تناول الشخص العقاقير أو الكحول يكون أكثر عرضة للحوادث مثل حوادث الطرق، المشادات والعراك.
- ❖ سوء استخدام العقاقير والكحول يؤدي إلى أمراض نفسية خطيرة مثل الاكتئاب، الذهان ومشاكل صحية متنوعة.

علامات الإدمان

- ❖ هل تفكر بالعقاقير أو الكحول كل يوم؟
- ❖ هل تستطيع أن تقاوم تناوله عندما يقدم إليك؟
- ❖ هل تتعاطى هذه المواد أو الكحول لوحدك؟
- ❖ هل تعتبر تناول الكحول والعقار هو جل اهتمامك لبقية حياتك؟

إذا كانت الإجابة بـ (نعم) فإن هذا يعنى أنك قد تكون (مدمناً). إن أهم العلامات الشائعة للإدمان هو أنك تشعر وبشكل مفاجئ أنك تتناول العقار وتحصل على الشعور بالارتياح والهدوء ولكن مع تكرار التناول تجد نفسك في حاجة إلى تناول جرعة أكبر لتحصل على نفس الإحساس، وبعدها تحس أنه لا يمكنك أن تعيش وتؤدي متطلباتك اليومية في العمل والبيت بدونه، ويصبح تناوله عادة رغم أنك ما زلت تصر أنك لست بحاجة للعقار.

كيفية الحصول على المساعدة

عندما يصبح ما حدث واقعاً يمكنك تدارك ذلك. فهناك طرق عديدة للحصول على المساعدة.

سبل المساعدة

التحدث الى شخص تثق به:

- ❖ قد يكون صديقاً قريباً إلى نفسك.
- ❖ والديك أو أحد أفراد العائلة.
- ❖ صديق العائلة.
- ❖ باحث اجتماعي في العمل أو المدرسة.
- ❖ المعلم أو المرشد الاجتماعي.
- ❖ أي شخص تثق به في محل عملك.
- ❖ رجل دين.
- ❖ طبيب العائلة الذي ممكن أن يقدم لك النصيحة والدعم وقد تستدعي الحالة إحالتك إلى أحد المستشفيات.

إعداد

لجنة الصحة النفسية

الرعاية الصحية الأولية

وزارة الصحة / الكويت

سأهف معناب

وقضية التوعية الصحية

عدم معرفة المرض والجهل بأعراضه وأسبابه قد يكون سببا في انتشار الأوبئة واستفحال ضررها، ومساهمته في نشر الوعي الصحي يساعد في انقاذ الأنفس من الوقوع في الأمراض. وبما أن الدال على الخير كفاعله، فإن التحذير من خطر الأفات التي تدمر الأفراد والمجتمعات واجب شرعي على الجميع، امتثالاً لقوله تعالى: «وتعاونوا على البر والتقوى» ...



حساب الوقف رقم : 011140001314

حساب الصدقات رقم : 011140000040

حساب الزكاة رقم : 011010042580

بيت التمويل الكويتي

للمساهمة في طباعة اصدرات التوعية الصحية
يرجى الاتصال على:

العلاقات العامة والإعلام

هاتف : 2256006 1/2/3 فاكس : 22519803

داخلي : 115

خدمة المتبرعين: 97222901 - 97222903

ص.ب 24409 الصفاة-13105 الكويت

لايجوز طباعة المادة العلمية دون الرجوع إلى العلاقات العامة والاعلام
لجمعية صندوق إعانة المرضى