

امروزه **سوء مصرف دارو** ۱ در دنیا به صورت معضل پیچیده ای درآمده است و گرچه هر روز راهکارهای جدیدی برای اجتناب از آن اتخاذ می گردد، متأسفانه فرآورده های مضرتری بوجود می آیند که خوشایند مصرف کنندگان می گردند.

**استفاده نابجا از داروها به دو صورت است:**

۱- **سوء مصرف داروها در ورزش**

۲- **سوء مصرف داروهای روانگردان و مخدر به منظور ایجاد شادی لحظه ای و آرامش کوتاه مدت**



**سوء مصرف داروها در ورزش**

امروزه در ورزش از داروهای محرک به عنوان دوپینگ و جهت بالا بردن کارایی، کسب مقام قهرمانی، برآوردن نیاز مادی و..... استفاده می کنند.

این داروها دارای عوارض حاد و مزمن از جمله: خونریزی های مغزی، بی قراری، لرزش اندامها و برافروختگی است. در صورت مسمومیت شدید سکتة مغزی ناشی از خونریزی مغزی، بی نظمی های قلبی و متعاقب آن مرگ می تواند اتفاق بیفتد.

متأسفانه در ایران استفاده از استروئیدهای آنابولیزان بسیار شایع است. عوارض این داروها در درازمدت به وجود می آیند، افراد متوجه نمی شوند و زمانی اثرات آن را پیدا می کنند که دیگر کاری نمی توان کرد و فرد دچار عوارضی مانند سرطان کبد، عوارض قلبی و عروقی، بالا رفتن کلسترول، بالا رفتن فشار خون، اختلالات جنسی در مردان و زنان و..... شده است.

**سوء مصرف داروهای روانگردان و مخدر به منظور ایجاد شادی لحظه ای و آرامش کوتاه مدت**

استفاده از داروهای روانگردان و مخدر از دغدغه های بزرگ جامعه جهانی است و افراد سودجو به منظور کسب درآمد انواع آن را به صورت قاچاق وارد جامعه می کنند مثل: اکستازی که از گروه آمفتامین هاست. مسمومیت ناشی از این دارو بسیار مهلک و وحشتناک است. عوارضی مانند از دست دادن حافظه، کاهش آب بدن مخصوصاً اگر با الکل مصرف شود که منجر به مرگ می گردد.



مرگ های ناشی از آن با قفل شدن دندان ها، تاری دید، آسیب مغزی، افسردگی، توهم، لرز، آسیب کبدی، خونریزی داخل جمجمه ناشی از بالا رفتن فشار خون همراه است.

**نکاتی در مورد درمانهای غلط و خطرناک ترک اعتیاد**

۱- اعتیاد به عنوان یک بیماری سخت و پیچیده نیاز به یک درمان تخصصی و دقیق دارد. لذا به جز روانپزشکان و پزشکان دوره دیده هیچ کس صلاحیت درمان اعتیاد را ندارد.

۲- استفاده از داروهای خطرناک و بعضاً اعتیادآور همچون اکستازی، مواد محرک همچون شیشه، استفاده از داروهای قویتر مانند هروئین نه تنها کمکی به درمان اعتیاد نمی کند بلکه مشکل را دو چندان خواهد کرد.

۳- استفاده از مشروبات الکلی یا حشیش در درمان اعتیاد جایگاهی ندارد و می تواند خطراتی را برای بیمار در بر داشته باشد.

**آنچه خانواده فرد معتاد باید بداند**

۱- اعتیاد یک عادت است نه یک بیماری. بیماری درمان دارد ولی اعتیاد به عنوان یک عادت درمان ندارد و باید کنترل شود.  
۲- شروع به ترک اعتیاد به معنای کنار گذاشتن مطلق اعتیاد نیست. ممکن است معتاد در طول ترک دچار لغزش و حتی



## سوء مصرف داروها

### آنچه خانواده ها باید بدانند



بیمارستان گلدیس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: صدیقه کمانی- سوپروایزر آموزش سلامت

زمستان ۱۴۰۴ - کد پمفلت 26-1-AW

۷- خانواده های متشنج و ناآرام، والدین ایرادگیر، والدین متعصب و بدون انعطاف، یا بالعکس والدین بی خیال معتاد پرورند.



۸- کسانی در کنترل این عادت موفقند که با هدفی متعالی، با اشتیاق برای رسیدن به هدف خود با سختی و تلاش قدم بردارند، از شکست ها نهراسند و در همه حال سعی کنند و امیدوار باشند. تمام عوامل شکست خود را شناسایی و کنار بگذارند و عوامل موفقیت خود را تقویت کنند. حمایت خانواده را با صداقت و تلاش خود جلب کنند و خانواده نیز برای موفقیت آنها از هیچ تلاشی فروگذار نکنند. باید منظم و امیدوارانه زندگی کرد و عادات خوب را در زندگی تقویت کرد تا عادات زشت ایجاد نشود.

**هر قدر هم شخص قوی باشد، مصرف تفریحی مواد مخدر مساوی است با اعتیاد تا آخر عمر!**

منبع: کتابخانه الکترونیک وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی -

مسمومیت

سایت بیمارستان: [www.goldis.mui.ac.ir](http://www.goldis.mui.ac.ir)

عود گردد. در چنین زمانی خانواده نباید برخورد پرخاشگرانه و نامناسب داشته باشد و نباید او را تحقیر کند بلکه برعکس باید اعتماد به نفس را تقویت کنند و او را به درمان بازگردانند.



۳- برای ترک اعتیاد هر زحمت و تلاشی نتیجه دارد حتی اگر نتیجه اش در زمان طولانی حاصل شود.

۴- زندگی با معتاد صبر و حوصله فراوان می خواهد. اعتیاد یا بهتر بگوییم، عادات جزء زندگی ما انسانهاست و مبارزه با عادات ناپسند و مضر ضروری است. از تجربه اعتیاد و ترک آن باید حداکثر استفاده را خصوصا در تربیت فرزندان نمود.

۵- هر عادت زشت نشان دهنده یک نقطه ضعف در شخصیت، تربیت، شیوه تفکر یا شیوه زندگی است با بروز هر عادت، نقاط ضعف را شناسایی و به اصلاح آن بپردازیم.

۶- بروز بعضی عادات به شیوه زندگی، توقعات ما و رفتارهای غلط ما بستگی دارد. قبل از جستجوی عامل اعتیاد در بیرون به خودمان نگاه کنیم شاید علت را پیدا کنیم.