

المحاضرة الخامسة طرق الوقاية من المخدرات و سبل العلاج

إن الحد أو التقليل من الطلب على المخدرات يتطلب اتخاذ إجراءات وقائية وعلاجية، إلا أنه في حقيقة الأمر قد لا تنجح إجراءات الوقائية في جميع الأحوال ومع جميع الأشخاص، إذ قد يكون هناك خلل أو إهمال في الالتزامات بالإجراءات الوقائية، وهذا الأمر يستدعي تدخلا من نوع آخر، وهو التدخل العلاجي سواء كان هذا التدخل العلاجي مبكرا بحيث يمكن الوقاية من التماذي في تعاطي المخدرات أم تدخلا علاجيا .

البعد عن رفاق السوء ومن كانوا سببا في لجوء الشخص للإدمان.

محاولة شغل أوقات الفراغ بما هو مفيد ونافع للإنسان

الحرص على الحد من البطالة وتوفير فرص عمل للشباب على وجه الخصوص.

توعية الفرد بأضرار المخدرات وآثارها المدمرة على الفرد والأسرة والمجتمع. تشديد العقوبات على تجار المخدرات والمتعاطين على حد سواء الردع القانون. و تتم وقاية المتعاطين للمخدرات وعلاجهم على عدة مستويات و هي:

(1) على مستوى الفردي:

- تقوية الوازع الديني لدى الافراد من خلال الالتزام بالتعاليم الدينية و التثبت بالمعايير الاخلاقية و العادات والتقاليد.
- الاختيار الامثل للاصدقاء.
- الثقة بالنفس و محاولة تعزيز ذلك باستمرار.
- ملأ اوقات الفراغ بالامور الضرورية في الحياة.

(2) على مستوى الاسري

ضرورة اتباع الوالدين للتربية السليمة . التنشئة الاجتماعية المحكمة. و يجب ان يكون الوالدين القدوة الحسنة لابنائهم و المثال الأمثل لهم من شأنه ان يجعلوهم صالحين في المجتمع.

المتابعة المستمرة من طرف الوالدين مع محاولة تفهم و فهم حاجاتهم و ميولاتهم.

تقديم النصائح باستمرار من طرف الوالدين للابناء مساعدتهم في حل مشكلاتهم و هذا عن طريق الحوار و التفهم و ليس العنف.

(3) على مستوى المجتمعي:

- تشديد المراقبة الطبية على الصيدليات.
- انشاء مراكز لعلاج الادمان.

- بناء الهياكل و المنشآت لجلب الشباب و ابعادهم عن المخدرات.
- تفعيل ادوار المجتمع المدني في التوعية بمخاطر هذه المواد.
- تفعيل دور المؤسسات الدينية في التوعية و الارشاد الديني عن طريق الخطب والدروس في المساجد.
- تخصيص برامج اعلامية سواء عن طريق التلفزة او الاذاعة للحث عن خطورة تعاطي المواد سواء على الفرد أو المجتمع ككل.

بالاضافة الى ذلك يمكن تحديد مستويات ثلاثة اخرى و هي:

الوقاية من استخدام المخدرات على المستوى الابتدائي:

الأنشطة الموجهة نحو تفادي تعاطي المخدرات، ويستتبع ذلك الوعي بالمخدرات والتثقيف ومعالجة البدائل لإساءة استخدام المخدرات، مثل تعزيز أساليب الحياة الصحية وفرص الترفيه عن النفس والتحفيز بعدم استخدام المؤثرات العقلية زيادة أسعار الكحول ودعم أسعار المشروبات الغازية لخفضها.

الوقاية من استخدام المخدرات على المستوى الثانوي أو التدخل المبكر الإجراءات التي تسعى إلى توفير التدخل المبكر بهدف منع الاستخدام المنتظم للمخدرات بين الشباب الذين شرعوا فعليا في ذلك أو أولئك المعرضين لو بشكل مستمر، وذلك لحثهم على الحياة بدونها ، تعالج الوقاية من استخدام المخدرات على المستوى الثانوي توفر المواد المخدرة المسائل الخطرة المواجهة البناءة أو التماس المشورة المحفزة وشارك الأصدقاء بهدف المشاركة النشطة في بدائل المخدرات .

وهناك بعض العلامات التي تساعد في التعرف على الحالات التي تتعاطى المواد النفسية بصفة عامة وهي:

الانطواء والانعزال عن الآخرين بصورة غير معتادة والإهمال وعدم الاهتمام أو العناية بالمظهر والكسل الدائم والتثاؤب المستمر شحوب الوجه والعرق والرعدة في الأطراف، فقدان الشهية والهزال والإمساك، الهياج لأقل سبب بما يخالف طبيعة الفرد المعتادة، الإهمال الواضح في الأمور الذاتية، وعدم الانتظام في الدراسة والعمل، إهمال الهوايات الرياضية أو الثقافية، اللجوء إلى الكذب والحيل الخادعة للحصول على المزيد من المال، اختفاء أو سرقة بعض الأشياء الثمينة من المنزل دون اكتشاف السارق ، حيث يلجأ المدمن إلى السرقة من أجل الحصول على المال اللازم لشراء المادة التي أدمنها .

الوقاية من استخدام المخدرات على المستوى الثالث أو العلاج: يبدأ العلاج عند لجوء المستخدمين إلى مقدمي الخدمة الصحية أو غيرهم من الخدمات المجتمعية ويتواصل من خلال تدخلات محددة متتالية وذلك لمساعدتهم على اكتساب المهارات للحياة بدون المثرات العقلية واعادة دمجهم في المجتمع . هناك حاجة إلى أخصائي الإرشاد النفسي المدربين ومختلف خدمات الدعم الاجتماعي.

وهو مرادف للعلاج ونركز فيه على التقليل من المترتبات طويلة المدى للاضطرابات أو تعاطي المخدرات، ويهدف هذا المستوى إلى تقليل احتمالات الانتكاس أو العودة إلى التعاطي مرة أخرى وكذلك الحيلولة دون تحول المدمنين إلى المصير المزمن من خلال إيقاف عملية التدهور المترتبة عن تعاطي المخدرات، وتقليل دواعي البقاء بالمؤسسات العلاجية لفترات طويلة لتجنب الآثار الجانبية لهذا الحجز في تلك الأماكن، خاصة إن لم تكن مهيأة لإقامة مثل هؤلاء الأفراد. كما أن العلاج الفعال الذي ينطوي على احتمال مرتفع لعدم الانتكاس، يمكن أن يحمي المدمن من خطر الانضمام إلى المجموعات الهدامة، والتورط في السلوك الإجرامي المرتبط بالإدمان.

1. أنواع وبرامج العلاج من الإدمان على المخدرات: من أهم البرامج المعتمدة لعلاج المدمنين على المخدرات ما يلي:

العلاج الطبي:

تهدف هذه المرحلة إلى إزالة السموم أو أثر المادة المخدرة، وذلك عن طريق إعطائه الأدوية المتشابهة للمخدر الذي كان يتعاطاه أو أحد بدائله أو إعطائه مضادات الإدمان.

العلاج الطبي الكيميائي بنفس المخدر أو العقار:

بحيث تخفض الجرعة بالتدريج حسب ما يقرره الطبيب المعالج ويستمر هذا التخفيض حتى تختفي الأعراض دون آلام الحرمان أو، العقار وبالطبع يحتاج المدمن تغذية جيدة وسوائل ومحاليل طبية أخرى.

العلاج الطبي الكيميائي بمخدر أو بعقار بديل:

على أن يكون المخدر أو العقار البديل من نفس عائلة المخدر الذي كان يتعاطاه المدمن من حيث الخواص والتركيب وتقل الجرعة بالتدريج حتى يشفى المدمن وتختفي الأعراض تماما.

طريقة القطع الكامل للمخدر والعلاج بمضادات الإدمان:

هي طريقة معالجة الأعراض التي تظهر نتيجة توقف المتعاطي عن أخذ المخدر وفي كل حالة تختلف مدة العلاج علما بأن طريقة القطع هي الأكثر انتشارا في العالم نظرا لعدم استخدام المخدرات كثيرا في العلاج وينبغي في كل الأحوال أن يكون العلاج تحت إشراف الطبيب والأخصائي الاجتماعي وأخصائي نفسي

العلاج النفسي :

ويهدف هذا العلاج إلى تقوية الذات ومشاركة الفرد في العلاج وتعزيز السلوكات المقبولة اجتماعيا، والتي تبعد الفرد عن الإدمان والتعاطي، ويرتكز العلاج النفسي على إعادة بناء التنشئة الاجتماعية للفرد وتقوية مفهوم الذات لديه، كما تتضمن أيضا علاج السبب النفسي الأصلي لحالات التعاطي فيتم على سبيل المثال علاج الاكتئاب إذا وجد أو غيره من المشكلات النفسية. كما يتعين على المدمنين اكتساب قدر كافيا من الاعتزاز بالنفس والتبصر

والتخلص من صراعاتهم الداخلية، حتى يمكن لهم الشفاء من مشكلة الإدمان واقناع المدمن بأن الإدمان مثله مثل أي مرض قابل للعلاج إن الأخصائي النفسي له دور كبير في نمو شخصية المدمن ونضجها وكفاءتها و قدراتها وامكاناتها وذلك عن طريق ما يلي:

- زيادة وعي المدمن واستبصاره وفهمه لمشكلته وأخطارها عليه وعلى أسرته ومجتمعه.
- من المعروف أن لدى كل إنسان حاجة إلى التقبل الذاتي فعلى الأخصائي النفسي أن يجعل المدمن متقبل لذاته وليس رافضا لها.
- حل وتصفية كافة الصراعات التي سببت للمدمن الشعور بالضعف أو العجز.

العلاج الاجتماعي:

يبدأ العلاج الاجتماعي عادة عندما ينتهي العلاج الطبي والنفسي، لأن التخلص من الاعتماد الفسيولوجي على المخدر أو التوقف عنه، لا يعني بالضرورة الشفاء التام أو التوقف عن تعاطي المخدر ، فالعلاج الاجتماعي يعني التكفل بالفرد المدمن. ويركز هذا العلاج على السياق الاجتماعي الذي يوجد فيه الفرد، لما له من أهمية من ابتعاد أو اقتراب الفرد من المخدرات، فتعزيز مشاركة الفرد في النشاطات التطوعية والاجتماعية تزيد من اندماجه الاجتماعي وتزيد من إيمانه بقيم المجتمع الذي يعيش فيه، وتبعده عن الانحراف لأن ذلك يهدد مصالح الفرد نفسه من خلال ما سبق يمكن القول بأن سبل الوقاية و العلاج هي مجموعة متظافرة من المختصين في الطب وعلم الاجتماع وعلم النفس، فالعلاج الطبي لا يكف لوحده في علاج المدمنين، لأن المدمن بحاجة كبير إلى تخطي مشاكله النفسية و الرفع من معنوياته، لأن شخصية المدمن لها دور كبير في الرفع من إرادته و تقبل العلاج، ضف إلى ذلك العلاج الذي يخصه الأخصائي الاجتماعي من أجل مساعدة المدمن على فهم محيطه الاجتماعي، و إبعاده عن رفقاء السوء

و هذا يعني الابتعاد عن السلوكات الانحرافية وبالتالي محاولة إدماجه داخل المجتمع بطريقة سوية تعود عليه و على المجتمع بالنفع.

خطوات ومراحل العلاج:

- علينا إقناع المريض " المدمن " بمرضه، ومواجهته وأن حياته بوجود المخدرات لا تتجه إلا للدمار والموت، وأنه إذا بقي على تلك الحال فإنه يسير في طريق مسدود يجعله يخسر نفسه وعمله وأهله وأصدقائه.
- قبل بداية مشوار العلاج من الإدمان يجب إقناع المريض بمبدأ العلاج وترك المخدرات والتخلص منها نهائيا بالاطمئنان على سلامة المدمن وتقييمه صحيا

للتأكد من عدم وجود فيروسات أو أمراض أخرى كمرض السل، أو التهاب الكبد أو غيرهم من الأمراض المعدية التي يمكن أن يصاب بها أثناء تعاطي المخدرات. • بداية الرحلة العلاجية تتم بتقييم الأطباء وهنا يتم عرض المريض على الأطباء والخبراء المتخصصين لأخذ الإجراءات اللازمة للتقييمات الصحية الشاملة، ويتم هذا التقييم لتوضيح خطة العلاج المناسبة لكل مريض بناء على نتيجة تلك التقييمات.

. ثم تأتي مرحلة انسحاب السموم وإزالة المخدر من الجسم وهي أولى المراحل الأساسية في علاج الإدمان، وهي أيضا من أصعب المراحل التي يواجهها المريض في مشوار علاجه من الإدمان، حيث يتعرض أعراض انسحابية خطيرة كاضطرابات النوم والأرق وارتفاع درجة حرارة الجسم والتعرق وارتفاع ضغط الدم واضطرابات نفسية شديدة ، فيقوم الأطباء بإعطاء المريض العقاقير والمسكنات اللازمة لمساعدته في العبور من مرحلة سحب السموم من جسمه بأمان وتوفير الرقابة والرعاية التامة للمريض في هذه الفترة وإتباع التعليمات الطبية طيلة مرحلة العلاج. بعد التخلص من السموم يجب عرض المريض لجلسات العلاج النفسي السلوكي والعلاج الترفيهي والعلاج بالبرامج الرياضية والتدريبية، لتخفيف ما سببته المخدرات من خلل في الجهاز العصبي والنفسي، وقد تستمر تلك المرحلة عدة شهور أو سنوات، حسب حالة المريض وقدرته على تحمل العلاج واجتياز الرغبة في العودة للمخدر مرة أخرى.

يجب مرافقة الطبيب للمريض تجنباً للانتكاسة والعودة مرة أخرى للمخدرات عن طريق إعطائه الأدوية التي تساعد في إعادة تنشيط وظائف المخ الطبيعية وتقليل الرغبة في تعاطي المواد المخدرة مرة أخرى، كما يجب متابعة المريض المتعافي بعمل التحاليل الدورية له للتأكد من عدم تعاويه لأي مواد مخدرة بعد العلاج ، حيث تؤكد الإحصائيات أن نسبة كبيرة من مدمني المخدرات يعودون إليها مرة أخرى خلال عام من الشفاء. • يجب دعم العلاج عن طريق جلسات فردية أو جماعية وأخذ النصح من طبيب أو مستشار نفسي لمساعدة المدمن المتعافي على مقاومة إغراء الإدمان والعودة للمخدرات مرة أخرى، ويمكن التصدي للرغبة الشديدة في العودة لتلك المخدرات عن طريق تمارين معالجة السلوك وتنفيذ استراتيجيات خاصة بمنع حدوث الانتكاسة، وفي هذه المرحلة تأتي ضرورة وقوف أهل المريض وأسرته وأصدقائه بجانبه.

أن تتكامل كل التخصصات العلاجية حتى نصل إلى النتيجة المطلوبة وهي تمام الشفاء وعدم العودة للإدمان، حيث أن الشفاء الحقيقي لا يكون مقصوراً فقط على علاج أعراض انسحاب المخدر وترك المدمن بعد ذلك لينتسكس، إنما التأكد يجب أن نصل معه إلى استرداد عافيته الجسدية والنفسية والاجتماعية، مع من عودته بفاعلية إلى المجتمع واندماجه فيه ووقايته من الانتكاسات إن مواجهة مشكلة تعاطي المخدرات تركز على طريقتين خدمة الفرد وخدمة الجماعة بهدف إثبات فاعلية طريقة خدمة الفرد وأساليبها في تعاطي المخدرات ومساعدة المتعاطين عن الإقلاع وهذا الإجراء يتطلب بناء مقاييس اجتماعية توجه نحو المتعاطي.

