



پیام روانشناس

آشنایی با اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر

خانم نیسی: ارشد روانشناسی

کد: ۰۳/۱۴۰۲/آس س ر/۷۳

گروه آموزشی "سواد سلامت"

شورای تخصصی سلامت روان

سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت

انواع مختلف راه های ترک اعتیاد در این هر حله عبارت‌اند از:

- درمان شناختی رفتاری که به افراد کمک می‌کند سبک تفکر مرتبط با مصرف مواد مخدر را شناسایی کند و تغییر دهد.
- خانواده‌درمانی چندبعدی که یکی از راه های درمان اعتیاد در نوجوانان است و برای کمک به بهبود عملکرد خانواده فرد نوجوان مبتلا به اعتیاد طراحی شده است.
- مصاحبه انگیزشی که تمایل افراد مبتلا به اعتیاد را برای تغییر رفتارهایشان به حداکثر می‌رساند و همچنین از طریق تقویت مثبت، انگیزه افراد را برای ترک اعتیاد افزایش می‌دهد.
- مشاوره اعتیاد که هدف آن کمک به افراد در تغییر رفتار و نگرش در مورد مصرف ماده و همچنین تقویت مهارت‌های زندگی و حمایت از سایر روش‌های درمانی است.

اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر باعث بروز چه

مشکلاتی می‌شود؟

- یکنواخت شدن زندگی
- مشکلات ارتباطی
- افسردگی
- کنجکاوی
- کاهش وزن
- استرس
- اعتماد به نفس پایین

آیا اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر قابل درمان است؟

مصرف مواد مخدر و اعتیاد نوجوانان قابل درمان است. امروزه اعتیاد به جای یک شکست اخلاقی، به عنوان یک بیماری شناخته می‌شود. رایج‌ترین راه درمان اعتیاد مشاوره و درمان‌های رفتاری است. این نوع درمان بسته به شرایط و نیازهای فرد می‌تواند به صورت فردی، گروهی یا خانوادگی انجام شود. معمولاً در ابتدای درمان اعتیاد، مشاوره به صورت فشرده انجام می‌گیرد و با بهبود فرد، به تدریج جلسات کاهش می‌یابد.

اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر، مسئله ای جدی است که باید مورد توجه واقع شود. مصرف مواد مخدر در نوجوانان و کودکان بسیار نگران کننده است و با اثرات بلند مدت شناختی و رفتاری همراه است، چراکه مغز نوجوانان هنوز در حال رشد است. اعتیاد و وابستگی به هر نوع مواد مخدری، هم وابستگی جسمی و هم روانی دارد و فردی که درگیر آن می شود حالت های مختلف افسردگی و اضطراب تا دردهای بدنی و مشکلات جسمی را تجربه می کند.

اعتیاد به چه معناست؟

اعتیاد یعنی، شخص هیچ کنترلی روی مصرف مواد مخدر یا الکل ندارد. این وابستگی می تواند جسمی، روانی یا هر دو باشد. شخصی که اعتیاد دارد به قدری به ماده عادت می کند که هر کاری برای رسیدن به آن انجام می دهد و باید آن را مصرف کند.

چرا اعتیاد در نوجوانان شایع تر است؟ یکی

از خصوصیات این دوره اینه که نوجوان ها دوست دارند چیزهای جدید رو تجربه کنند، کشف کنند و ممکنه کارهایی رو انجام بدهند که خطرناک هستند و به سمت افرادی بروند که اون ها رو به سمت اعتیاد بکشاند و آن ها را درگیر اعتیاد در نوجوانان بکنند. و همین طور باید توجه کنیم که در دنیای امروز متاسفانه نوجوان ها دسترسی راحتی به مواد مخدر دارند.

تفاوت بین سوءمصرف مواد مخدر و اعتیاد

چیست؟ بین این دو مرز بسیار باریکی وجود دارد. سوءمصرف مواد مخدر به معنی مصرف مواد غیرقانونی یا قانونی به شکل نادرست است. اعتیاد نوجوانان به مواد مخدر، با سوءمصرف شروع می شود، مانند امتحان سیگار گل یا کوکائین. نوجوانان ممکن است بدون اعتیاد داشتن دچار سوءمصرف الکل یا مواد مخدر باشند. برای مثال، اگر نوجوانی گاهی فقط چند پک سیگار گل بکشد به معنی اعتیاد نیست، او دچار سوءمصرف مواد مخدر است که می تواند به اعتیاد ختم شود.

نشانه های اولیه اعتیاد نوجوانان به مواد

مخدر

از دست دادن علاقه به فعالیت هایی که زمانی از آنها لذت می بردند
رها کردن دوستان قدیمی برای یک گروه جدید
رفتاری مأیوس، پرخاشگر یا عصبانی
خوابیدن بیش از حد معمول
قانون شکنی
بروز تغییرات فیزیکی مانند کاهش وزن
ناگهانی، خونریزی های مکرر بینی، چشم های خونی یا آبریزش، یا لرزش و رعشه

چه عواملی بر اعتیاد نوجوانان به مواد

مخدر تاثیر گذار هستند؟

۱. سابقه خانوادگی
۲. سن
۳. دوستان
۴. تجربه مصرف مواد
۵. محیط اطراف