

**مخاطر المخدرات**

**السنة الثالثة علم النفس العيادي**

 **المحاضرة الثالثة**

**طرق تعطي المخدرات:**

يمكن تعاطي المخدرات عن طريق مختلف الطرق، مثل التدخين والحقن والابتلاع والشم والاستنشاق. وتختلف طريقة التعاطي حسب نوع المخدر ونوع التجربة التي يبحث عنها المتعاطي. فعلى سبيل المثال، يتم تدخين المخدرات مثل الماريجوانا والكراك لتأثيرها السريع، بينما يتم حقن المخدرات مثل الهيروين للحصول على أقصى درجات النشوة (ميللر، 2019). أما الابتلاع فيتم بشكل شائع مع الأدوية الموصوفة مثل المنشطات والمهدئات (الجمعية الأمريكية للطب النفسي، 2013)، كذلك الاستنشاق والشم، مثل الماريجوانا والهيروين والكراك، حيث تمتص المادة الفعالة بسرعة في الدم عبر الرئتين لتصل إلى الدماغ (فولكو وآخرون، 2018). أما الحقن، فهي الطريقة الأكثر خطورة حيث تدخل المادة الفعالة مباشرة إلى مجرى الدم، مما يعطي تأثيرًا أقوى وأسرع، لكنها تزيد من مخاطر التسمم والإصابة بالأمراض المنقولة بالدم مثل الإيدز ونقص المناعة المكتسب (المعهد الوطني للإدمان، 2018). أما الابتلاع فهو الطريقة الشائعة للأدوية الموصوفة كالمنشطات والمهدئات. وهناك طرق أخرى مثل الشم (للكوكايين) والاستنشاق (لمواد الاستنشاق الشائعة

**بداية طريق الإدمان:**

غالبًا ما يبدأ الإدمان على المخدرات بتجربتها وتعاطيها بشكل اختياري، سواء للترفيه أو الفضول أو التخفيف من التوتر (برالا وآخرون، 2018). ومع مرور الوقت، تتطور حالة التعاطي إلى إدمان بسبب التغيرات العصبية والسلوكية الناجمة عن المخدرات. فتبدأ رغبة المتعاطي بالتحول إلى حاجة ملحة، حيث يصبح لا يستطيع السيطرة على رغبته في تعاطي المخدرات، ويشعر بآثار الانسحاب إذا توقف عنها (ليفرانس وآخرون، 2019)**.**

وكذلك غالبًا ما يبدأ إدمان المخدرات لمواجهة الضغوط النفسية، خاصة في سن المراهقة (برالا وآخرون، 2018). ومع التعاطي المتكرر، تبدأ المخدرات بالتأثير على الدماغ من خلال زيادة إفراز الدوبامين (الناقل العصبي المسؤول عن الشعور بالمتعة)، ما يؤدي إلى حالة من الإدمان الجسدي والنفسي (ليفرانس وآخرون، 2019). فيصبح الشخص غير قادر على السيطرة على رغبته في تعاطي المخدرات، ويشعر بآثار الانسحاب إذا توقف عنها. كما تؤدي المخدرات إلى تغييرات في الدماغ تجعل من الصعب التحكم في السلوك الإدماني (فولكو وآخرون، 2018)

**اكتشاف المدمن على المخدرات:**

هناك عدة علامات وأعراض تساعد على اكتشاف إدمان الشخص على المخدرات، مثل تغير المزاج والسلوك، وفقدان الاهتمام بالأنشطة السابقة، والتغيرات في النوم وأنماط الأكل، وظهور مشاكل صحية وأكاديمية أو مهنية (المعهد الوطني للإدمان، 2018). كما قد يلاحظ أقرباء المدمن تغيرات في دائرة أصدقائه وأنشطته الاجتماعية. وفي حالات الإدمان الشديد، قد يتورط المدمن في أنشطة إجرامية مثل السرقة لتمويل إدمانه (فولكو وآخرون، 2018)**.**

وللتأكد من حالة الإدمان، يمكن إجراء فحوصات كشف المخدرات في البول أو الشعر للمتعاطي. كما يجب مراقبة سلوكه وردود أفعاله عند التوقف عن تعاطي المخدرات للبحث عن أعراض الانسحاب كالقلق والغثيان والعرق الشديد (ميللر، 2019)، والتي تشير إلى حالة الإدمان العضوي.

بمجرد اكتشاف الإدمان، يصبح من الضروري البدء في طلب المساعدة الطبية والنفسية للمدمن للتعافي من إدمانه والتغلب على آثاره السلبية على حياته (كيلي وآخرون، 2019)، مع ضرورة دعمه من قبل المحيطين للتجنب الانتكاسات في المستقبل (لاليش وآخرون, 2022).

في النهاية، يُعد الاعتراف بالمشكلة والاستعداد للحصول على المساعدة أمرًا بالغ الأهمية للتعافي من الإدمان على المخدرات (كيلي وآخرون، 2019). ويتطلب ذلك دعمًا من الأسرة والأصدقاء والمتخصصين الصحيين لمساعدة المدمن على التغلب على إدمانه وتجنب الانتكاسات (لاليش وآخرون، 2022).