

اعتیاد و مواد مخدر



بسیاری از مردم نمی دانند که چرا یا چگونه افراد دیگر به مواد مخدر معتاد می شوند. آنها ممکن است به اشتباه بر این باور باشند که کسانی که مواد مخدر مصرف می کنند پایبند به اصول اخلاقی نبوده یا قدرت اراده ندارند و یا می توانند به سادگی، مصرف مواد را متوقف کنند. در حقیقت، اعتیاد به مواد مخدر یک بیماری پیچیده و مزمن است که مشخصه آن جستجو و مصرف مواد مخدر است که علیرغم پیامدهای مضر، کنترل آن دشوار است و معمولاً ترک آن چیزی بیش از نیت خوب یا اراده قوی نیاز دارد. مواد مخدر مغز را به گونه‌ای تغییر می‌دهد که ترک آن را حتی برای کسانی که می‌خواهند، سخت می‌کند. این تغییرات مغزی ممکن است پایدار باشد، به همین دلیل است که اعتیاد به مواد مخدر یک بیماری "عودکننده" در نظر گرفته می‌شود - افرادی که در حال بهبودی از اختلالات مصرف مواد هستند، حتی پس از سال‌ها عدم مصرف دارو در معرض خطر بیشتری برای بازگشت به مصرف مواد هستند.

بیشتر داروها بر «مدار پاداش» مغز تأثیر می‌گذارند و باعث ایجاد سرخوشی و همچنین طغیان با پیام‌رسان شیمیایی دوپامین می‌شوند. یک سیستم پاداش که به درستی کار می‌کند، فرد را تشویق می‌کند تا رفتارهای مورد نیاز

برای پیشرفت، مانند غذا خوردن و گذراندن وقت با عزیزان را تکرار کند. افزایش دوپامین در مدار پاداش باعث تقویت رفتارهای لذت بخش اما ناسالم مانند مصرف مواد مخدر می شود و باعث می شود افراد این رفتار را بارها و بارها تکرار کنند.

استفاده طولانی مدت همچنین باعث تغییراتی در سایر سیستم ها و مدارهای شیمیایی مغز نیز می شود که بر عملکردهایی نظیر یادگیری، دآوری، تصمیم گیری، فشار، حافظه، رفتار – اخلاق تأثیر می گذارد. با وجود آگاهی از این پیامدهای مضر، بسیاری از افرادی که مواد مخدر مصرف می کنند، به مصرف آن ادامه می دهند که این ماهیت اعتیاد است.

علائم اعتیاد ممکن است یک یا چند مورد از علائم هشدار دهنده زیر باشد:

- اصرار به استفاده از دارو هر روز یا چند بار در روز
- مصرف مواد مخدر بیشتر از آنچه فرد می خواهد و برای مدتی طولانی تر از آنچه فکر می کند.
- همیشه همراه داشتن داروی مورد نظر و تهیه آن حتی در شرایطی که فرد توانایی مالی آن را ندارد.
- استفاده از مواد مخدر حتی اگر برای فرد در محل کار مشکل ایجاد کند یا باعث سرزنش خانواده و دوستان شود.
- گذراندن زمان بیشتر در تنهایی.
- فرد مراقب خود نبوده و به ظاهرش اهمیت نمی دهد.
- دزدی، دروغ گویی، یا انجام کارهای خطرناک، مانند رانندگی پس از استفاده از مواد مخدر یا داشتن رابطه جنسی ناایمن
- احساس بیماری زمانی که فرد می خواهد ترک کند.





هروئین

هروئین ماده مخدری است که از یک گل به نام خشخاش که معمولاً در مکزیک، آسیا و آمریکای جنوبی می روید به دست می آید. این ماده بسیار اعتیاد آور بوده و مصرف آن از سال ۱۹۲۴ در ایالات متحده غیرقانونی اعلام شده است. هروئین پودری تقریباً سفید تا قهوه ای است و به نام‌های دیگر مانند هورس، اسمک، شکر قهوه‌ای و ... نیز شناخته می شود. بسیاری، هروئین را مانند سیگار می کشند یا از طریق بینی از آن استفاده می کنند. عده ای نیز از راه تزریقی آن را استعمال می کنند که خطرناک ترین راه برای مصرف آن است، زیرا آوردن آن از راه به آسانی اتفاق می افتد و از طرف دیگر، استفاده از سوزن آلوده سبب انتقال بسیاری از بیماری ها می شود. اعتیاد با هروئین به سرعت اتفاق می افتد. حتی پس از تنها یک یا دو بار استفاده از آن، ممکن است خودداری از مصرف مجدد بسیار سخت باشد. بسیاری از افراد برای مقابله با اضطراب، نگرانی ها و سایر عوامل استرس زا شروع به مصرف هروئین می کنند. یک مطالعه انجام شده در این خصوص نشان داد که ۷۵ درصد از استعمال کنندگان هروئین، مشکلات سلامت روانی مانند افسردگی، اختلال کمبود توجه بیش فعالی یا اختلال دوقطبی داشتند. اثرات کوتاه مدت هروئین عبارتند از: احساس نشاط، خشکی دهان، پوست گرم و برافروخته، احساس سنگینی در دست ها و پاها، ناراحتی معده و استفراغ، خارش، تیرگی ذهن و چرت زدن دائم. مصرف طولانی مدت هروئین می تواند منجر به کلاپس عروق، بیخوابی، اختلالات ذهنی، بیماری های کبد و کلیه، عفونت های پوستی مانند آبسه و سلولیت و افزایش شانس ابتلا به ایدز، هپاتیت B و هپاتیت C، بیماری های ریوی مانند ذات الریه و سل و مشکلات قاعدگی و سقط جنین شود.

کوکائین

کوکائین یک ماده مخدر بسیار اعتیاد آور است که سطح هوشیاری، توجه و انرژی را بالا می برد. ممکن است بشنوید که به آن محرک می گویند. این ماده از گیاه کوکا که بومی آمریکای جنوبی است، تهیه می شود. کوکائین در ایالات متحده غیرقانونی است. نام های دیگر آن عبارتند از: کوک، اسنو، راک، کرک. کوکائین فرم های مختلفی دارد ولی رایج ترین فرم آن پودر ریز و سفید است. همچنین می تواند به صورت کریستالی باشد. اکثر مصرف کنندگان کوکائین پودر سفید را به داخل بینی خود می کشند. برخی آن را روی لثه می مالند یا در آب حل می کنند و با سوزن تزریق می کنند. برخی نیز مانند سیگار از آن استفاده می کنند.

این ماده باعث آزادسازی سطوح بالای از دوپامین و اثر آن روی قسمت هایی از مغز که لذت را کنترل می کنند، می شود. این موضوع باعث احساس شدید انرژی و هوشیاری می شود. اثرات کوتاه مدت کوکائین می تواند شامل حساسیت شدید به لمس، صدا و بینایی، احساس شادی شدید، عصبانیت، تحریک پذیری پارانویا و کاهش اشتها باشد.

افرادی که اغلب از کوکائین استفاده می کنند ممکن است عوارض جانبی و مشکلات جدی از جمله سردرد، تشنج، بیماری قلبی، حمله قلبی و سکته مغزی، مشکلات خلقی، مشکلات جنسی، آسیب ریه، ایدز یا هپاتیت (اگر کوکائین تزریق شود)، مشکلات روده ای (اگر بلعیده شود)، از دست دادن بویایی، خونریزی بینی، آبریزش بینی و مشکل در بلع (اگر اصطلاحاً اسنیف شود) را تجربه کنند. دوزهای بالاتر و مکرر نیز می تواند باعث تغییرات طولانی مدت در شرایط شیمیایی مغز شود. بدن و ذهن فرد وابسته به دارو شده و این می تواند فکر کردن، خوابیدن و یادآوری مسائل را سخت تر کند. زمان عکس العمل فرد نیز کندتر می شود.



اکستازی

مصرف کنندگان این دارو را اغلب از راه خوراکی و به صورت قرص مصرف می کنند. همچنین می توان از راه تزریقی ازین ماده استفاده کرد. اکستازی به MDMA نیز معروف است. این ماده یک محرک و ترکیب توهم زای صنعتی است. اکستازی سطح چندین نوروترنسمیتر از جمله سروتونین، دوپامین و نوراپی نفرین را در مغز افزایش می دهد. خلق و خوی فرد را تغییر می دهد و باعث می شود احساس نزدیکی و ارتباط بیشتری با دیگران داشته باشد. مصرف کنندگان، احساس سرخوشی و افزایش انرژی خواهند داشت. اما زمانی که اثر دارو از بین برود، می تواند منجر به گیجی، افسردگی، اضطراب و مشکلات خواب شود. اثرات فیزیکی آن بر بدن می تواند بسیار شبیه به محرک های دیگر مانند کوکائین و آمفتامین ها باشد که عبارتند از: افزایش ضربان قلب، افزایش فشار خون، انقباض عضلات، حالت تهوع، تاری دید، سرگیجه، عرق کردن یا لرز.

کروکودیل

نوعی ترکیب اپیوئیدی است که از مورفین ساخته می شود ولی حدود ۱۰ برابر قوی تر از آن است. کروکودیل ترکیبی از چندین ماده شیمیایی خطرناک از جمله کدئین، ید، بنزین، تینر و غیره است. راه استفاده از آن تزریقی بوده و تأثیر سریع و کوتاه دارد. گاهی اوقات به آن کروکودیل نیز می گویند. علت این نامگذاری به دلیل ظاهر کروکودیل ماندی که روی پوست ایجاد می کند می باشد. به مرور زمان به رگ های خونی آسیب رسانده و باعث سبز شدن و فلسی شدن پوست می شود. آسیب بافتی می تواند منجر به قانقاریا و قطع عضو یا مرگ شود.

LSD

این دارو در دهه ۱۹۶۰ رایج شد و امروزه نیز به طور معمول استفاده می شود. این ماده از نوعی قارچ بدست می آید و توهم زاست. پس از مصرف باعث می شود فرد چیزهایی را ببیند، بشنود و احساس کند که در واقع وجود ندارد. این توهمات که "تریپ یا سفر" نامیده می شود، می تواند تا ۱۲ ساعت طول بکشد. ال اس دی می تواند اثرات فیزیکی مانند گشاد شدن مردمک چشم، افزایش ضربان قلب و فشار خون، تعریق، کاهش اشتها، خشکی دهان و لرزش ایجاد کند.

ماریجوانا

این دارو هنوز پرمصرف ترین داروی غیرقانونی در ایالات متحده است، علیرغم اینکه اخیراً برای اهداف پزشکی در بسیاری از ایالت ها قانونی اعلام شده است. ماری جوانا از برگ، گل، ساقه و دانه های خشک شده گیاه کانابیس ساتیوا بدست می آید. اکثر مردم ماری جوانا می کشند، اما می توان آن را به غذا اضافه کرد و خورد. ماریجوانا را به نام های وید و گرس یا علف نیز می شناسند. این ماده می تواند هم به عنوان یک محرک و هم به عنوان یک عامل افسردگی و حتی یک عامل توهم زا عمل کند. ماری جوانا می تواند روی قسمت های مختلف مغز اثر کند تغییراتی در احساسات، خلق و خو، حرکات بدن، تفکر و حافظه ایجاد نماید. زمانی که ماری جوانا به طور منظم استفاده شود، می تواند بر سیر تکاملی مغز تأثیر بگذارد و منجر به مشکلات شناختی شود. همچنین باعث مشکلات جدی مانند مشکلات تنفسی، افزایش ضربان قلب و خطر حملات قلبی، افسردگی، اضطراب و افکار خودکشی در برخی افراد شود. در میان جوانان، استفاده زیاد از این ماده با اختلالات شناختی و بیماری های روانی مانند اسکیزوفرنی مرتبط است.



مصرف مواد مخدر و اعتیاد قابل پیشگیری است. برنامه های پیشگیری شامل خانواده ها، مدارس، جوامع و رسانه ها می توانند از مصرف مواد مخدر و اعتیاد جلوگیری کرده یا آن را کاهش دهند. این برنامه ها شامل آموزش و اطلاع رسانی برای کمک به درک خطرات مصرف مواد مخدر است.