

تعاطي المواد المخدرة وإساءة استعمالها بين المراهقين



تعاطي المواد المخدرة وإساءة استعمالها بين المراهقين يتنوع بين التجربة إلى حدوث اضطرابات شديدة تتعلق بإساءة استعمال المواد المخدرة. تؤثر مواد متعددة (مثل الكحول والمخدرات الأخرى) على المخ بطرق مختلفة، ويتعاطى الأفراد المواد المخدرة بسبب الآثار التي تسببها حيث يستخدمها بعض الأفراد لأنها تجعلهم يشعرون بالرضا بينما يستخدمها آخرون لأنها تخفف من الشعور بالضيق. يجرب المراهقون المواد المخدرة بدرجات متفاوتة حيث يستخدم بعضهم كميات صغيرة من المواد المخدرة مرة واحدة أو مرتين خلال فترة المراهقة بينما قد يطور آخرون أنماط استخدام كثيف يمكن أن تؤدي إلى الاعتماد على المواد المخدرة أو إدمانها. كافة أشكال تعاطي المواد المخدرة، حتى التعاطي بغرض التجربة، يمكن أن تجعل المراهقين عرضة لخطر المشكلات قصيرة الأجل، مثل الحوادث، والمشاجرات، والنشاط الجنسي غير المرغوب فيه، والسلوكيات عالية المخاطر، و/أو القيادة تحت تأثير الكحول وتعاطي جرعات زائدة. المراهقون معرضون لآثار تعاطي المواد المخدرة وللخطر المتزايد للإصابة بآثار تعاطي مستمر على المدى الطويل.

ما هي إساءة استعمال المواد المخدرة والاعتماد على المواد المخدرة؟

تعاطي المواد المخدرة هو استخدام المخدرات بطريقة تضرك أو تؤدي لإلحاق الأذى بالآخرين. يمكن أن تسيء استعمال الأدوية غير المشروعة، أو الأدوية التي تُباع بوصفة طبية، أو الأدوية التي لا تُباع بوصفه طبية.

ويتم ملاحظة إساءة استعمال المواد المخدرة عندما لا تكون قادرا على الوفاء بمسؤوليات المدرسة، أو العمل، أو المنزل، ويكون تقديرك للأمور ضعيفا، ويمكنك الانخراط في مزيد من السلوكيات ذات المخاطر العالية مثل كتابة الرسائل النصية والقيادة تحت تأثير المخدرات أو الكحول.

يمكن أن تؤدي إساءة استعمال المواد المخدرة إلى الاعتماد على المواد المخدرة، حيث تكون مدمنا لمخدر ما. المخدر يتحكم في حياتك. يمكن أن يحدث أي مما يلي:

- تتعاطي المزيد من المخدر على مدى فترات زمنية أطول، وتحتاج إلى المزيد من المخدر لتشعر "بالنشوة".
- تحاول إنهاء تعاطي المخدر، ولكنك تعجز عن التوقف.
- تستمر في تعاطي المخدر برغم أنه يضر بالعلاقات الخاصة بك، ويؤدي إلى تعرضك لمشكلات مادية.
- إذا قمت بإيقاف تعاطي المخدر، فإنك تشعر بالمرض، وهذا ما يعرف بالانسحاب.

يعتبر إدمان المخدرات مرض ولا يعد ضعفا أو انعدام للإرادة. إن البدء في تعاطي مخدر ما هو أمر يخضع لاختيارك؛ ولكن كلما تعاطيته بشكل أكثر، يبدأ المخ في التغيير. وهذا التغيير يمكن أن يؤدي إلى توك شديد

لتعاطي المخدر ويمكن أن يؤثر في كيفية تصرفك. كلما تعاطيت وأفرطت في استعمال المواد المخدرة، كلما أصبحت على الأرجح معتمداً على إحدى المواد المخدرة.

علامات وأعراض إساءة استعمال المواد المخدرة بين المراهقين

- تغييرات في العلاقات مع أفراد الأسرة أو الأصدقاء
- فقدان الحياء
- تغييرات في المزاج أو عدم الاستقرار العاطفي
- إظهار السلوك البغيض بصوت عال، الضحك بدون أي سبب
- التحرك بطريقة خرقاء تبدو غير عادية ومتعثرة تفتقد إلى التناسق؛
- الظهور بشكل يبدو عليه التجهم، والانسحاب، والاكئاب
- المعاناة من تعب غير عادي
- الصمت والتحفظ
- إظهار العدوانية، والغضب، والسلوك غير المتعاون
- الانخراط في سلوكيات خادعة أو سرية
- تقديم الأعذار التي لا نهاية لها
- تحفيز منخفض
- حركة خاملة
- استخدام كلام غير متناسق، أو غير مفهوم، أو مدغم، أو سريع للغاية
- الافتقار إلى التركيز
- فرط الحركة
- الابتهاج بشكل غير عادي
- ظهور فترات من الأرق أو الطاقة العالية، تليها فترات طويلة من النوم العميق
- الاختفاء لفترات طويلة

ماذا يمكن أن يفعله الآباء

- كن على دراية بالسلوكيات المقلقة ولاحظ فترة استمرار هذه السلوكيات، وعدد مرات حدوثها، ودرجة شدتها.
- راجع أخصائي الصحة النفسية أو الطبيب الخاص بطفلك (أطفالك) للتقييم والعلاج.
- أترح أسئلة حول وسائل العلاج والخدمات.
- تحدث مع أخصائي النفسي بالمدرسة أو الأخصائي الاجتماعي.
- أعتز على مجموعة دعم الأسرة

تعاطي المواد المخدرة وإساءة استعمالها قد يكون خفياً بطرق أخرى مثل التغيب عن المدرسة أو الهروب منها، وإظهار العدوانية والغضب والسلوك غير المتعاون. إذا كنت تشك في تعاطي طفلك للمواد المخدرة أو إساءة استعمالها، أحصل على المساعدة المهنية مبكراً. التشخيص المبكر ضروري لعلاج الأطفال المكتئبين.

للحصول على المساعدة، يجب أن يتحدث الآباء مع الأخصائي الاجتماعي أو الأخصائي النفسي بالمدرسة للدعم و/أو الإحالة إلى أحد أخصائي الصحة العقلية.
للحصول على مزيد من المعلومات أو المساعدة، اتصل بأرنيسيا مودي، LCSW-C, LICSW, LCSW، كبير الأخصائيين الاجتماعيين المدرسي لدى المدارس العامة بمدينة الإسكندرية على رقم 8156-703 619 أو تحدث مع الأخصائي الاجتماعي لطفلك في المدرسة. الأخصائي الاجتماعي المدرسي الخاص بك يمكن أن يوفر الدعم، والإحالة إلى أخصائي صحة عقلية، إذا لزم الأمر. يمكن أيضا العثور على الخدمات من خلال شركة التأمين الخاصة بك أو مجلس خدمات المجتمع المحلي.

مقتبس من المعهد الوطني المعني بإساءة استعمال المخدرات <http://www.drugabuse.gov/students-young-adults> :