

با واقعیت‌های

اعتیاد

آشنا شویم



باورهای اشتباه

با واقعیت‌های اعتیاد آشنا شویم

اعتیاد بیماری پیچیده‌ای است که علل و عوامل متعددی دارد. متأسفانه باورهای اشتباه درباره پدیده اعتیاد به اندازه‌ای شایع است که بیشتر مردم، حتی افراد تحصیل کرده، با معنا و مفهوم واقعی پدیده اعتیاد آشنایی ندارند. و این ناآشنایی باعث می‌شود گرایش به مصرف مواد، سوءمصرف و اعتیاد بسیار راحت‌تر و سریع‌تر از آنچه تصور می‌شود شکل بگیرد. در اینجا با چند باور شایع و اشتباه آشنا می‌شویم:

■ مصرف مواد یعنی جوانی کردن، باید خوشگذرانی کرد (باور اشتباه)

به نظر برخی، انسان در دوره جوانی مجاز است رفتارهای مختلفی انجام دهد، از جمله مصرف مواد. این افراد معمولاً به مصرف تفریحی و گاه به گاه مواد می‌پردازند. چون آثار کوتاه مدت مصرف برخی مواد، توام با لذت و آرامش است، تمایل به مصرف مجدد در فرد شکل می‌گیرد و تکرار مصرف به سوءمصرف و اعتیاد منجر می‌شود.

✓ حقیقت آن است که این عده دید بسیار ساده‌انگارانه‌ای به مواد دارند. این ساده‌انگاری موجب نادیده گرفتن خطرهای مصرف مواد می‌شود، از جمله: مصرف تفنی مواد به راحتی، ناخواسته و ناآگاهانه به وابستگی تبدیل می‌شود؛ به علاوه چون مصرف مواد با کاهش هوشیاری و اختلال در قدرت قضاوت همراه است، حتی یک بار مصرف مواد نیز ممکن است به رفتارهای خطرناک مانند رانندگی بی دقت و پرسرعت منجر شود که احتمال تصادفات سنگین را افزایش می‌دهد یا باعث رفتارهای پرخطر جنسی شود که احتمال ابتلا به ایدز و سایر بیماری‌های جنسی را افزایش می‌دهد.

■ اعتیاد یک عادت است (باور اشتباه)

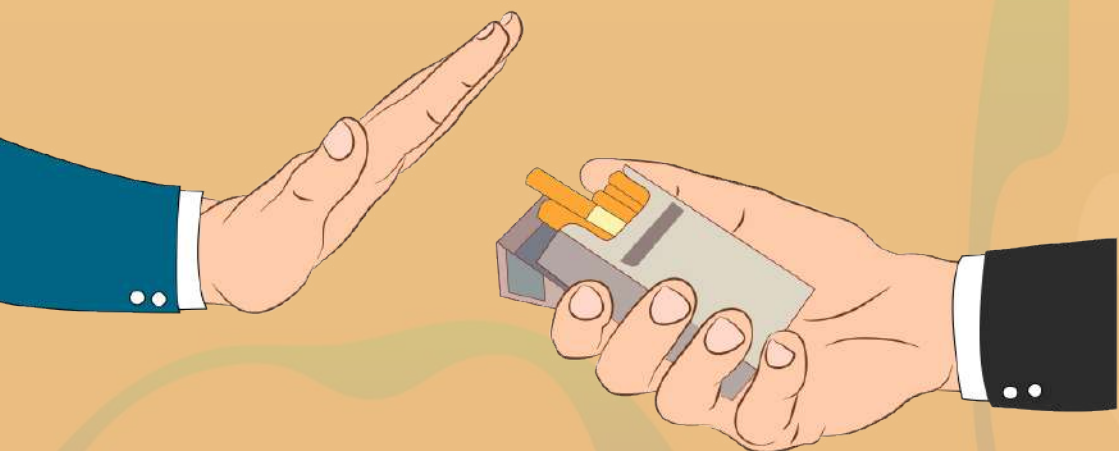
جالب توجه است که از همان ابتدا و از واژه اعتیاد، باورهای اشتباه شروع می‌شود. بیشتر مردم اعتیاد را یک عادت می‌دانند؛ عاداتی مانند عادت به مصرف چای یا ماده و غذای خاص، عادت به سبک لباس پوشیدن خاص، عادت به رفتارهای خاص مانند رفتن به کوه یا مهمانی و مواردی از این قبیل.

واقعیت آن است که اعتیاد بسیار پیچیده تر از یک عادت معمولی است. اعتیاد ویژگی‌های خاصی دارد که در هیچ یک از عادت‌ها دیده نمی‌شود. اعتیاد واژه‌ای عامیانه برای پدیده‌ای بسیار پیچیده است که علم، ابعاد مختلف آن را مشخص کرده است. در واقع، آنچه مردم اعتیاد می‌نامند، مجموعه‌ای از رفتارهای ناسازگارانه‌ای است که در زبان علمی، وابستگی و سوء مصرف مواد نامیده می‌شود.

■ اعتیاد به عده‌ای می‌سازد و به عده‌ای دیگر نمی‌سازد (باور اشتباه)

به سبب ناآگاهی از پدیده اعتیاد، برخی فکر می‌کنند گروهی از معتادان علی‌رغم مصرف ماده، دچار هیچ عارضه و مشکلی نمی‌شوند و به این معتادان "معتاد موفق" می‌گویند. حالت دیگر این باور در میان مصرف‌کنندگان مواد دیده می‌شود که می‌گویند: "من بیست سال است مواد مصرف می‌کنم و تا به حال نه معتاد شده‌ام و نه مشکلی برایم پیش آمده است".

حقیقت آن است که از تمام مطالعاتی که در گوشه و کنار جهان در حداقل یک قرن اخیر انجام شده، حتی یک مطالعه هم نشان نداده است که مصرف مواد به انسان کمک می‌کند. تاکنون حتی یک مصرف‌کننده مشاهده نشده است که بر اثر مصرف مواد وضع بهتری پیدا کرده باشد. همان‌طور که در مفهوم علمی وابستگی و سوء مصرف ملاحظه کردید، مصرف مواد دیر یا زود به دلیل ویژگی‌های خاص مواد، فرد را دچار مشکلات بی‌شمار می‌کند.



■ مصرف مواد برای درمان برخی بیماری‌ها مناسب است (باور اشتباه)

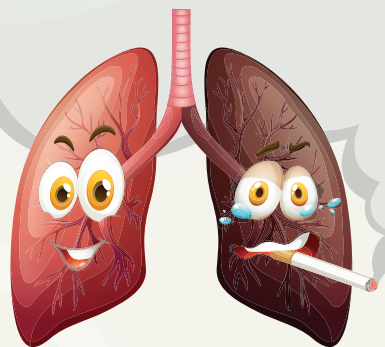
گاهی اوقات به غلط تصور می‌شود که مصرف مواد موجب درمان با پیشگیری از بعضی بیماری‌ها می‌شود. گاهی به اشتباه گفته می‌شود که برخی پزشکان مصرف مواد، به ویژه تریاک، را برای درمان بیماری خاصی تجویز می‌کنند. به خصوص برخی فکر می‌کنند مصرف تریاک برای قلب خوب است یا بیماری‌های قلبی را درمان می‌کند که تصوری اشتباه است.

■ حشیش، گل و ماری جوانا اعتیادآور نیست (باور اشتباه)

بسیاری از جوانانی که حشیش، گراس یا گل مصرف می‌کنند، با این باور شروع به مصرف کرده‌اند که تصور می‌کردند این مواد اعتیادآور نیستند. این باور بسیار اشتباه است. حشیش، ماری جوانا و گل نه تنها اعتیاد آورند، همانند تریاک و هروئین، بلکه عوارض و آثاری به شدت منفی بر مغز انسان می‌گذارند. یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های این نوع از مواد توهم‌زایی آنهاست که بسیار خطرناک است. احتمال آنکه مواد توهم‌زا موجب اختلالات روانی شوند، بسیار زیاد است. برخلاف تصور، این مواد هم وابستگی روانی و هم وابستگی جسمانی ایجاد می‌کنند.

■ مصرف مواد باعث خلاقیت می‌شود (باور اشتباه)

در بعضی موارد و به خصوص در بعضی از محافل هنری این تصور غلط وجود دارد که مصرف مواد می‌تواند باعث خلاقیت شود و افراد خلاق معمولاً مواد توهم‌زا مانند حشیش، گراس، گل و ال‌اس‌دی مصرف می‌کنند. این مواد همان‌طور که از نامشان پیداست، باعث ایجاد توهم می‌شوند و برخی به غلط توهم را نوعی خلاقیت می‌دانند. در حالی که خلاقیت کاملاً با توهم متفاوت است. توهم ناشی از اختلال در فعالیت‌های مغزی و یکی از نشانه‌های مهم بیماری‌های روانی و جسمانی جدی است.



■ **مواد یعنی مواد مخدر (باور اشتباه)**

یکی از مهم ترین اشتباهات آن است که تصور می شود مواد همان مواد مخدرند. در حالی که مواد مخدر فقط یک نوع از مواد اعتیادآورند. در حال حاضر، در زبان تخصصی و علمی از کلمه مواد به جای مواد مخدر استفاده می شود. موادی که مورد سوء مصرف قرار می گیرند در ادامه ارائه شده اند و همان طور که ملاحظه می کنید، مواد مخدر فقط یکی از این دسته از موادند.

مواد مخدر یا مواد افیونی، شامل: تریاک سوخته، شیر، کدئین، هروئین و مورفین. مسکن ها: الکل، باربیتورات ها، آرام بخش های خفیف و مواد استنشاقی (حلال های فرار مانند بنزین، تینر و چسب).

مواد محرک، شامل: کوکائین، کراک، آمفتامین، قرص شادی یا اکستازی یا متیل.

مواد توهم زا، شامل: ال اس دی (LSD)، گراس، حشیش، گل

مواد نیروزا یا استروئیدهای آندوژن، شامل: قرص ها، کپسول ها و سایر داروهایی که در دوپینگ یا عضله سازی استفاده می شوند.

■ **مواد اگر خالص و از جنس مرغوب نباشد، اعتیاد نمی آورد یا عارضه ای ندارد (باور اشتباه)**

بسیاری از معتادان تصور می کنند چون ماده ناخالص یا تقلبی مصرف کرده اند، دچار اعتیاد یا عوارض آن نشده اند. در حالی که مواد غیرقانونی یا روان گردان اصولاً دارای عوارض و آثار نامطلوب اند و هرچه ناخالص تر باشند آثار مخرب تری دارند. اضافه کردن مواد دیگر، باعث صدمات دیگری به مصرف کننده می شود.



■ معتادان افرادی بی سواد و از قشر پایین جامعه‌اند (باور اشتباه)

هنگامی که کلمه معتاد به ذهن می آید، بسیاری از مردم فردی را با بدنی نحیف، لاغر، ژولیده و نامرتب و مریض احوال تصور می کنند. فردی که تحصیلات و آگاهی ندارد، از گروه های پایین اجتماعی و اقتصادی است و در ویرانه های شهر در جستجوی مواد است یا در چهار راه های شهر با پارچه کثیفی شیشه ماشین ها را می شوید یا اسپند دود می کند.

✓ حقیقت آن است که این تصور از معتاد تصور صحیحی نیست. این باور از آن جا سرچشمه می گیرد که دلیل اعتیاد انسان ها، ناآگاهی و فقر آنان تصور می شود. بنابراین دیدگاه، افراد از روی ناآگاهی، بی سواد و فقر دچار اعتیاد می شوند، پس اعتیاد فقط محدود به گروه های اجتماعی و اقتصادی فرودست نیست. از سوی دیگر، فقط معتادان بی خانمان که یا اعتیاد آنها شدت پیدا کرده یا مدت ها از اعتیاد آنها گذشته است، بدون هیچ ملاحظه و پروایی اعتیاد خود را نمایان می کنند و آشکار است که معتادان در حالی که این عده فقط درصد اندکی از معتادان را شامل می شوند و بیشتر افرادی که دچار وابستگی و سوء مصرف اند سعی می کنند مشکل خود را بپوشانند.

حقیقت آن است که در اوضاع خاص جهان امروز، اعتیاد به هیچ گروه خاصی محدود نیست. مصرف مواد در همه گروه های تحصیلی، اجتماعی و اقتصادی دیده می شود، ولی همیشه پوشیده و مخفیانه باقی می ماند. فقط در مواردی که مصرف فرد به حد زیاد برسد یا بیمار، منابع حمایتی و اقتصادی خود را از دست بدهد و قادر به کار و فعالیت نباشد و به صورت معتاد بی خانمان درآمد است، دیگران از روی رفتار و حالات او به اعتیاد وی پی می برند و این تصور پیش می آید که معتادان افرادی بی سواد یا فقیرند.

■ اگر کم مصرف کنید معتاد نمی شوید (باور اشتباه)

این باور بسیار شایع است و بسیاری از افراد برای پیشگیری از اعتیاد، این مطلب را به یکدیگر توصیه می کنند. این باور بسیار اشتباه است و دلیل آن هم بی توجهی و ناآگاهی این افراد از "پدیده تحمل" است. همان طور که قبلاً گفته شد ناآگاهی افراد از پدیده اعتیاد و ویژگی های آن منجر به باورهای غلط دیگری می شود که این مورد نمونه ای از آن است. این افراد ماهیت پدیده تحمل را نمی شناسند. به همین سبب تصور



می‌کنند می‌توانند بر مقدار ماده مصرفی خود کنترل داشته باشند، ولی پس از مدتی که از مصرف آن ماده گذشت متوجه می‌شوند که ناچارند بر مقدار ماده مصرفی خود بیافزایند تا به احساس مورد نظر خود برسند و مقادیر قبلی مصرف، دیگر اثر خود را ندارد.

■ همه معتادان، ایدز دارند (باور اشتباه)

نگرش افراد به معتادان همیشه منفی بوده است؛ امروزه بیماری ایدز و شیوع آن در میان معتادان تزریقی، زمینه دیگری برای نگرش های منفی به معتادان ایجاد کرده است. اگرچه، بیماری ایدز در میان معتادان تزریقی، به سبب استفاده مشترک از وسایل تزریق، بیشتر از جمعیت عادی است، ولی این بدان معنا نیست که همه معتادان ایدز دارند.

■ مصرف تریاک، حشیش، گل و موادی که از گیاهان تولید می‌شوند، چون جنبه شیمیایی ندارند بی ضررند (باور اشتباه)

برخی افراد به مصرف داروها نگرش منفی دارند. این افراد به طب سنتی پایبندند و معمولاً برای درمان بیماری های خود از گیاهان دارویی و جوشانده ها و عرقیات استفاده می‌کنند. آنان معتقدند چون داروها صنعتی اند و در کارخانه ها با استفاده از مواد شیمیایی تولید می‌شوند و جنبه گیاهی ندارند، ممکن است به بدن آسیب برسانند. متأسفانه گاهی مواقع همین رویکرد باعث می‌شود بعضی از افراد به اشتباه تصور کنند که مصرف هر ماده ای که از گیاهان تولید می‌شود بی ضرری است، از جمله تریاک، حشیش و گل.

✓ باید به یاد داشته باشیم نه مصرف هر نوع ماده گیاهی بی ضرر و نه مصرف هر نوع ماده شیمیایی ضرر آفرین است. مصرف بعضی از مواد صرف نظر از آن که جنبه طبیعی داشته باشند یا صنعتی، ممکن است مضر باشد. تریاک، حشیش، گراس، کوکائین و مانند آنها، با آن که موادی طبیعی اند، آثار مخربی بر جسم و روان انسان می‌گذارند. مصرف بعضی مواد صنعتی، مانند هروئین، مرفین، آمفتامین ها (از جمله قرص اکستازی یا شادی)، ال اس دی، نیز مضر و مهلک است.

آشنایی با گل

یک ماده خطرناک، گل به خودی

به سبب افزایش مصرف ماده ای به نام "گل" در میان جوانان کشور بر آن شدیم در این شماره (ویژه نامه)، ستونی را به این ماده اختصاص دهیم تا درباره آن بیشتر بدانیم. ماده مخدر گل، یکی از خطرناک ترین مواد مخدری است که این روزها در دست جوان ها می چرخد و به اسم یک روان گردان طبیعی خرید و فروش می شود. از سال ۲۰۱۳ مصرف ماری جوانا در ۲۰ ایالت آمریکا آزاد شد که البته در این امر اهداف اقتصادی نهفته بود. آزادسازی ماری جوانا در آمریکا و گیاهی بودن این مخدر باعث شد بسیاری در ایران تصور کنند که مخدر گل ضرری ندارد و به راحتی قابل ترک است. گل نوعی ماده مخدر است که منشاء آن گیاه شاهدانه و شکل ظاهری آن شبیه ماری جواناست و به نام ماری جوانا شناخته می شود. البته گل موجود در ایران متفاوت و پرخطرتر است و اثر قوی تری دارد. گل در واقع، ماری جوانای تغییر ژنتیکی یافته است. ماری جوانا گیاهی است که هم نوع نر آن وجود دارد و هم نوع ماده. گل، گیاه جدیدی است که با ترکیب ژنتیک ماری جوانا و انواع دیگر، تولید شده و در واقع دوجنسیتی است و برخلاف ماری جوانای طبیعی که گل های کمی دارد، بسیار پرگل است. در این گل ها چندین برابر بیشتر از ماری جوانا ماده مخدر (HTC) وجود دارد. ماده مخدر گل چون اسم خوشایندی دارد، در اذهان عمومی کم خطر تلقی می شود که این تفکر اشتباه است. این ماده بسیار پرخطر است و با یک بار مصرف فرد دچار اعتیاد به آن می شود. زیرا ماده مخدر گل به طور مستقیم بخش های مسئول آرامش بخشی را در مغز فلج می کند و خودش جایگزین آن می گردد. در واقع، این ماده بیشتر از ماری جوانا و حشیش توهم زا و اعتیاد آور است و مصرف کننده با مصرف نکردن آن دچار اضطراب شدید، بیقراری، وحشت زدگی، خنده های بی مورد، تپش قلب شدید، خشکی دهان و توهم شدید می گردد. اعتیاد به گل جزو اعتیادهای بدون درمان شناخته می شود. بیشتر روش های ترک، که در ایران به کار گرفته می شود، متکی به تحقیقات و شیوه های درمانی در خارج از کشور است و این در حالی است که در خارج از ایران، مخدر گل یا همان مدیکال ماری جوانا برای مصارف دارویی بیماران خاص استفاده می شود و استفاده تفریحی ندارد. (بنابراین، روش موثری هم برای ترک آن معرفی نشده است).



🌐 www.counseling.sbu.ac.ir

☎ 29902672 - 29905595 - 29902667

📷 [sbu.counseling](https://www.instagram.com/sbu.counseling) ➡ [sbucounseling](https://www.facebook.com/sbucounseling)



تدوین و گردآوری مطلب: زهرا جانقربانیان

✉ n.janghorbanian@gmail.com

✉ Asqari.ma@gmail.com طراح: مریم اصغری



مرکز مشاوره و آموزش های اجتماعی
معاونت فرهنگی و اجتماعی