



طرق علاج ادمان المخدرات
د. علاء باقر رحيم المهنا

أفضل طرق علاج إدمان المخدرات

- ▶ إدمان المخدرات لم يعد مجرد سلوك خاطئ أو انحراف مؤقت، بل أصبح حالة مرضية معقدة تؤثر بعمق على طريقة تفكير الإنسان وسلوكه وحياته بالكامل. فمدمن المخدرات لا يرى العالم كما يراه الآخرون؛ إذ يُعاد تشكيل تفكيره تحت تأثير المادة المخدرة، فيفقد القدرة على التمييز بين الصواب والخطأ، وتتحكم فيه مشاعر القلق، والذنب، والإنكار، وحتى اللامبالاة.
- ▶ في عام ٢٠٢٥، ومع التطورات المتسارعة في الطب النفسي وتقنيات التأهيل، ظهرت طرق علاجية أكثر دقة وفعالية تستهدف الجذور النفسية والسلوكية للإدمان، وليس فقط أعراضه الظاهرة.
- ▶ سنستعرض كيف يفكر مدمن المخدرات من الداخل، ولماذا يصعب عليه الإقلاع بمفرده، ثم نعرض أفضل طرق علاج إدمان المخدرات في ٢٠٢٥، بما في ذلك أحدث الأساليب الطبية والنفسية والتقنية المستخدمة في مراكز العلاج الحديثة.

**There's a hole
in the floor!**

**It's always
been there,
don't panic**

**We've
won races
with it.**



**If you don't
like our boat,
you can leave**

**Other boats
are in worse
shape**

كيف يفكر مدمن المخدرات:

سنشرح هنا كيفية التعامل مع مدمن المخدرات، سنتعرف على الأفكار التي تجول في ذهن المدمن، ليتعرف عليها الأشخاص المقربين منه، ليستطيعوا مساعدته بشكل صحيح :

- ▶ تسيطر دائما على تفكير المدمن رغبته الملحة في تعاطي جرعة المخدرات القادمة، للتخلص من الشعور بالاكتئاب والتوتر، وقد يسرق أو يكذب أو يفعل أي شيء في سبيل ذلك.
- ▶ يشعر المتعاطي بصورة دائمة بالقلق و والحزن والاكتئاب الزائد، نتيجة خوفه من فقد وظيفة أو توتر علاقاته الشخصية نتيجة التعاطي.
- ▶ يتسم سلوك المتعاطي غالبا بالعنف والعصبية، والثورة تجاه أمور تفاهة، لذا يجب تفهم الأمر والتعامل معه بهدوء، وتجنب الانفعال تجاهه.
- ▶ كذلك تؤثر المواد المخدرة في الجهاز العصبي للمتعاطي، وفي إفراز الهرمونات المسؤولة عن تسكين الألم، والمسؤولة عن تحسين الحالة المزاجية.
- ▶ ويتسبب ذلك في إصابة المدمن باضطراب نفسي، و ضلال، و هلوسة سمعية وبصرية، و يتخيل له أحداث ليست حقيقية، ويبدأ يشك أن الآخرين يكيدون له، لذا يجب على المقربين منه تفهم الأمر، ومحاولة تهدئته واحتوائه.



هل يمكن علاج مدمن المخدرات في المنزل؟

- ▶ يعد من الصعوبة البالغة أن يستطيع متعاطي المخدرات، الإقلاع عن المخدر بمفرده، بدون وجوده تحت إشراف مركز علاج إدمان متخصص في علاج حالات الإدمان.
- ▶ يعود ذلك لصعوبة فترة انسحاب المخدر من جسد المدمن، والأمر الذي يدفعه بمجرد الشعور بالأعراض الانسحابية، للأسراع لتناول جرعة مخدرات و بكميات زائدة، مما يعرضه لخطر الموت نتيجة توقف القلب، و مضاعفات الإدمان.
- ▶ التعرض للانتكاس السريع وذلك نظرًا لعدم تعلم المريض القدرة على مقاومة رغبته في تعاطي المخدرات التي يتم تلقينه إياها بمساعدة الطبيب لذلك يصعب علاج إدمان المخدرات في المنزل الا في حالات نادرة.

كيفية التعامل مع مدمن المخدرات

- ▶ يجب التركيز على الأشياء التي يحتاجها مريض الإدمان خلال مرحلة علاجه و تعافيه من الإدمان للمخدرات ، حيث يتعرض المدمن خلال رحلة علاجه لكثير من الصعوبات الجسدية والنفسية والأسرية، والتي تجعله فريسة سهلة لأصدقاء السوء، الذين يشجعونه على الإدمان.
- ▶ كما تجعله فريسة للوسواس والهلاوس السمعية والبصرية التي تفتك به، والتي تزداد سوءا بمرور الوقت، وقد تدفعه للتفكير في الانتحار.
- ▶ ونظرا للحساسية الشديدة لتلك المرحلة عند المتعاطي هنالك مجموعة من النصائح التي يمكن للأسرة والأصدقاء المقربين منه استخدامها في التعامل معه، للوصول به لبر الأمان.

سوف نبحث في كيفية التعامل مع مدمن المخدرات، لمساعدته بشكل صحيح على و نساعدته على التعافي و لوقيته من الانتكاسة بعد تعافيه:

١. لا تنتظر موافقة المدمن على العلاج، عليك اتخاذ القرار بدلا منه بأسرع وقت، فهو في تلك المرحلة شخص مسلوب الإرادة، ولا يفكر سوى في تناول الجرعة القادمة من المخدر.
٢. نخبره بكل مخاوفك نحوه، ومدى قلقك بشأن صحته وسلامته سواء الجسدية أو النفسية، وأشعره بصورة دائمة بحبك ودعمك له.
٣. كن مستمعا جيدا له في تلك المرحلة، وتجنب عتابه أو لومه أو الحدية معه في الحديث، بل أخبره دائما أنك برفقته ولن تتركه.
٤. أستعد لتقبل إنكار المريض لتعاطيه للمخدر، وتجنب العصبية والعنف تجاهه، وتعامل مع ذلك الأمر بهدوء، وحاول تهدئته، وأخبره أنك تحبه مهما حدث.
٥. أبتعد عن أسلوب التهديد والتوعد أو الغضب، كن داعم نفسي جيد له، حتى لا يتجنبك ويهرب منك.
٦. لا تتوقع أن يتعافى من الإدمان في فترة قصيرة، بل سوف تستمر في تعقبه ومراقبته حتى بعد تعافيه، خوفا من تعرضه لانتكاسة والعودة للإدمان مرة أخرى.
٧. قم بتولى مسؤولياته الأسرية في تلك الفترة، حتى لا يفقداهم ، وبالتالي يصيبه الإحباط بصورة أكبر، ويهرع لتناول المخدر.
٨. أحرص دائما على الذهاب في مواعيد الزيارات بالمشفى، لأنه في تلك الفترة يشعر بالوحدة.
٩. أبعده عن كل أصدقاء السوء والبيئة التي دفعتة للإدمان

- ▶ لا يمكن ان نبدا مرحلة العلاج للمريض من خلال المنزل إطلاقا، حيث في الغالب لن يستطيع تحمل الأعراض الانسحابية، مما يعرضه لخطر الانتكاسة مجددا.
- ▶ نحاول بصورة دائمة شغل وقت فراغه، ولا نترك له مجال للتفكير في ما مضى.
- ▶ لا نشعره بالممل خلال اصطحابه في زيارته إلى المستشفى لتلقي العلاج.
- ▶ لا نلوم عليه بصورة مستمرة لوضعكم في هذا الموقف، واشعاره دائما بالذنب.
- ▶ أحرص دائما على التأكد من حضوره جلسات العلاج الجماعي بالمركز التأهيلي، وتأكد من حضوره لها.
- ▶ نراقب ممتلكاته وأشياءه باستمرار وأدويته، ونتأكد أنه لا توجد مواد مخدرة بها.
- ▶ نقوم بإبعاده من كل مكان كان يتناول فيه مخدر ، سواء كان درس أو نادي.
- ▶ نتجنب تذكيره دائما بما فعله حتى بعد تعافيه من الإدمان، حتى لا يفكر في تناول المخدر مرة أخرى، للتخلص من الشعور بالذنب
- ▶ نقوم بتحفيزه بصفة مستمرة وساعده على التعافي ورافقه في جلساته.
- ▶ نطمئن عليه و نشعره بوجودنا دون ملل طيلة الوقت وبشكل مستمر.
- ▶ نتابع تطورات حالته بصورة مستمرة مع الأطباء،حتى بعد مرحلة التعافي للاطمئنان عليه.



من ماذا يخاف مدمن المخدرات؟

- ▶ **الخوف من الانسحاب:** الأعراض الانسحابية المؤلمة تجعله يخشى التوقف عن التعاطي.
- ▶ **الخوف من الفشل:** يشعر بعدم القدرة على العيش بدون المخدر.
- ▶ **الخوف من الفضيحة:** يخشى اكتشاف أمره من العائلة أو المجتمع.
- ▶ **الخوف من العواقب القانونية:** مثل السجن أو الغرامات بسبب التعاطي أو التورط في جرائم.
- ▶ **الخوف من الوحدة:** يخشى فقدان رفاق التعاطي رغم أنهم يؤذونه.

هل مدمن المخدرات يشعر بتصرفاته؟

- ▶ نعم، لكنه يكون في حالة إنكار أو عدم مبالاة.
- ▶ في بعض الأحيان، خاصة عند تأثير المخدر، قد يفقد السيطرة على أفعاله ولا يدرك سلوكه.
- ▶ عندما يكون واعيًا، يشعر بالندم لكنه يعود للتعاطي للهروب من الواقع.

هل المدمن يكذب؟

- ▶ نعم، الكذب من أكثر السلوكيات شيوعًا لدى المدمن.
- ▶ يكذب ليخفي إدمانه عن العائلة والعمل.
- ▶ يخدع الآخرين للحصول على المال أو المخدرات.
- ▶ يبرر تصرفاته حتى لو كانت غير منطقية.



▶ ما هي صفات مدمن المخدرات؟

- ▶ تغيرات مزاجية حادة: عصبية، اكتئاب، أو فرح غير مبرر.
- ▶ إهمال المسؤوليات: تأخر في العمل، الدراسة، أو إهمال النظافة الشخصية.
- ▶ الانعزال: يبتعد عن العائلة والأصدقاء.
- ▶ مشاكل مالية: إنفاق غير مبرر أو طلب المال باستمرار.
- ▶ الكذب والخداع: يبرر سلوكه ويخفي الحقيقة.
- ▶ تغيرات جسدية: فقدان الوزن، احمرار العينين، رعشة في اليدين.
- ▶ سلوكيات خطيرة: السرقة، العنف، القيادة تحت تأثير المخدر.



متى يموت مدمن المخدرات؟

يموت مدمن المخدرات بسبب عدة عوامل، بعضها مباشر مثل الجرعة الزائدة، وبعضها غير مباشر مثل الأمراض المزمنة أو الحوادث.

1. الجرعة الزائدة

- ▶ من أخطر الأسباب، حيث يؤدي تعاطي كميات كبيرة من المخدرات إلى توقف التنفس أو السكتة القلبية.
- ▶ بعض المخدرات مثل الهيروين والفتانيل قد تسبب توقف الجهاز التنفسي خلال دقائق.
- ▶ قد تحدث الوفاة بسبب خلط أنواع متعددة من المخدرات مثل الهيروين مع الكحول أو المهدئات.

2. الأمراض المرتبطة بالإدمان

- ▶ المخدرات تضعف جهاز المناعة، مما يجعل المدمن أكثر عرضة لأمراض خطيرة مثل:
- ▶ **التهاب الكبد الوبائي وفيروس نقص المناعة (الإيدز)** بسبب تبادل الإبر.
- ▶ **فشل الكبد** نتيجة لتعاطي المخدرات السامة مثل الكحول والميثامفيتامين.
- ▶ **نوبات قلبية وسكتات دماغية** بسبب ارتفاع ضغط الدم الناتج عن الكوكايين والأمفيتامينات.

3. الحوادث والانتحار

- ▶ تعاطي المخدرات يقلل من الإدراك والتركيز، مما يزيد من خطر حوادث السير أو السقوط من أماكن مرتفعة.
- ▶ المدمن عرضة للاكتئاب الحاد، ما قد يدفعه إلى الانتحار، خاصة عند تعاطي مخدرات مهلوسة.

4. العنف والجريمة

- ▶ بعض المدمنين يدخلون في مشاجرات مسلحة أو عمليات سرقة قد تؤدي إلى مقتلهم.
- ▶ التعاطي في أماكن خطرة مع تجار المخدرات قد يعرض المدمن للقتل بسبب الديون أو المشاكل.



كيف نتعرف على مدمن مخدرات؟

هناك علامات واضحة تدل على وجود مدمن مخدرات في المجتمع، وتشمل السلوكيات الغريبة، التغيرات الجسدية، واختفاء الأشياء.

1. التغيرات السلوكية

- ▶ **الانعزال**: يفضل البقاء وحيدًا في غرفته لفترات طويلة.
- ▶ **تقلبات مزاجية حادة**: يكون سعيدًا جدًا ثم يغضب فجأة بدون سبب.
- ▶ **الإهمال**: يترك دراسته أو عمله ويصبح غير مهتم بمستقبله.
- ▶ **الكذب والخداع**: يخلق أعذارًا للحصول على المال أو يبرر اختفاء أشياء من المنزل.
- ▶ **النوم غير المنتظم**: يسهر لساعات طويلة ثم ينام طوال النهار.

2. العلامات الجسدية

- ▶ فقدان الوزن بشكل ملحوظ.
- ▶ احمرار أو اصفرار العينين، أو ظهور الهالات السوداء.
- ▶ رعشة في اليدين، بطء في الحركة، أو العكس نشاط زائد غير طبيعي.
- ▶ آثار حقن على الذراعين أو ندوب.

3. العلامات المادية في المنزل

- ▶ اختفاء الأموال والمجوهرات لتمويل شراء المخدرات.
- ▶ العثور على أدوات مثل أوراق لف السجائر، ملاعق محروقة، إبر، أو أنابيب زجاجية.
- ▶ روائح غريبة في الغرفة، مثل الحشيش أو المواد الكيميائية.

كيف أساعد مدمن المخدرات؟

عدم المواجهة العنيفة



كيف نساعد مدمن المخدرات؟

1. عدم المواجهة العنيفة

- ▶ يجب تجنب الصراخ أو توجيه الاتهامات مباشرة، لأن المدمن يكون في حالة إنكار.
- ▶ التحدث معه بهدوء ومحاولة كسب ثقته حتى يعترف بمشكلته.

2. تقديم الدعم النفسي

- ▶ الاستماع له ومحاولة فهم سبب تعاطيه.
- ▶ عدم إهانته أو جعله يشعر بأنه شخص سيئ، بل طمأنته أن العلاج ممكن.

3. إقناعه بالعلاج

- ▶ التحدث عن فوائد العلاج وكيف يمكنه استعادة حياته الطبيعية.
- ▶ عرض الذهاب معه إلى طبيب أو مركز تأهيل، وطمأنته أن العلاج سري.

4. إبعاده عن رفاق السوء

- ▶ محاولة تغيير بيئته الاجتماعية وإبعاده عن الأشخاص الذين يشجعونه على التعاطي.
- ▶ إشغاله بنشاطات جديدة مثل الرياضة أو العمل التطوعي.

5. اللجوء إلى مختصين

- ▶ إذا كان المدمن يرفض العلاج، يمكن اللجوء إلى **مراكز علاج الإدمان** المتخصصة للحصول على مساعدة مهنية.

شكل مدمن المخدرات

يختلف الشكل الخارجي للمدمن حسب نوع المخدر، لكنه غالبًا يعاني من:

- ▶ شحوب الوجه وهزال الجسم.
- ▶ احمرار العينين أو اصفرارهما.
- ▶ تعرق زائد حتى في الجو البارد .
- ▶ رعشة في اليدين أو اهتزاز الجسم عند التوقف عن التعاطي.
- ▶ إهمال النظافة الشخصية وارتداء ملابس غير مرتبة

كيف نعرف مدمن المخدرات؟

إذا لاحظت التغيرات التالية على الشخص، فقد يكون متعاطيًا:

- ▶ **تغيرات مزاجية حادة:** فرح شديد ثم اكتئاب مفاجئ.
- ▶ **علاقات مشبوهة:** أصدقاء جدد بسلوك غامض أو سيئ.
- ▶ **إهمال دراسته أو عمله.**
- ▶ **طلب المال باستمرار بدون سبب واضح.**
- ▶ **استخدام مصطلحات غريبة لها علاقة بالمخدرات**

ألفاظ مدمن المخدرات

المدمنون يستخدمون **كلمات رمزية** للإشارة إلى المخدرات، مثل:

- ▶ **“الكيف”** = الحشيش.
- ▶ **“البودرة”** = الكوكايين أو الهيروين.
- ▶ **“الصاروخ”** = جرعة قوية من المخدر.
- ▶ **“الضربة”** = التعاطي.

كما أن كلام المدمن قد يكون:

١. غير مترابط، بسبب تأثير المخدر.
٢. عدوانيًا، خاصة عند الانسحاب أو الحاجة للجرعة.

رائحة مدمن المخدرات

كل نوع من المخدرات له رائحة مميزة، منها:

- ▶ **الحشيش والماريجوانا**: رائحة عشبية قوية.
- ▶ **الهيروين والكوكايين**: رائحة كيميائية خفيفة.
- ▶ **الميثامفيتامين**: رائحة كريهة تشبه الأمونيا.
- ▶ **الكحول**: نفس برائحة الخمر القوية.

العلاقة بين مدمن المخدرات والحب

الإدمان يؤثر على العلاقات العاطفية، ويجعلها غير مستقرة بسبب:

١. **الأنانية وانعدام المسؤولية:** المدمن يهتم فقط بالحصول على المخدر.
 ٢. **الكذب والخداع:** قد يخدع شريكه للحصول على المال أو الدعم.
 ٣. **المزاج المتقلب:** قد يكون حنونًا في لحظة، ثم عدوانيًا في اللحظة التالية.
 ٤. **ضعف القدرة العاطفية والجسدية:** بعض المخدرات تؤثر على القدرة الجنسية والمشاعر.
- الخيانة أو الابتزاز العاطفي:** بعض المدمنين يستغلون علاقاتهم للحصول على المال أو الحماية.
- الخلاصة:** المدمن قد يحب، لكنه غير قادر على بناء علاقة صحية ومستقرة، لأن الإدمان يسيطر على حياته

أفضل طرق علاج إدمان المخدرات

العلاج الطبي
(إزالة السموم)

01

العلاج
النفسي
والسلوكي

02

العلاج الدوائي

04

التأهيل في
مراكز علاج الإدمان

03

المتابعة بعد العلاج
(الوقاية من الانتكاس)

05



أفضل طرق علاج إدمان المخدرات

عند الحديث عن أفضل طرق علاج إدمان المخدرات علينا ان نذكر الطرق المهمة التي يتبعها مركز طريق التعافي الذي يعتبر أفضل مركز لعلاج إدمان المخدرات وهي كالتالي:

1. العلاج الطبي (إزالة السموم)

- ▶ يهدف إلى تنظيف الجسم من المخدرات تحت إشراف طبي.
- ▶ يتم استخدام أدوية لتخفيف أعراض الانسحاب مثل الأرق والتشنجات والاكتئاب.
- ▶ يستمر من أيام إلى أسابيع حسب نوع المخدر وحالة المدمن.

2. العلاج النفسي والسلوكي

- ▶ العلاج السلوكي المعرفي (CBT) يساعد المدمن على تغيير طريقة تفكيره وسلوكياته تجاه المخدرات.
- ▶ العلاج الجماعي: جلسات دعم مع مدمنين متعافين لتعزيز الحافز والالتزام بالعلاج.
- ▶ العلاج الأسري: يهدف إلى إصلاح العلاقات العائلية المتضررة بسبب الإدمان.

3. التأهيل في مراكز علاج الإدمان

علاج الادمان يتطلب كل من:

- ▶ بيئة آمنة خالية من المخدرات.
- ▶ برامج علاج فردية وجماعية.
- ▶ أنشطة رياضية وتأهيلية لمساعدة المدمن على استعادة حياته الطبيعية بعيدا عن إدمان المخدرات.

4.العلاج الدوائي

- ▶ بعض أدوية علاج الإدمان التي تساعد على تقليل الرغبة في التعاطي، مثل الميثادون للهيروين والنالتريكسون للكحول والمخدرات الأفيونية.

5.المتابعة بعد العلاج (الوقاية من الانتكاس)

- ▶ برامج دعم مستمرة بعد الخروج من المركز.
- ▶ متابعة دورية مع طبيب نفسي أو معالج.
- ▶ تجنب أصدقاء السوء والبيئة التي تشجع على التعاطي.
- ▶ ممارسة الرياضة والأنشطة الإيجابية لتقليل التوتر والضغط النفسي.

علاج الإدمان يتطلب إرادة قوية وخطة علاج متكاملة تشمل العلاج الطبي، النفسي، والتأهيل السلوكي، مع دعم مستمر لمنع الانتكاس.

في الختام يتوجب علينا ان نوضح ان التفكير عند مدمن المخدرات يسيطر عليه الإدمان، حيث تصبح المخدرات محور حياته، ويتحول تفكيره إلى البحث عن الجرعة القادمة بأي وسيلة. يعيش في عالم مشوش بين الإنكار، التبرير، والخوف من المواجهة أو الإقلاع. ورغم إدراكه للمخاطر، إلا أن الإدمان يقيد قدرته على اتخاذ قرارات سليمة، مما يجعله في دائرة مغلقة من التكرار والندم. لذلك، فإن العلاج لا يقتصر على إزالة السموم فقط، بل يجب أن يشمل التأهيل النفسي والسلوكي لإعادة بناء تفكيره وحياته من جديد، مما يمنحه فرصة للخروج من أسر الإدمان واستعادة ذاته الحقيقية

