

بسم الله الرحمن الرحيم

آنچه باید درباره اعتیاد بدانید

نویسندگان: یاشار نظری

فاطمه مشایخی

علی حسین زاده

سرشناسه : نظری، یاشار، ۱۳۶۳ -
 عنوان و نام : آنچه باید درباره‌ی اعتیاد بدانید / نویسنده یاشار نظری، فاطمه
 پدیدآور : مشایخی، علی حسین زاده : ویراستار شیوا نعمت پور.
 مشخصات نشر : تهران : کلک مشاطه، ۱۳۹۳.
 مشخصات : ۳۲۴ص: مصور(رنگی) : ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
 ظاهری

شابک : ۱۲۰۰۰ تومان: 978-600-92016-3-1
 وضعیت فهرست : فیبا
 نویسی

یادداشت : کتابنامه: ص. ۳۰۹.
 موضوع : اعتیاد -- پیشگیری
 موضوع : اعتیاد -- درمان
 موضوع : مواد مخدر
 شناسه افزوده : مشایخی، فاطمه
 شناسه افزوده : حسین زاده، علی،

شناسه افزوده : نعمت پور، شیوا، ویراستار
 رده بندی کنگره : HV/۵۸۰۱/ن ۸۱۶ ۱۳۹۳
 رده بندی دیویی : ۲۹۳/۳۶۲
 شماره : ۳۶۷۱۵۲۱

کتابشناسی
 سال نشر : ۱۳۹۴. نوبت چاپ: اول

تیراژ : ۱۰۰۰

ناشر: کلک مشاطه.نشانی : فلکه دوم تهرانپارس، ۱۷۴ غربی: شماره ۳۲
 واحد ۷۷۳۹۱۷۱۲

فصل اول	۱
پیشگیری از اعتیاد	۱
مقدمه	۲
اعتیاد چیست؟	۴
پیشگیری از اعتیاد به انواع مواد مخدر	۵
باورهای غلط درباره اعتیاد	۶
علامت های هشداردهنده	۷
درباره سوء مصرف مواد در نوجوانان و جوانان	۷
نشانه های مستقیم سر و کار داشتن با مواد مخدر	۹
چرا معتاد می شویم؟	۱۱
روش های پیشگیری از اعتیاد	۱۶
چرا برخی از جوانان مواد مخدر مصرف می کنند؟	۱۸
برای پیشگیری از اعتیاد به فرزندان خود چه چیزهایی بیاموزیم؟	۲۰
روش های کاربردی پیشگیری از اعتیاد در خانواده	۲۲
آنچه والدین باید در دوره توجوانی فرزندان شان در مورد سوء مصرف مواد بدانند	۲۳
آثار و عوارض اعتیاد	۲۵
عوارض خانوادگی گرایش به اعتیاد	۲۹
۶ گروه از جوانان در معرض خطر اعتیاد	۳۰
دلایل خانوادگی اعتیاد نوجوانان	۳۱

- ۳۲..... با کودکان خود در رابطه با اعتیاد صحبت کنیم
- ۳۷..... پیشگیری از سوء مصرف مواد در سال‌های قبل از مدرسه
- ۳۹..... پیشگیری از مصرف مواد در دوره پیش‌دبستانی و سال‌های آغازین دبستان
- ۴۲..... پیشگیری از مصرف مواد در سال‌های پایانی دبستان
- ۴۳..... پیشگیری از مصرف مواد در دوره راهنمایی
- ۴۴..... پیشگیری از مصرف مواد در نوجوانان دبیرستانی
- ۴۶..... ارتباط خوبی با فرزندان برقرار کنید آن را حفظ نمایید
- ۴۹..... پیشگیری توسط آموزش مهارت‌های زندگی برای مهار اعتیاد
- ۵۱..... چگونه فرزندان را از اعتیاد مصون بداریم
- ۵۱..... ۲۳ توصیه تربیتی:
- ۵۶..... فصل دوم
- ۵۶..... انواع مواد اعتیادآور
- ۵۷..... تعریف اعتیاد
- ۵۸..... الکل
- ۶۰..... آمپول بتیدین
- ۶۲..... آمپول تمجیزک
- ۶۴..... آمپول نورجیزک
- ۶۷..... پان پراگ
- ۶۹..... پان
- ۷۱..... تریاک-شیره سوخته- جوهر

۷۳	تسبیح
۷۶	حشیش - گراس - بنگ - علف چرس - ماری جوانا
۷۸	ریتالین
۸۰	شیشه
۸۳	قرص های آرامبخش
۸۵	قرص انگسازی
۸۷	قرص ترامادول - بایامادول - استامینوفن کدئین -
۸۷	دیفنو کسيلات
۸۹	کراک
۹۱	کوکائین
۹۳	گل
۹۵	متادون
۹۷	نخ
۹۹	هروئین
۱۰۱	فصل سوم
۱۰۱	درمان اعتیاد
۱۰۲	مراحل شکل گیری اعتیاد
۱۰۳	آسیب های ناشی از اعتیاد
۱۰۳	آسیب های جسمی:
۱۰۳	آسیب های روحی روانی:

- ۱۰۳..... آسیب‌های اجتماعی:
- ۱۰۴..... درمان الکلی:
- درمان وابستگی به آمپول بتیدین (داروی پیش از بیهوشی و تسکین دهنده‌ی درد
- ۱۰۵..... زایمان):
- درمان وابستگی به آمپول تمجیزک:
- ۱۰۵.....
- درمان وابستگی به آمپول نورچیزک:
- ۱۰۶.....
- درمان پان پراگ (ملوان زبل-ناس-جرس-نایتانیک):
- ۱۰۷.....
- درمان وابستگی به پان:
- ۱۰۸.....
- درمان وابستگی به تریاک-شیره-سوخته-جوهر، ((از گل خشخاش (صمغ)):
- ۱۰۹.....
- درمان وابستگی به تسبیح:
- ۱۰۹.....
- درمان وابستگی به حشیش-گراس-بنگ-غلف-جرس-ماری جوانا:
- ۱۱۰.....
- درمان وابستگی به ریتالین:
- ۱۱۱.....
- درمان وابستگی به شیشه:
- ۱۱۲.....
- درمان وابستگی به قرص های آرامبخش (لورازپام و دیازپام):
- ۱۱۲.....
- درمان وابستگی به قرص اکستازی:
- ۱۱۳.....
- درمان وابستگی به قرص (ترامادول، بایامادول، استامینوفن کدئین، دیفنوکسیلات):
- ۱۱۴.....
- درمان وابستگی به کراک:
- ۱۱۵.....
- درمان وابستگی به کروکودیل:
- ۱۱۶.....
- درمان وابستگی به کوکائین:
- ۱۱۷.....
- درمان وابستگی به گل:
- ۱۱۷.....
- درمان وابستگی به متادون:
- ۱۱۸.....

- درمان وابستگی به نخ: ۱۱۹
- درمان وابستگی به هروئین: ۱۲۰
- درمان اعتیاد: ۱۲۰
- روان درمانی (قطع وابستگی روانی) ۱۲۱
- انواع درمان ۱۲۳
- تغذیه و هلاک سمی ۱۳۶
- تغذیه در بیماران معتاد به موادمخدر ۱۳۶
- سم زدائی آسیب شناختی (باتولوژیک) ۱۳۷
- راهنمایی های رژیم برای دوره سم زدائی و پس از آن ۱۳۸
- توصیه های کلی ۱۳۸
- رژیم های سم زدائی از دیدگاه های مختلف ۱۴۱
- تغذیه معتادان ۱۴۲
- مشکلات تغذیه ای معتادان ۱۴۳
- ارزیابی وضعیت تغذیه ای ۱۴۴
- توان بخشی تغذیه ای ۱۴۵
- آموزش تغذیه و مشاوره به منظور اصلاح زندگی نوین ۱۴۶
- مراقبت ها و پیگیری های تغذیه ای ۱۴۷
- درمان اعتیاد با ازدواج ۱۴۷
- چگونه می توان مطمئن شد که همسر آینده ما مصرف کننده مواد مخدر نیست؟ ۱۴۹
- وجود چه وسایلی در محل کار و زندگی فرد می تواند ما را به او مشکوک کند؟ ۱۵۰
- مقابله با مشکلات جنسی ناشی از مواد ۱۵۱

- ۱۵۲..... فیزیولوژی فعالیت جنسی طبیعی و عوامل موثر بر آن
- ۱۵۳..... انزال زودرس
- ۱۵۶..... وسوسه پس از درمان
- ۱۵۷..... راهکارهایی برای سازگاری با وسوسه
- ۱۶۲..... فصل چهارم
- ۱۶۲..... سوالات رایج درباره‌ی اعتیاد
- ۱۶۳..... سوالات مربوط به زمان مصرف مواد
- ۱۶۴..... آیا زمان مصرف مواد باید همیشه در یک ساعت مشخص باشد؟
- ۱۶۴..... مواد مخدر چگونه عمل می‌کنند؟
- ۱۶۵..... سوالات مربوط به درمان
- چه داروهایی مخدر و یا شبیه مخدرند و مصرف همزمان آن‌ها با نالتراکسون ممنوع است؟
- ۱۶۶.....
- ۱۶۶..... درمان شیشه با الگوی ماتریکس یعنی چه؟
- ۱۶۸..... نحوه برخورد صحیح با بیماران برای ورود به مرحله درمان چیست؟
- ۱۷۲..... آیا درمان اجباری صحیح است؟
- ۱۷۷..... علل کاهش انگیزه بیمار در طی درمان چه می‌تواند باشد؟
- ۱۸۱..... آیا نالتراکسون در درمان اعتیاد موثر است؟
- ۱۸۲..... عوارض متادون درمانی چیست؟
- ۱۸۳..... قرص بوپرنورفین در درمان وابستگی به مواد موثر است؟
- ۱۸۴..... در چه مواردی نمی‌توان از بوپرنورفین استفاده کرد؟
- ۱۸۴..... بوپرنورفین چگونه مصرف می‌شود؟

- ۱۸۵..... فواید درمان با متادون چیست؟
- درمان نگهدارنده با متادون یک جایگزینی ساده قرص با مواد است؟ یا به خصوصیت یک
- ۱۸۶..... درمان واقعی را دارد؟
- ۱۹۰..... درمان با نوروفیدبک و بیو فیدبک موثر است؟
- ۱۹۲..... ترک اعتیاد به کوکائین با استفاده از نورلیزر چیست؟
- ۱۹۳..... راه ترک کدام است؟
- ۱۹۳..... به منع عمده‌ای که بین معتادین و درمان فاصله می‌اندازد.
- ۱۹۵..... سوالات مربوط به دوران پاکتی
- ۱۹۶..... چه ورزش‌هایی بعد از پاکتی و میم‌زدائی در درمان موثر است؟
- ۱۹۷..... در دوران پاکتی تا چه اندازه بیمار وسوسه می‌شود تا به سمت مواد برود؟
- ۱۹۸..... چرا باید یک معتاد را برای درمان تشویق کرد؟
- ۱۹۸..... چگونه می‌توان معتادان را به درمان تشویق کرد؟
- ۱۹۹..... هدف از درمان اعتیاد چیست؟
- ۱۹۹..... چگونه می‌توانیم مصرف کنندگان مواد و شیئه را به درمان سوق دهیم؟
- ۲۱۱..... سوالات مربوط به خانواده‌ها
- ۲۱۲..... نقش خانواده در ادامه بیماری اعتیاد چیست؟
- در دوران پاکتی و درمان اعتیاد در بیماران خانواده‌ها چه هدیه‌ای به آن‌ها می‌تواند بدهند و
- ۲۱۳..... یا چه اقدامی انجام دهند؟
- ۲۱۶..... اگر فرد را حین مصرف مواد مشاهده کردیم چه عکس العملی باید نشان دهیم؟
- ۲۱۶..... آیا طرد کردن یک فرد معتاد از خانواده در حین مصرف کار درستی است؟
- ۲۱۷..... آیا خانواده باید به حرفهای فرد بیمار اعتماد کند؟

- آیا اعتیاد در اعضای خانواده بر روی روابط اعضای خانواده و بستگان تاثیر می‌گذارد؟ ۲۱۷
- در زمان مصرف فرد معتاد، باید آن‌ها را از نظر مالی طرد کرد یا حمایت کنیم؟ ۲۱۸
- آیا در دوران پاکی اطرافیان بیمار در درمان اعتیاد تاثیر بیشتری دارند یا خود بیمار؟ ۲۱۸
- آیا کنترل کردن ورود و خروج بیمار کار درستی است؟ ۲۱۸
- خانواده برای فرد بیمار چگونه باید فضای درون و بیرون را آماده کنند؟ ۲۱۹
- چه شرایطی را برای فرد رها یافته از مواد باید در خانه به وجود آوریم؟ ۲۲۰
- در دوران پاکی فرد معتاد چه مشکلاتی می‌تواند به وجود آید که خانواده برای آن‌ها آمادگی داشته باشد؟ ۲۲۰
- خانواده‌ها با معنادانی که دچار آسیب مغزی شده‌اند چگونه باید رفتار کنند؟ ۲۲۱
- در صورت لغزش فرد بیمار، خانواده چه پیگیری‌هایی باید انجام بدهد؟ ۲۲۲
- امنیت خانواده در حضور بیماران معتاد در منزل چقدر تضمین شده است؟ ۲۲۵
- سوالات متفرقه ۲۲۷
- میزان ترمیم آسیب‌های ناشی از مصرف چقدر است؟ ۲۲۸
- نحوه برخورد با آزمایش ادرار بیمار چگونه باید باشد؟ ۲۳۳
- سم زدایی چیست؟ آیا واقعا خون عوض می‌شود؟ ۲۳۷
- روش‌های دور کردن نوجوانان از اعتیاد چیست؟ ۲۳۸
- آیا ترامادول اعتیادآور است؟ ۲۴۵
- در ترک سیگار به چه نکاتی باید توجه کرد؟ ۲۴۵
- سن مصرف مواد در ایران در چه رنجی است؟ ۲۴۷
- من فرد بیمار چگونه به خودم کمک کنم؟ ۲۴۸
- آیا اعتیاد به شیشه باعث پدبینی می‌شود؟ ۲۴۸

- ۲۴۸..... آیا قرص‌های آرامبخش باعث اعتیاد می‌شوند؟
- ۲۴۹..... عوارض مصرف آرامبخش‌ها چیست؟
- ۲۴۹..... سن مصرف ماری‌جوانا چقدر است؟
- ۲۴۹..... در دستمال مرطوب مواد مخدر هست؟
- ۲۵۰..... بیشترین مصرف در کدام یک از استان‌ها است؟
- ۲۵۰..... آیا اعتیاد به شیشه با بیماری‌های قلبی و سکنه مغزی ارتباط دارد؟
- ۲۵۰..... آیا مصرف کدئین اعتیادآور است؟ چه عوارضی دارد؟
- ۲۵۱..... احتمال برگشت به مصرف مواد در چه افرادی بیش‌تر است؟
- ۲۵۲..... آیا تنها داروی ترک اعتیاد اراده است؟
- پدرم ۵۲ سال دارد و ۲۰ سال است به تریاک اعتیاد دارد، دوست داره ترک کند ولی می‌ترسد سکنه قلبی کند. راهکار شما چیست؟
- ۲۵۲..... آیا اعتیاد ژنتیکی است؟
- ۲۵۳..... روش‌های تشخیص اعتیاد چیست؟
- ۲۵۳..... تاثیر هرونین چقدر طول می‌کشد؟
- ۲۵۳..... چرا حشیش و ماری‌جوانا باعث افزایش و کاهش اشتها می‌شود؟
- ۲۵۴..... میزان مصرف مواد در یک فرد معتاد چقدر است؟
- ۲۵۵..... از کجا متوجه بشویم که بیمار دوباره به سمت مواد گرایش پیدا کرده است؟
- ۲۵۶..... خطرناک‌ترین و اعتیادآورنده‌ترین ماده مخدر چیست؟
- ۲۵۷..... درمان اعتیاد به کدامین مواد سخت‌تر است؟ به ترتیب ذکر کنید.
- ۲۵۷..... آیا اعضای خانواده با دود مواد مخدر و محرک نیز می‌توانند معتاد شوند؟
- ۲۵۷..... چه مدت زمان می‌برد تا بیمار از مواد رهایی پیدا کرد؟

- چند با مصرف شیشه و کراک می‌تواند یک نفر را معتاد کند؟..... ۲۵۸
- چرا یک فرد به جای مصرف مواد به مشاوره روی نمی‌آورند؟..... ۲۵۹
- تاثیر یک مشاور برای فرد بیمار چقدر می‌تواند باشد؟..... ۲۵۹
- کدام یک از مواد وابستگی جسمی و کدام یک وابستگی روانی ایجاد می‌کنند؟..... ۲۶۰
- بعد از چه مدت مصرف مواد مرفین‌دار در فرد ایجاد اعتیاد می‌کند؟..... ۲۶۱
- چه مدت طول می‌کشد که مواد در آزمایش نشان داده شود؟..... ۲۶۲
- چه دارویی برای ترک شیشه و آمفتامین‌ها موثر است؟..... ۲۶۲
- آیا مصرف تریاک در افراد مسن در پایین آمدن فشار خون و جریبی خون موثر است؟..... ۲۶۳
- در درمان اعتیاد به عنوان مثال تریاک با حشیش از نظر مدت زمان درمان چه تفاوتی دارند؟..... ۲۶۴
- اگر بیمار معتادی درمان شود و بعد از ۵ سال پاکي به سمت یک ماده جدید برود؛ درمان این بیمار با سایر بیماران متفاوت است؟..... ۲۶۵
- آیا تبلیغات ماهواره و تلویزیون جهت ترک اعتیاد موثر است؟..... ۲۶۵
- مگر نمی‌گویند شیشه اعتیاد دارد پس دلیل گرایش جوانان به آن چیست؟..... ۲۶۶
- عامل اصلی اعتیاد چیست؟..... ۲۶۷
- معتاد بیمار است یا مجرم؟..... ۲۶۹
- مواد محرک و مخدر با هم چه تفاوتی دارند؟..... ۲۷۰
- بیماری اعتیاد روانی است یا جسمانی؟..... ۲۷۲
- آیا برای ترک اعتیاد ضروری است که فرد بستری شود؟..... ۲۷۳
- علت اینکه اکثر معتادین به شیشه گرایش پیدا می‌کنند چیست؟..... ۲۷۴

- جرا افرادی که کراک مصرف می کنند زخم در بدن آن ها ایجاد می شود و به مرور زمان زخم ها به شکل حفره هایی غیر قابل ترمیم تبدیل می شود؟ ۲۷۵
- آیا افرادی که به کراک و شیشه اعتیاد دارند می توانند به صورت دائمی یا بلند مدت پاک بمانند؟ به چه شرایطی بستگی دارد؟ ۲۷۶
- چگونه در کمپ ها برای ترک و ادامه زندگی به بیماران انگیزه می دهند؟ ۲۷۶
- آیا مشکلات اعصاب و روان در بیماران معتاد بدون مصرف قرص و مراجعه به روانپزشک امکان پذیر می باشد؟ ۲۷۷
- آیا جز مصرف قرص راه حل های دیگری برای درمان اعتیاد وجود دارد؟ ۲۷۷
- جرا در اوقات بیکاری بیشتر بیماران به مواد مراجعه می کنند؟ ۲۷۸
- آیا دلتنگی و افسردگی در گرایش به مواد موثر است؟ ۲۷۹
- ترک اعتیاد به صورت جسمانی سخت تر است یا روحی؟ ۲۷۹
- کسانی که عاقبت افراد معتاد را دیده اند پس چرا به سمت مواد می روند؟ ۲۸۰
- تاریخچه مصرف مواد چیست؟ از کجا شروع شد؟ ۲۸۱
- راه های تشخیص اعتیاد از طریق چهره افراد چیست؟ ۲۸۳
- چه کارهایی را باید خانواده در زمان مصرف فرد معتاد انجام دهد؟ ۲۸۴
- پس از استفاده از علف، تا چه مدت در آزمایش خون نشان داده می شود؟ ۲۸۶
- علت اعتیاد به گل، علف، ماری جوانا و حشیش چیست؟ ۲۸۶
- کسانی که علف، گل یا ماری جوانا استفاده می کنند، چه حالت هایی دارند؟ ۲۸۶
- مصرف گل، علف و ماری جوانا چه تغییری در چهره ایجاد می کند؟ ۲۸۹
- آیا در امر اعتیاد مشکل فقط فرد معتاد است؟ ۲۸۹
- کسانی که شیشه مصرف می کنند درمان نمی شوند؟ ۲۹۰

- آیا مصرف مواد به شکل تفریحی اعتیادآور است؟ ۲۹۰
- آیا درمان اعتیاد با گیاهان دارویی موثر است؟ ۲۹۱
- یک فردی که اعتیاد را ترک کرده است چند وقت بعد می‌تواند تشکیل خانواده بدهد؟ آیا می‌توان این‌گونه افراد را باور داشت؟ ۲۹۱
- علائم روانی مصرف مواد مثل بی‌مسئولیتی، دروغ‌گویی، بی‌برنامه بودن فرد بعد از پاک‌ی است تا سال‌ها ادامه داشته باشد؟ ۲۹۳
- مصرف مواد چقدر بر روی IQ کلی فرد تاثیر می‌گذارد و سلول‌های خاکستری وی چقدر آسیب می‌بیند؟ ۲۹۳
- راه‌های پیشگیری از اعتیاد چیست؟ ۲۹۴
- تاثیر مصرف مواد امروزی در جوان شدن به بیماری‌هایی چون ایدز و ... چقدر است؟ ۲۹۶
- آیا زمان از بین رفتن تاثیر مواد روی فرد، در مواد مختلف متفاوت است؟ طول مدت زمان تاثیر مواد چند ساعت است؟ و چقدر طول می‌کشد تاثیر آن از بدن بیرون برود؟ در هر کدام از مواد چگونه است؟ ۲۹۷
- دوری کردن از سایر افراد معتاد در دوران درمان در ترک کردن فرد چقدر موثر است؟ ۲۹۸
- مرکز ترک اعتیاد که تایید شده وزارت بهداشت باشد را از کجا می‌توان شناسایی کرد؟ ۲۹۸
- مواد تشکیل دهنده‌ی مواد صنعتی مثل شیشه چیست؟ ۲۹۹
- فراوانی کدام یک از مواد در کشور بیشتر است؟ ۲۹۹
- فردی که تریاک مصرف می‌کند و پس از مدتی به سمت کراک می‌رود؛ چرا دیگر تریاک یا سخگوی نیاز او نخواهد بود؟ ۳۰۰
- آیا شیشه در افزایش میل جنسی موثر است؟ ۳۰۰
- چرا همنشینی با فرد معتاد؛ دیگری را نیز مبتلا می‌کند؟ مگر اعتیاد مسری است؟ آیا امکان دارد اعتیاد یکی از اعضای خانواده به سایرین سرایت کند؟ ۳۰۱

- ۳۰۱..... آیا شیشه و کراک در حین مصرف بوی خاصی دارند؟
- ۳۰۱..... آیا اعتیاد در خانواده‌های مرفه کمتر است؟
- ۳۰۲..... دلیل افزایش اعتیاد در کشور چیست؟
- ۳۰۴..... فرد معتاد چه زمانی به اعتیاد خود پی می‌برد؟
- ۳۰۴..... چه افرادی مستعد اعتیاد به مواد مخدر هستند؟
- ۳۰۵..... علل گرایش و شروع به مصرف مواد مخدر در جوانان چه می‌تواند باشد؟
- ۳۰۷..... علل تغییر نوع مصرف از مواد مخدر به محرک چیست؟
- ۳۰۸..... تفاوت اعتیاد زنان و مردان چیست؟
- ۳۰۹..... منابع