

علاج إدمان المخدرات

الإدمان على المخدرات شيطان مريد يهدد الفرد والأسرة والمجتمع وينبغي على الدول والشعوب الوقوف وجها لوجه أمام ذلك الشبح، وهناك عوامل كثيرة تساعدنا على التخلص من المخدرات وتأهل المدمن نفسيا واجتماعيا لضمان عدم العودة والانتكاسة بإذن الله. يعتمد ذلك بشكل كبير على نوع العقار الذي تم الاعتماد عليه ودرجة تعاطيه ومدة التعاطى واستعداد الشخص المدمن لتلقى العلاج من المواد المخدرة، فالخبر غير السار أنه كلما كان اعتماد الشخص على المخدرات قويا كلما كانت الأعراض الانسحابية أقوى مثل: الهيروين أخطبوط المخدرات والترامادول والمنشطات التي ربما تعرض متعاطيها إلى الموت المفاجئ بسبب زيادة الجرعة.



وهناك بعض العقاقير تكون نسبة الاعتماد قليلا ويمكن السيطرة عليها في أول الأمر وقد لا يحدث الاعتماد منذ البداية لكنه قد يتحول إلى اعتماد نفسي من الدرجة الأولى ويعتمد علاجه على الطب النفسي مع الدوائى .

مراحل علاج الإدمان

تبدأ ب نزع السموم من الجسم عن طريق مصحات علاج الإدمان المتخصصة بمرحلة نزع السموم وهى مرحلة يتوقف فيها الشخص عن التعاطى وتستمر بناء على درجة التعاطى ومدته وأحيانا يتطلب الأمر التوقف عن التعاطى بشكل تدريجى واستخدام العلاج الدوائى كإجراء احتياطى فى الحالات الصعبة بالإضافة إلى الدعم النفسى الذى يركز على مساعدة المدمن على هزيمة الشوق إلى المخدرات والأماكن والأصحاب المرتبطين بها وهى خطوة مهمة لعدم الانتكاس وتنمية المهارات الدفينة واستبدال سلوكياته السيئة.

علاج إدمان المخدرات داخل المصحات المتخصصة

فى أغلب الحالات التى تتطلب تدخلا طبيا يتم الاحتفاظ بالمريض داخل مصحة طبية متخصصة لتوفير الدعم الطبى والنفسى. ويطبق هذا الإجراء فى حالات الإدمان على المخدرات الكيميائية التى تسبب إدمانا جسديا لا يقاوم مثل الكوكايين والهيروين، والترامادول وغيرها من العقاقير الأفيونية .

وفي مثل هذه الحالات الحرجة نوصى بأهمية البحث عن مراكز أو مستشفيات متخصصة فى العلاج من الإدمان وذلك لتوفير :

- العلاج الدوائى اللازم
 - سحب السموم بشكل تدريجى
 - تجنب المخاطر والآثار الجانبية
 - توفير عامل المراقبة
 - الدعم الطبى والنفسى والوجدانى
 - استعادة توازنه النفسى والعقلي
- ## العلاج من الإدمان فى العيادات الخارجية المتخصصة

فى حين تكون الإقامة فى «مستشفى

ومجموعات الدعم، والمراقبة. إن أحد عوامل الجذب الأساسية للعلاج الخارجى، هى أنه يعالج المدمن دون الحاجة إلى احتجازه فى بيئة تشبه أجواء المستشفى أو عزله عن أصدقائه وأسرتة لفترات زمنية ممتدة . ويمكن عادة التعديل فى هذه البرامج بحيث تناسب كل حالة، وتقديم الجلسات العلاجية طبقا لجدول زمنى فى أيام يتفق عليها مسبقا أو فى جلسات مسائية.

وعلى الرغم من اختلاف الطرق، والإجراءات العلاجية المتبعة، فإن أحد الأهداف الأساسية للعلاج الخارجى، هو مساعدة المدمن على التعرف على أسباب التعاطى، والإدمان، والتغلب عليها، لكن بالنسبة للأفراد ذوي حالات الإدمان القوية بشكل خاص، الذين لديهم مجموعات أقران متعاطية للعقاقير، والمخدرات، قد يكون الاحتجاز فى مصحة أو مركز علاجي تأهيلي، هو الحل الأنسب، والأكثر نجاحا بالنسبة لهم.

هل العلاج المعرفى السلوكي يعتبر من أهم العلاجات للإدمان؟

إن هزيمة الإدمان ليست مجرد التوقف عن التعاطى، ولكن لابد فى البداية أن ينجح أي

تخصصي داخلي لعلاج الإدمان، هي أفضل إجراء يمكن اتخاذه مع المدمن، فإن هذا ليس هو الحل الوحيد، لأن هذا الاتجاه فى العلاج يتوقف على نوع العقار، والفرد نفسه، فليست جميع حالات الإدمان تتطلب مستوى عاليا من المراقبة، أو الدعم المهني المتواصل، ففي بعض الحالات يكون البرنامج العلاجي الخارجى، هو الإجراء الأنسب الذى يمكن اتخاذه لمساعدة المدمن، على هزيمة الإدمان، والوقوف مرة أخرى على قدميه.

يمنح العلاج الخارجى العديد من التدابير العلاجية، والداعمة التى تمنحها البرامج الداخلية، ولكنه فى الوقت نفسه يمكن المريض من أن يبقى فى بيئته، ويعيش حياته بشكل طبيعى، بالطبع الفارق الوحيد الهام بين الاتجاهين، هو أن يظل المدمن بعيدا عن العقاقير، وهذا هو ما يهدف العلاج الخارجى إلى الحفاظ عليه.

وسوف تعتمد طبيعة أي برنامج تأهيلي خارجي لعلاج الإدمان، على نوعية العقار المخدر، وتمنح خطة العلاج النموذجية مزيجاً من العلاج الفردي، وجلسات الإرشاد،



د/ علاء فرغلي
(استشاري الطب النفسي)

الإرشاد ومجموعات الدعم

في حالات عديدة، ثمة سلسلة من القضايا المعقدة تكمن وراء إدمان المخدرات، وفي بعض الأحيان تكون هذه الأسباب واضحة وظاهرة للعيان، ولكن في أحيان أخرى قد تكون هذه الأسباب خفية، أو قد تكون مكبوتة كلياً، وبالإضافة إلى ذلك، قد يكون الإدمان نفسه قد أدى إلى تطور أو تفاقم العديد من القضايا العقلية، والاضطرابات النفسية.

وتعد استخدامهما بجانب برنامج علاج الإدمان الأكثر شمولاً لمخاطبة هذه القضايا، ومساعدة المريض على التعامل معها والتغلب عليها.

ويعتمد مستوى الإرشاد إلى حد كبير على الفرد، ومشكلاته، ودرجة الإدمان التي وصل إليها، وفي بعض الحالات، فإن الاقتصر على العلاج الكلامي البسيط، قد يكون كافياً لمساعدة الفرد على تحقيق تكيف أفضل مع الإدمان، والتأهيل المترتب عليه، ولكن قد يكون الإرشاد النفسي المتخصص المهني، أكثر ملاءمة بالنسبة للأفراد ذوي المشكلات الأكثر خطورة وتعقيداً، ويناسب هذا الخيار المدمنين المتعاطين بكثافة لفترات طويلة، ذوي عادات التعاطي لعقائير متعددة.

وقد تكون مجموعات الدعم المنتظمة مفيدة جداً بجانب الإرشاد، والعلاجات التأهيلية الأخرى، لأن قدرة أفراد المجموعة على مناقشة صعوباتهم، والتقدم الذي أحرزوه، يحقق نتائجاً علاجية كبيرة، ويمنح طريقاً للدعم الوجداني، الذي هم في أمس الحاجة إليه، وقد يؤدي الاستماع إلى القصص التأهيلية للآخرين أيضاً إلى زيادة الإلهام، والدافع لدى المدمن نحو الشفاء والخلص.

ومن خلال مخاطبة هذه القضايا التي تؤدي إلى سلوك البحث عن لمخدرات، والتعامل معها، يمكن للإرشاد ومجموعات الدعم، مساعدة الأفراد على الإقلاع عن التعاطي، والاستمرار على ذلك.



مساعدة المريض في إلقاء الضوء على الأفكار، والسلوكيات الأساسية التي تسببت في مشكلة التعاطي، والإدمان، والتعرف على سلوكيات بديلة صحية.

ومتلماً يستطيع العلاج المعرفي السلوكي أن يساعد المريض على استبدال سلوكيات البحث عن المخدر، واللجوء إليه، فإنه يستطيع أيضاً أن يساعده على إيجاد طرق أفضل للتعامل مع القضايا، والمشكلات الحياتية الأوسع نطاقاً، التي من المحتمل أن تؤدي إلى اللجوء للمخدرات، على سبيل المثال، فإن الفرد الذي يعاني من القلق الاجتماعي، قد يكون لديه تاريخ من اللجوء للمخدرات كوسيلة لزيادة الثقة، والشعور بالراحة، وفي هذه الحالة يسعى العلاج المعرفي السلوكي إلى التعرف على الأسباب التي أدت إلى هذا القلق، وإيجاد طريقة لتقليلها بشكل طبيعي من خلال التفكير البديل وبتعليم المريض مهارات اجتماعية ونفسية تساعده على التكيف والتأقلم السوي في المواقف المختلفة والأزمات النفسية والأمور الحياتية.

علاج تأهيلي في التعرف على الأسباب التي أجبرت المدمن على التعاطي من الأساس، وما هي السلوكيات التي تعزز من الإدمان لدى المريض، ومن ثم يبدأ البرنامج العلاجي التأهيلي في مخاطبة هذه الأنماط السلوكية، وتغييرها للأفضل، من أجل ذلك أثبت العلاج المعرفي السلوكي أنه أكثر الطرق فعالية إلى حد كبير في هذا الصدد.

والعلاج المعرفي السلوكي فعال في علاج الإدمان، لأنه يركز على أفكار الفرد (أي الجانب المعرفي)، وكيف تؤثر هذه الأفكار على سلوكه، ولكن في حين تسعى العلاجات الأخرى إلى التعمق في الأسباب الجذرية، والأحداث الماضية وتحليلها، فإن العلاج المعرفي السلوكي يهدف إلى تغيير الأفكار، ومن ثم تغيير السلوك الناتج عنها.

وعادة ما يتم تنفيذ العلاج المعرفي السلوكي بشكل فردي مع المعالج، وقد يكون جزءاً من برنامج علاجي داخلي أو خارجي أكثر شمولاً أو قد يكون علاجاً قائماً بذاته، وفي العلاج المعرفي السلوكي، يعمل الممارس المؤهل على

