

چگونه از فرزندانمان در خانه و مدرسه محافظت کنیم؟

۱) آشنا کردن دانش‌آموزان با مضرات و خطرهای انواع موادمخدر سنتی و صنعتی و به‌روز بودن اطلاعات والدین

۲) آموزش مهارت‌های (خودمراقبتی) تقویت اعتمادبه‌نفس و تقویت توانایی تصمیم‌گیری و قدرت "نه گفتن" در آن‌ها، آموزش زیان‌های مواد مخدر، آموزش زیان‌های مصرف ناصحیح برخی داروها، صبور بودن در برابر مشکلات زندگی از قبیل مرگ عزیزان و..

۳) آموزش اینکه موادمخدر تنها گل، هروئین و تریاک نیست بلکه مواد محرک مثل شیشه و روان‌گردان‌ها و داروهای انرژی‌زا و هم اعتیادآورند. و سلامت آنها را تهدید می‌کند

۴) دادن مسئولیت‌های زندگی به آن‌ها
۵) احترام به احساسات و عواطف نوجوان
۶) ثبت‌نام در کلاس‌های ورزشی و هنری و...

۷) عدم شرکت در مهمانی‌ها و مجالسی که در آن‌ها از افراد بی‌بندوبار دعوت شده است.

تهیه و تنظیم: مرکز بهداشت، درمان و مشاوره دانشگاه ملایر



در زمینه عوارض اجتماعی می‌توان به بی‌توجهی به مقررات جامعه، ضعف نیروی کار جامعه، بی‌نظمی و بی‌اعتمادی در جامعه، ضعف بنیاد خانواده، افزایش انحرافات مانند: دزدی، فحشا و تکدی‌گری اشاره کرد.

عوامل مؤثر در گرایش جوانان و نوجوانان به مصرف مواد مخدر

- ۱) ترغیب دوستان و هم‌نوایی با آنان
- ۲) سبک و شیوه زندگی جوانان بر گرایش جوانان
- ۳) نیاز جامعه به سرخوشی
- ۴) اختلال در فرآیند جامعه‌پذیری
- ۵) ضعف کنترل و نظارت‌های غیر رسمی
- ۶) نداشتن ابزار مناسب برای گذران اوقات فراغت
- ۷) ضعف در قدرت ابراز وجود و تصمیم‌گیری فردی
- ۸) اعتیاد سایر اعضای خانواده
- ۹) کنج‌کاو
- ۱۰) بی‌اطلاعی عمومی از عوارض سوء مصرف موادمخدر جدید صنعتی
- ۱۱) رهایی از فشارهای اجتماعی همچون (فقر، شرایط شاغل نبودن و مدرک گرایی

اعتیاد چیست؟

اعتیاد را به عادت کردن، خو گرفتن، و خود را وقف عادت‌های نکوهیده کردن معنا کرده‌اند؛ به عبارت دیگر تسلیم به ماده مخدر که از نظر جسمی و یا اجتماعی زیان‌آور شمرده می‌شود، اعتیاد نام دارد.

عوارض اعتیاد:

اگر نیم‌نگاهی به پیامدها و عوارض اعتیاد به موادمخدر بیندازیم خواهیم دید که پیامدهای اعتیاد جامعه، فرد و خانواده را از نظر اقتصادی، اجتماعی، روانی و جسمی در برمی‌گیرد. از مهم‌ترین عوارض جسمی اعتیاد به مواد مخدر می‌توان به ناراحتی‌های عصبی، بی‌اشتهایی، اضطراب، ریزش مکرر آب از بینی و چشم، ناراحتی عضلانی و فشار شدید در ستون فقرات، لاغر شدن و مانند آن اشاره کرد. در گستره اقتصادی برخی پیامدهای ناشی از اعتیاد به مواد مخدر عبارتند از: بیکاری، ضعف مالی در ازای خرید و مصرف مواد، لطمه به اقتصاد و جامعه و خانواده. اما عوارض روانی و شخصیتی ناشی از اعتیاد به مواد مخدر فراوانند؛ از جمله: ضعف اراده، بی‌توجهی به مسئولیت‌های فردی، ضعف شخصیت، ضعف عاطفه، عصبی بودن، به هم خوردن تعادل روانی، شخصیت نامتعادل و متزلزل، و ضعف اعتماد به نفس.