

الأدمان

ما هو الادمان؟

الادمان مرض مزمن يتفاقم عندما يتعاطى الشخص مواد من شأنها أن تكون لها طبيعة ادمانية مثل "الكحول والكوكايين والنيكوتين"، حيث يصبح الإدمان سلوكًا قهريًا يتعرض فيها جسم المتعاطي لعملية بيولوجية تحدث نتيجة إفرازات معينة فى الدماغ، سواء بسبب المواد المخدرة، أو بفعل سلوك يعود عليه بالمتعة واللذة، ويكون سلوكهم خارج عن السيطرة، ويتسبب فى مشاكل لهم وللآخرين.

إنه مرض نفسى سلوكى يحتاج إلى علاج الادمان، وليس فقط العلاج الجسدى فى مستشفى علاج ادمان،

أو مركز لسحب السموم، إنما هو مرض نفسى اعتمادى يحتاج إلى إعادة تأهيل نفسى وسلوكى للوصول بالمريض إلى مرحلة التغير النفسى السلوكى الذى يحتاجه للتعافى، وأن يعود فردًا منتجًا فى مجتمعه دون أن يتعاطى المخدرات.

أسباب الإدمان على المخدرات:

- لا شك أن أصدقاء السوء هم من أهم سبب لبداية الإدمان عند المدمن وأيضاً أن الرغبة فى التجريب والمغامرة فى عالم الإدمان والمخدرات مثير كأن يكسر لديه الملل.
- وربما أيضاً رخص أسعار المخدرات كان لها دور هام مع ملاحظة أن مصروفه الشخصى كان كبيراً بالإضافة إلى التذليل من أسرته والرفاهية التى كان يعيش فيها.
- الأفكار الخاطئة لدى المدمن - حتى قيل إدمانه مثل يجب ان اكون سعيداً دائماً انا أفضل واحد أو يجب أن اكون أفضل واحد فى اصحابى أو فى اسرتى يجب ان اعيش الحياة بشروطى انا دماغى انا.
- السلوكيات الادمانية المبكرة مثل الإفراط فى اللهو والإنفاق والسهر والاحساس الزائد بالنفس - النرجسية الزائفة.
- افتقاد الدعم الأسرى والاجتماعى والروحانى.
- افتقاد للقدرات الشخصية والنفسية للتعامل مع ظروف الحياة المختلفة والمشكلات الشخصية والأسرية.

عيوب المدمن الشخصية:

لا شك أن عيوب المدمن الشخصية كثيرة فالمدخن ذاتى جدا عنيد وعضوب و مندفع وله صفات أخرى كثيرة سينة ولكنه عبر برنامجه العلاجى يستطيع ان يتعرف على هذه الصفات السينة لديه. ويفهمها ثم يبذل قصارى جهده للتخلص منها فإن استطاع التخلص منها بمساعدة الفريق العلاجى فرصته فى التعافى كبيرة وإن لم يستطع وظلت هذه الصفات لديه بعد برنامجه العلاجى فاحتمالات انتكاسته عالية جدا.

دور الأسرة فى حماية أبنائها من الإدمان:

- لا ريب أنه كلما كانت الأسرة حانية على أفرادها غير طاردة لهم - أي أسرة متماسكة مرنة تسمح لأفرادها بالتعبير عن أنفسهم دون خوف كان لذلك مردود طيب على أفرادها ويصب فى خاتمة الصحة النفسية لهم وعلى النقيض.
- إذا كانت الأسرة مفككة بسبب الطلاق أو الانفصال الواقعة بين الابوين كلما كان ذلك ضاغطاً على أفرادها طاردا لهم بحثاً عن شلة مناسبة وانتماء آخر وكذلك الأسرة القاسية أو المحافظة تدفع ابناءها أحياناً إلى التمرد والبحث عن البديل.

ادمان المخدرات وأصدقاء السوء:

- لا شك أن الأسرة هي المناخ الأول لتكوين شخصية الافراد ونوعية العلاقات ودرجة التماسك داخلها ولها كذلك دور كبير فى تكوين أفرادها ولكن لا يجب ان يكون هذا مبرراً للادمان
- فمن أشهر التبريرات المعروفة عند المدمنين واهلهم "انا ادمنت بسبب أصدقاء السوء" ويعتبر هذا التبرير المشهور فاشلاً حيث انه لا يوجد من يرغب على استمراره التعاطى.
- فقد يغرى أحد الاصدقاء الاخر بالتجريب ولكنه بالتأكيد لا يستطيع إجباره على الاستمرار كما لا بدّ أن تدرك الأسرة ان ترك اولادها لاصحاب السوء خطر سيعجزون عن محاربتة واخيراً يلجئون إلى مصحات علاج الادمان التى طالما شهها



كيفية علاج الإدمان؟

علاج الإدمان بصفة عامة سواء الإدمان على المخدرات أو الإدمان السلوكي يحتاج إلى برامج علاج نفسي وتأهيل سلوكي لاستبدال ذلك السلوك السلبي بآخر إيجابي وقد يتم ذلك العلاج من خلال الإقامة في المستشفى في حالة الإدمان على المخدرات أو الإدمان الذي يسبب أضرار جسدية أو من خلال برامج علاج نفسي خارجي في حالات الإدمان التي لا تستلزم إقامة كاملة وتتم رحلة العلاج بعدة خطوات :-

التدخل والإقناع بالعلاج:

أغلب المرضى لا يعترفون بوجود مشكلة الأمر الذي يؤدي بهم إلى رفض العلاج والاستمرار في حياة الإدمان مما يشعر الأهل بالعجز وعدم القدرة على الإقناع، لذا يصبح التدخل الطبي في تلك المرحلة مهم للغاية من خلال فريق نفسي متخصص يتولى إقناع المريض بالعلاج واصطحابه من المنزل للمستشفى بهدوء.

فحص طبي شامل:

يتم إجراء فحص طبي شامل لمعرفة الأضرار النفسية والجسدية المترتبة على الإدمان و اختيار برنامج علاجي مناسب لها ويتم ذلك من خلال علاج الجوانب النفسية والتغيير السلوكي:

تعتبر أهم مراحل العلاج وفيها يتم المرور بعدة خطوات تشمل:

معرفة الأسباب النفسية التي دفعت للإدمان وعلاجها من خلال برامج علاج نفسي فردي تتيح للمريض التعبير عن نفسه ومشاكله بحرية.

التدريب على العيش دون المخدر أو النشاط الإدماني.

التدريب على التعامل مع الضغوط والمشاكل الحياتية التي تدفع للإدمان مرة أخرى.