

سوء مصرف و وابستگی به مواد

(اعتیاد)

مدیریت پیشگیری و درمان

تألیف:

دکتر طهامه هموطن

دکتر ابراهیم واحد

دکتر خلیل علی محمدزاده

فهرست مطالب

مقدمه استاد دکتر سید محمود طباطبائی	۱۱
مقدمه نماینده‌ی مؤلفین	۱۵
فصل اول: اصول کلی سوء مصرف و وابستگی به مواد	۲۱
فصل دوم: الکل (سوء مصرف و وابستگی)	۴۳
فصل سه: آفتامین‌ها	۱۰۹
فصل چهار: کافئین	۱۴۱
فصل پنجم: حشیش (کانابیس)	۱۷۱
فصل ششم: کائین	۱۹۵
فصل هفتم: توهم‌زاها	۲۲۵
فصل هشتم: مواد استنشاقی	۲۴۹
فصل نهم: اختلالات مرتبط با نیکوتین	۲۷۱
فصل دهم: مواد افیونی	۳۰۱
فصل یازدهم: فن‌سیکلیدین	۳۶۵
فصل دوازدهم: آرام‌بخش‌ها و خواب‌آورها	۳۸۵
فصل سیزدهم: استروئیدهای آنابولیزان	۴۱۷
فصل چهاردهم: سایر مواد مورد سوء مصرف	۴۴۱
واژه نامه	۴۷۵
نمایه	۴۸۵
منابع و مأخذ	۴۹۱
توضیح حروف و کلمات اختصاری	۴۹۷

❖ مقدمه استاد دکتر سید محمود طباطبائی^۱

دولت و ملت، همدلی و همزبانی

(مقام معظم رهبری)

ن و القلم و ما یسطرون

خداوند تبارک و تعالی انسان را به علت داشتن تعقل و تفکر و در نتیجه آن قلم و کتابت، نسبت به سایر مخلوقات برتر دانسته و با داشتن این نعمت او را در انتخاب راه و روش و نحوه زندگی کردن و بذلای عمر، مختار دانسته و نهایتاً جوابگو، تا جایی که در مورد تعالی انسان می‌فرماید: **الذی علم بالقلم و رای تکامل این موجود خارق العاده که به عنوان اشرف مخلوقات معرفی گردیده در هر دو مسیر عزت و ذلت جدی قائل نشده است (از اعلا علیین تا اسفل السافلیین)** و رشد آدمی به جایی که بجز خدا نبیند. عامل مهم رسیدن به این دو حالت، میزان بهره‌گیری او از قدرت خدادادی تعقل و اندیشه است.

مطلبی که مولانا به خوبی به آن اشاره کرده و می‌فرماید:

ای برادر تو همه اندیشه‌ای مابقی را استعمال و ریشه‌ای
گر بود اندیشه‌ات گل گلشنی و بود خاری تو همیشه گلخنی

از ابتدای خلقت بعد از پیامبران، معلمین و اساتید مخلوقات برگزیده‌ای هستند که برای رهایی بشر از نادانی و سوق او به سوی تعالی که عامل خوشبختی اوست، مأموریت یافته‌اند. شغل پربرکتی که در پیشگاه خداوند اجر فراوان دارد و پیامبر گرامی ما پاداش معلمین متعهد و خدانشناس را با جمله کوتاه ولی پربرکت و نغز معروف خود (من

^۱ جراح عالیقدر مغز و اعصاب و چهره ماندگار پزشکی که در سوابق ارزشمند اجرایی خود، ریاست دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و ریاست دانشگاه علوم پزشکی آزاد اسلامی واحد تهران را دارد.

علمنی حرفا فقد سیرنی عبدا) به حد اعلاء رسانده است، لذا جا دارد اساتید بزرگوارى که با تلاش خستگی ناپذیر خود در این مسیر خداپسندانه قدم برمی دارند به خود ببالند و مطمئن باشند که خدای تبارک و تعالی براساس نص آیه شریفه ۹۷ سوره مبارکه نحل اجر دنیوی و اخروی وصف ناپذیری برای آنها معین نموده است، آنجا که می فرماید: من عمل صالحاً من ذکر او انشی و هو مومن فلنحیینه حیوة طيبة و لنجزینهم اجرهم باحسن ما کانوا یعملون

اساتید ارجمند گروه پزشکی به علت مسلح نمودن جوانان و دانشجویان محترم رده های مختلف علوم پزشکی به دانشی که ثمره نهایی آن تامین و حفظ سلامت انسان ها می باشد، قطعاً جایگاه ویژه ای دارند. شغل پربرکتی که در ادامه مشاغل انبیاء عظام با اختصاص به بزرگوار اسلام می باشد، بحث سلامت آن قدر اهمیت دارد که کوچکترین خدشه بر آن، زندگی روزمره را دچار مشکل می نماید بطوری که انسان برای ادای بندگی و انجام فرائض تالیفی خود هم نیاز به سلامت دارد تا جایی که بسیاری از تکالیف دینی او درحالت بیماری ساقط می گردد.

اساتید بزرگوار و پرتلاش دانشکده علم پزشکی آزاد اسلامی واحد تهران، سرکار خانم دکتر طهامه هموطن (hamatal1982@yahoo.com)، جناب آقای دکتر ابراهیم واحد (drebrahimvahed@yahoo.com) و همچنین جناب آقای دکتر خلیل علی محمدزاده (dr_khalil_amz@yahoo/hesm.ir) با نگاه ژرف خود، انگشت اشاره به یکی از معضلات مهم اجتماعی جامعه بنام اعتیاد گذاشته اند که متأثر از انواع آن و به فرم های مختلف رو به افزایش است و به شدت سلامت مردم را تهدید می نماید، لذا واجب است دانشجویان عزیز گروه علوم پزشکی با تمام ابعاد و زوایای آن آشنا شوند تا بتوانند در جهت رفع این مشکل مهم، کمک خانواده ها و مدیریت کشور باشند.

عنوان رسا، محتوای غنی و متن شیوا و سلیس کتاب حاضر و فرم تألیف آن که به صورت شرح حال و طرح سوال و پاسخ به آنها نوشته شده، خواننده علاقمند را بیشتر ترغیب می نماید تا با مطالعه کامل آن ضمن افزودن به اطلاعات خود، آمادگی لازم برای شرکت در بسیج همگانی و علمی مبارزه با این بلای اجتماعی پیدا نماید، لذا مطالعه آن را به تمام اساتید توانا و نورچشمیان عزیزم؛ دانشجویان کوشای دانشگاه توصیه می نمایم. امید است با مطالعه و توصیه کردن به نویسندگان محترم برای تکمیل آن زمینه هرچه پر بارتر شدن چاپ جدید آن را فراهم آورند.

اینجانب به نمایندگی از طرف اعضاء هیات رئیسه، روسای دانشکده ها، بیمارستان ها،

مدیران محترم گروه‌ها و همه اساتید، دانشجویان و کارکنان ساعی و فداکار دانشگاه، این موفقیت را به شما همکاران خوبم تبریک گفته و برای شما آینده‌ای توأم با موفقیت و شادکامی در کنار خانواده محترمتان آرزو می‌نمایم.

خدای مهربان یار و مددکار شما باشد.

با احترام

دکتر سید محمود طباطبائی

رئیس دانشگاه علوم پزشکی آزاد اسلامی واحد تهران

www.ketab.ir

مقدمه نماینده مؤلفین

۲۸ ترم است که در واحدهای مختلف گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، سوءمصرف و وابستگی به مواد (اعتیاد) را برای دانشجویان روان‌شناسی بالینی تدریس می‌کنم و سه سال است که پسیکوفارماکولوژی را به استاجرها و انترن‌های دانشگاه آزاد اسلامی (راحت پزشکی تهران) درس می‌دهم و در حال حاضر مشغول طی یک دوره‌ی دو ساله پژوهش در پسیکوفارماکولوژی در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی (دپارتمان فارم کولوژن) هستم و افتخار شاگردی دکتر سید علی ضیائی، استاد فارماکولوژی را دارم. هم‌اکنون در ترجمه و تألیف این کتاب نیز هر کدام کارنامه‌ای درخشان از تدریس و حضور در محافل علمی - اجتماعی برای شناخت و کاهش آسیب‌های اجتماعی ناشی از سوءمصرف مواد دارند.

قصد گزافه‌گویی و خودستایی در رابطه با خرید و همکارانم نیست ولی نتایج مثبت نظرسنجی دانشجویان و نظر مساعد رؤسای گروه‌های مختلف دانشگاهی از جمله روان‌پزشکی، روان‌شناسی و مدیریت بهداشت و درمان را افتخاری برای خود می‌دانیم. ادعایی هم به دانستن همه چیز، در مورد سوءمصرف و وابستگی به مواد نداریم که همه چیز را همگان دانند و لذا خود را نیازمند ارشاد و راهنمایی اساتید این مبحث می‌بینیم.

انگیزه‌ی نگارش این بود که سه کتابی که اینجانب قبلاً در مورد سوءمصرف و وابستگی به مواد نوشته بودم یعنی:

۱. اعتیاد به مضعف‌های مغز

۲. اعتیاد به محرک‌های مغز

۳. طب سوزنی

و کتابی که همکار عزیزم، دکتر خلیل علی‌محمدزاده در زمینه اکستازی، نگارش کرده بود برای تدریس در کلاس‌های درس کافی نمی‌دیدیم. این مجموعه می‌تواند یک کتاب

معتبر برای تدریس در مورد فوق باشد. بخصوص اگر با اقبال سروران و همکاران عزیز روان‌پزشک و روان‌شناس مواجه شود.

بنده خود به تجربه دریافته‌ام، دانشجویان به مطالعه‌ی مطالبی که به صورت سوال و جواب مطرح شده‌اند، مشتاق‌ترند و حفظ و یادگیری آنها برای‌شان آسان‌تر می‌باشد، لذا تمام مطالب کتاب از ابتدا تا انتها به صورت سوال و جواب مطرح شده است و در خاتمه هر مبحث، چندین شرح حال بالینی به عنوان نمونه گنجانده شده است که قطعاً در تداعی و به خاطر ماندن درس کمک مهمی می‌کند.

- شرط اصلی ترک اعتیاد دو چیز است:

۱. اخ‌ص پذیرد که به ماده‌ای وابستگی (اعتیاد) دارد.

۲. به زبان بخوید: "به داد من برسید و به پای خود بیایید."

اگر حتی یکی از شرط فوق، تحقق نیابد اقدام به درمان و امید به نتیجه‌ی مناسب بیهوده است زیرا طبق مثال قدیمی «می‌توان اسبی را با زور پای چشمه برد ولی نمی‌توان او را وادار به نوشیدن آب کرد»

- تلاش‌های قابل‌تحصینی در مورد پیشگیری در درمان سوء مصرف و وابستگی به مواد از سوی وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی و سازمان بهزیستی صورت گرفته که قابل‌تقدیر بوده و منتشر هم شده است. کتب‌های متعددی برای ترک اعتیاد در اکثر شهرها ایجاد شده است و گروه‌های NA (نارمان گمنام) و AA (الکلی‌های گمنام) همگی باری از این معضل را بر دوش دارند و کتب‌های سزاوارانه‌ای کرده‌اند که حائز اهمیت است، اما ذکر دو نکته بسیار مهم است:

- انسان نوعاً عادت دارد برای آنچه آسان و راحت در دسترس قرار می‌گیرد، خیلی حرمت و ارزشی قابل نباشد به قول مولانا:

ای گران جان خوار دیدستی مرا زآنکه بس از راه خریدستی مرا
هر که او ارزان خرد ارزان دهد گوهری طفلی به قرص نان دهد

دیگر آنکه ترک موفق اعتیاد، لازمه‌اش تداوم روان‌درمانی و مشاوره است که اکثراً یا بیمار تمایلی به ادامه آنها ندارد و یا درمانگران کمتر پیگیری می‌کنند.

مثلاً فردی را که در استخری در حال غرق شدن است، اول باید نجات داد و دوم باید برای آنکه در استخرهای مشابهی غرق نشود، فن‌شنا را به او آموزش داد که روان‌درمانی

و مشاوره پس از طی دوره چند روزه‌ی ترک مواد مثل یاد دادن آن فن شناست.
- مواد یا موتور مغز را تند می‌کنند که محرک نام دارند مثل کوکائین، آمفتامین،
حشیش و

- یا موتور مغز را کند می‌کنند که مضعف نام دارند مثل هروئین، تریاک، الکل و
آنها که دچار رخوت و سستی‌اند و یا دنبال کسب هیجان و جوش و خروشدند، سراغ
محرک‌های مغزی می‌روند و آنها که اضطراب و استرس‌های فراوان دارند و طالب آرامش
و ریلکس بودن هستند سراغ مضعف‌های مغز خواهند رفت.

در حالی که نمی‌دانند سوءمصرف و وابستگی به مواد، مشکل را حل نمی‌کند و به
اصطلاح صورت مسئله را پاک می‌کنند در حالی که اصل قضیه پابرجاست درست مثل
اینکه کسی خانه را به سستی جارو بکشد ولی آشغال‌ها را زیر فرش پنهان نماید.
و بعد آنکه زندگی در دنیا، تاوان و به اصطلاح سوبسیدی بنام اضطراب دارد و آرامش
در این دنیا نیست و در آماهایست زیرا اگر انسان روی خود کار کرده باشد و نفس
خویش را مورد سرزنش قرار دهد و کنترل داشته باشد برای آنچه که انجام می‌دهد، یا
می‌گوید یا می‌اندیشد، آرامش نخواهد داشت؛ دائماً در جنگ و تنش است که می‌آد
غفلتی کرده باشد.

و اگر هم اهل محاسبه‌ی نفس نباشد و به اصطلاح، "از هفت دولت آزاد باشد" و هر
چه می‌خواهد بگوید و بکند و بیندیشد باز هم هوای نفس، او را به آن چنان تنش و
هیجانی دچار می‌کنند که رسیدن به آن خواست‌های مادی و دنیایی، آرامش را از او
خواهد گرفت.

نقل است که غزالی هرگز در عمرش به قهقهه نخندید و در پاسخ عارفان می‌گفت:
"کسی که صراط در مقابل اوست و جهنم در کنارش و فرشتگانی که تمام عملکرد او را
ثبت می‌کنند در دو طرفش چه جایی برای شوق خواهد داشت؟"
و مولانا در مورد غزالی چه خوب می‌گوید که:

«غزالی عالم عالمیان بود، اما اگر او را ذره‌ای عشق بودی، چیز دیگری بودی»

آری می‌توان با چنین عشقی به جنگ ازدهای مشکلات رفت.

از	براق	این	زمرّد	هین	دفع	ازدها	کن
گر	ازدهاست	در	ره	عشق	است	چون	زمرّد

و نکته آخر آنکه، باورهای غلط و رایج بسیاری از مردم این است - که برای آنکه نرمال - تلقی بشویم باید شاد باشیم یعنی شادمانی و شوق را معادل سلامت روان تلقی می کنند، حال آنکه این گونه نیست بلکه، ته رنگی از غم و حزن به سلامت عقل و روان نزدیک تر است. و اصولاً توان عقل و خرد و دانایی، غم و در حد اعلای آن افسردگی است چرا که گفته اند: "سراسر جمله عالم را بگردی خردمندی نیایی شادمانه" و تاوان شعور، افسردگی است و دلیل ضمنی آن، این است که عقب ماندگان ذهنی، افسرده نمی شوند!

و خردندان با این باور به دنبال شراب انگور نمی روند که مستی آن در شب شراب به صبح زمار نمی ارزد، بلکه در غلیان وجد به دنبال شراب طهور می روند و این جز با تزکیه نفس و با تسکین روان از تیره گی ها میسر نیست.

در این مجموعه که برای تلاشی بیش از یک سال می باشد، نقش بی بدیل و مؤثر سرور عزیز و دوست داشتم، جناب آقای دکتر خلیل علی محمدزاده، پزشک و دکترای تخصصی مدیریت درمان بهداشتی و درمانی واحد تهران شمال و مدیر گروه مدیریت خدمات بهداشتی و درمانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم پزشکی تهران در نگارش بخش های مختلف کتاب انکار شدن نیست و مساعی خانم دکتر طهمانه هموطن - دکترای تخصصی سلامت روان - که با تلاشی مستمر، نگارش بخش های دیگری از کتاب را به عهده داشته اند، جای بسی سپاس و تشکر دارند.

شایان ذکر است چون این دو عزیز به اتفاق بنده، مؤلفان کتاب بوده ایم از آنجا که نوشتن مقدمه را به عهده ی بنده گذاشته اند ذکر نام شان ضرورت نیست و گر نه در سهم مساوی هر یک از ما در این اثر جای ابهامی نیست.

افتخارمان در این مجموعه به مقدمه ای است که استاد دکتر سید محمود طباطبایی (چهره ماندگار علوم پزشکی در ایران) بر آن نگاشته اند و بدون اغراق در ۳۲ سالی که افتخار شاگردی این بزرگوار را دارم و در ۲۰ سالی که برادر عزیزم دکتر علی محمدزاده افتخار همکاری با ایشان را دارند، او را نمونه ای بی نظیر از صداقت و مهربانی و تلفیقی از علم و ایمان یافتیم و ایشان البته از چهره های برجسته ی علوم پزشکی و جراحی مشهور در شاخه ی مغز و اعصاب نیز به حساب می آیند.

در خاتمه، شرط انصاف است که از سرکار خانم‌ها، نرجس خاتون محبی و نیر زاهدی که در ویراستاری این مجموعه و مراحل تایپ و چاپ، زحمات فراوانی کشیده‌اند سپاس‌مان را ابراز کنیم.

دکتر ابراهیم واحد*

روان‌پزشک و پسیکوفارماکولوژیست

مدرس دانشکده پزشکی

www.ketab.ir

* سایر نویسندگان:

دکتر طهمانه هموطن: Ph.D. روان‌شناسی سلامت و مدرس دانشکده روان‌شناسی

دکتر خلیل علی محمدزاده: پزشک، Ph.D. مدیریت خدمات بهداشتی و درمانی و عضو هیات علمی دانشگاه آزاد

اسلامی واحد تهران شمال