



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گردستان

کمپ ترک اعتیاد



برای دیدن موارد آموزشی ازسایت

بیمارستان صلاح الدین دیدن فرمایید.

تابستان ۱۴۰۳

سم زدایی در اعتیاد چیست؟

سم زدایی دارویی اساسا به معنای توقف مصرف دارویی است که بدن شما به آن عادت کرده است.

علایم ترک مواد مخدر چیست؟

علایم ترک اعتیاد شامل ترکیبی از علایم جسمی و روانی است که بسته به عوامل متعدد از کم تا زیاد متغیر است.

آیا می توانم سم زدایی را در خانه انجام دهم؟

ترک مواد مخدر می تواند به سلامت جسمی و روانی شما تاثیر بگذارد. برای مثال ممکن است علائم، درد و دردهای شبیه آنفولانزا را تحمیل کنید، به علاوه افکار منفی و تحقیر آمیز که ممکن است شمارا از ادامه بهبودی منصرف کند.

چرا باید برای سم زدایی به کمپ ترک اعتیاد مراجعه کنم؟

۱. حمایت جسمی

۲. اقامت گاه های امن و راحت

۳. حمایت عاطفی

چند قدم تارهایی در کمپ ترک اعتیاد

برای رهایی از دام اعتیاد لازم است بدانید از کجا شروع کردید و باید برای ترک اعتیاد چه اقداماتی انجام دهید.

مرحله اول در ترک اعتیاد

قبول واقعیت: پذیرش این مورد است که ما به مواد مخدر اعتیاد پیدا کرده ایم و دنبال مسیری برای بازگشت باشیم.

مرحله دوم مراجعه به کلینیک ترک اعتیاد

در این مرحله شما با مشاوران کلینیک ترک اعتیاد تماس گرفته و مشکل خود را بازگو می کنید.

مرحله سوم برنامه ریزی برای ترک مواد

در این مرحله پس از صحبت با مشاوران شما برنامه شخصی خود را برای ترک مواد مخدر در کمپ ترک اعتیاد خواهید داشت.

اعتیاد به مواد مخدر جسمی است یا روانی؟

اعتیاد به مواد مخدر می تواند باعث وابستگی جسمی و روانی شود. بسیاری از مواد مخدر مانند کوکائین و کتامین عمدتاً توسط اتکای روانی هدایت می شوند. در حالی که داروهایی مانند هروئین و داروهای تجویزی به عنوان وابستگی فیزیکی شناخته شده اند. وابستگی فیزیکی به این معناست که بدن با افزایش تحمل و ایجاد علائم ترک فیزیکی و روانی در زمانی که افراد سعی در ترک آن دارند، با دارو سازگار می شود.



پشتیبانی بعد از ترک اعتیاد مهم است؟

به جرات می توان گفت پشتیبانی و مشاوره هایی که بعد از ترک اعتیاد توسط کمپ ترک اعتیاد ارائه می شود مهم ترین مرحله برای عدم بازگشت و عود اعتیاد می باشد.

ژنتیک می تواند در اعتیاد به مواد مخدر

نقش داشته باشد؟

تحقیقات نشان داده است که ژنتیک در اختلال سوء مصرف مواد نقش دارد. در واقع مطالعات نشان داده که ژنتیک تا ۵۰٪ از خطر اعتیاد افراد به مواد مخدر را تشکیل می دهد. این لزوماً به این معنی نیست که اعتیاد در خانواده ها وجود دارد اما دانشمندان در حال شناسایی و پیوندهای ارثی هستند.

آیا می توانم به تنهایی از اعتیاد به مواد

مخدر خلاص شوم؟

غلبه بر اعتیاد به مواد مخدر بدون دریافت کمک حرفه ای در کمپ ترک اعتیاد بسیار دشوار است. این به این دلیل نیست که شما ضعیف هستید بلکه به این دلیل است که علائم ترک بسیار قوی هستند و حتی قویترین افراد را نیز مستعد عود می کند که می تواند شمارادر معرض خطر مصرف بیش از حد قرار دهد. بنابراین ما به شما توصیه می کنیم که برای ترک اعتیاد به مواد مخدر به دنبال کمک پزشکی باشید.

سوالات متداول که در کمپ ترک اعتیاد

پرسیده می شود:

آیا ترک اعتیاد خطرناک است؟

ترک اعتیاد اگر بدون راهنمایی متخصصین انجام شود به دلیل شدت علائم ترک و احتمال مصرف بیش از حد پس از عود می تواند خطرناک باشد.

اگر موفق شده اید که چند روز بدون دارو بمانید بدن شما از قبل شروع به کاهش تحمل خود کرده است، بنابراین در صورت عود بدن شما ممکن است نتواند مصرف دارو را تحمل کند و ممکن است مصرف بیش از حد اتفاق بیفتد. به همین دلیل است که برای انجام سم زدایی دارویی، جستجوی مشاوره پزشکی و اطمینان از مراقبت مناسب در اطرافتان ضروری است.

ترک اعتیاد چقدر طول می کشد؟

باتوجه به نوع اعتیاد به مواد مخدر و همچنین تفاوت آناتومی بدن هر فرد با فرد دیگر این مدت می تواند متغیر باشد و زمان دقیقی برای ترک تعیین نمی شود ولی معمولاً مدت زمان نرمال بین ۱۰ تا ۲۰ روز در دوره می باشد.