

به نام خداوندی،

که هستی را آفرید،

که اسرار هستی را آفرید،

و انسان را، که در این اسرار غور کند.

سرشناسه: پرسش و پاسخ در مورد سوء مصرف مواد در کودکان و نوجوانان

عنوان و نام پدیدآور: دکتر رومولو ای آرومین Romulo A. Aromin

100 Questions & Answers About Your Child's Substance Abuse

مترجم: محمد احمدی

چاپ دوم: ۱۴۰۱

مشخصات نشر: نیوند

قیمت: ۱۱۴۰۰۰۰ ریال

مشخصات ظاهری: ۲۵۱ صفحه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۹۳۱-۶-۳

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۵ آ ۹۴/س RJ۵۰۶

رده‌بندی دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۶

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۴۲۲۱۵۶۰

پرسش و پاسخ

در مورد سوء مصرف مواد در کودکان و نوجوانان

دکتر رومولو ای آرومین

ترجمه

محمد احمدی

ویراستار

محسن سلطانی محمدی

نشر نیوند

وابسته به نشریه پژوهشهای روان‌شناسی

۱۴۰۱

www.neevandpub.ir

پیش و پاسخ

در مورد سوء مصرف مواد در کودکان و نوجوانان

دکتر رومولوای آرومین

ترجمه

محمد احمدی

ویراستار

محسن سلطانی محمدی

نوبت چاپ: دوم، ۱۴۰۱

شمارگان: ۲۰۰ نسخه

چاپ: دیجیتال آبنوس

قیمت: ۱۱۴۰۰۰ تومان

مدیر تولید: پریسا فرجی

طراحی جلد و صفحه‌آرایی: پریسا فرجی

نشر نیوند

وابسته به نشریه پژوهشهای روان‌شناسی

نشانی: تهران / اتوبان کردستان / بعد از پل حکیم / ف ۲۷ غربی / ۵۲ متری اول / ف ۲۵ / شماره ۱۸ / ط ۲

تلفن: ۸۸۱۳۵۰۸۵۸

تقديم به

.

.

.

.

پدر و مادرم. خانواده‌ام.

و همسرم زیبا

فهرست مطالب

۱۱

مقدمه

۱۷

بخش اول: موضوعات اولیه

سؤال‌های ۱-۱۲ موضوعات و مسائل اولیه‌ی سوء مصرف مواد در نوجوانان را معرفی می‌کنند:

۲۲

* آیا امتحان کردن مواد توسط کودکان عادی است؟

۲۶

* چگونه می‌توانم سوء مصرف مواد فرزندم را تشخیص دهم؟
باید مراقب چه رفتارهایی باشم؟

۳۳

* در صورتی که دخترم مشکل مصرف مواد داشته باشد، آیا راه ساده‌ای برای سؤال کردن از او در مورد مصرف مواد وجود دارد؟

۴۷

بخش دوم: عوامل خطر

سؤال‌های ۱۳-۲۵ عوامل خطر رایجی که با مشکلات سوء مصرف مواد کودکان رابطه دارد را توضیح می‌دهند، مانند:

-
- ۵۸ * برخی از اعضای خانواده‌ی من قبلاً و نه اکنون، مواد مصرف می‌کردند. آیا این مسئله نقشی در مصرف مواد توسط فرزند من دارد؟
- ۶۱ * من دوستی دارم که پسرش مبتلا به اختلال ADHD است و همچنین، به‌خاطر سوءمصرف مواد مشاوره دریافت می‌کند. آیا پسر او به دلیل اختلال ADHD اش بیشتر از سایرین در معرض خطر سوءمصرف مواد قرار دارد؟
- ۶۲ * آیا رابطه‌ای بین اختلال دوقطبی و سوءمصرف مواد وجود دارد؟
- ۶۹ * آیا دلایلی که موجب شروع مصرف مواد می‌شوند همان دلایلی هستند که موجبات تداوم مصرف مواد را فراهم می‌کنند؟

۷۱ بخش سوم: مصرف استروئید در نوجوانان

سؤال‌های ۲۶-۲۹ نحوه‌ی مصرف استروئیدها و بهترین راه جلوگیری از گرفتار شدن فرزندان در مصرف استروئیدها را مورد بررسی قرار می‌دهند:

- ۷۵ * پسر من عضو تیم‌های ورزشی مدرسه است. او به‌عنوان یک ورزشکار ممکن است با چه نوع داروها و موادی مواجه شود؟
- ۷۸ * دوز معمول و دوره‌ی زمانی لازم برای عمل کردن استروئیدها چقدر است؟
- ۸۰ * علائم نشان‌دهنده‌ی سوءمصرف استروئید چیست؟
-

سؤال‌های ۴۲-۳۰ در مورد انواع فراوانی از داروها بحث می‌کنند که معمولاً توسط نوجوانان سوء مصرف می‌شوند:

- ۸۷ * شنیده‌ام که پسر من از داروی آدرال متعلق به همکلاسی‌اش استفاده کرده است. باید نگران این موضوع باشم؟
- ۸۹ * چرا امروزه سوء مصرف داروی تجویزی به عنوان یک مشکل تلقی می‌شود؟
- ۱۰۱ * به نظر می‌رسد دختر دوستم از چیزی در خانه رنجیده و عصبانی می‌شود. آیا دوست من باید نگران این موضوع باشد؟
- ۱۰۲ * اثرات و خطرات مواد و داروهای کلویی چیست؟

سؤال‌های ۶۰-۴۳ در مورد نحوه‌ی تشخیص سوء مصرف مواد، از جمله آزمایش مواد و بسته‌های غربالگری توضیح می‌دهند:

- ۱۱۵ * سوء مصرف مواد چگونه تشخیص داده می‌شود؟
- ۱۲۵ * آیا آزمون‌های دیگری وجود دارد که مربوط به فرایند تشخیص سوء مصرف مواد باشد؟
- ۱۴۰ * مواد تا چه مدت در بدن باقی می‌مانند؟ حقیقت دارد که ماری‌جوانا حدود یک ماه در بدن باقی می‌ماند؟

سؤال‌های ۸۹-۶۱ اطلاعات مهمی در مورد نحوه‌ی درمان مشکلات سوءمصرف مواد فرزندان و بهترین راه پیشگیری از بازگشت را ارائه می‌دهند.

۱۵۶ * هدف درمان پسر چیست؟

۱۶۱ * چگونه می‌توانم پی ببرم که فرزندم به چه میزان درمان نیاز دارد؟

۱۷۹ * چگونه می‌توانم بخشی از درمان فرزندم باشم؟

۱۸۵ * پیشگیری از بازگشت چیست؟

۲۱۷ واژه‌نامه

۲۳۱ منابع

مقدمه

بیماری‌های کمی بیشتر از سوء مصرف مواد والدین را به وحشت می‌اندازد. اما برخلاف سایر اختلالات که ممکن است برای کودک و خانواده‌اش مخرب و آسیب‌زا باشند، به نظر می‌رسد اعتیاد بیش از حد مبهم و به نوعی فردی است. ما کجا اشتباه کردیم؟ او چگونه این همه مدت بدون اینکه ما بفهمیم مواد مصرف می‌کرد؟ چه شد که او به مصرف مواد روی آورد؟ بسیار خب، من حاضریم بپذیرم که چه اتفاقی

افتاده است، آیا این گونه می توانم کمک کنم؟ یا اینکه حتی باعث می شوم اوضاع بدتر شود؟

در مورد سایر بیماری های جسمانی و روانی، والدین برای مشاوره معمولاً به متخصصان پزشکی روی آورده و انتظار راهنمایی دارند و معمولاً از توصیه های متخصصان پیروی می کنند. فرایند دقیق طراحی یک دوره ی درمان توسط یک پزشک، اثرات درمانی برجسته ای، هم برای کودک و هم برای والدینش دارد. متأسفانه، زمانی که بحث پیگیری، تشخیص و درمان اختلالات مصرف مواد به میان می آید، انتظار بسیار کمتری از جامعه ی پزشکی داریم.

از یک سو مطمئن نیستیم که چیز زیادی در مورد خود بیماری می دانیم. هم جامعه ی علمی و هم مردم عامی، دیدگاهشان را در مورد علت "درست" اعتیاد دائماً تغییر می دهند. در دهه ی ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ تمام دیدگاه ها در مورد علل اعتیاد پیرامون والدگری بود، در دهه ی ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰، ما به کشفیات بزرگی در زمینه ی ژنتیک نایل گشتیم، و

در طول دهه‌ی گذشته، تا حد زیادی به سمت اختلالات روانپزشکی همبود از جمله اختلال استرس پس از سانحه، اختلال دوقطبی، اختلال کمبود توجه - بیش فعالی، و اوتیسم جذب شده‌ایم. به تازگی، بررسی و تأمل در مورد سیستم خانواده، هم برای پیشگیری و هم برای درمان، مجدداً مورد توجه قرار گرفته و ما را دوباره به دنیای والدینمان وارد کرده است. دانشمندان اکنون می‌دانند که تشخیص اینکه چه عواملی موجب می‌شوند که کودکی به مواد روی بیاورد و دیگری سالم باقی بماند، نسبتاً پیچیده است. تعدادی از تعیین‌کننده‌های زیست‌شناختی، روانشناختی و اجتماعی وابسته به هم، بر لذت، پاداش، انگیزش، و مدارهای نورونی - مغزی حافظه تأثیر می‌گذارند که منجر به آسیب در کنترل رفتاری، میل و هوس، و کاهش توانایی فرد در تشخیص مسائل مهم زندگی‌اش می‌شوند.

از سوی دیگر، پزشکان بسیار کمی با آموزش مناسب، برای درمان مصرف مواد در کودکان و نوجوانان وجود دارند. در طول ۱۰ سال گذشته انجمن روانپزشکی و عصب‌شناسی آمریکا به کمتر از ۲۵۰ روانپزشک، در

زمینه‌ی فوق تخصص روانپزشکی اعتیاد، مجوز رسمی اعطا کرده است. علاوه بر این، تعداد انگشت‌شماری از این پزشکان دارای مجوز رسمی در درمان کودکان و نوجوانان هستند. در میان این گروه برگزیده از متخصصان، دکتر رومولو آرومین^۱ یکی از بهترین‌هاست.

کتابی که در دستان شماست پاسخ‌های ساده و روشن دکتر آرومین به سؤالات هر والدی در مورد پیشگیری، شناسایی، و درمان سوء مصرف و وابستگی به مواد است. بر اساس دانش وسیع و تجربه‌ی بالینی ایشان، دکتر آرومین دانش پزشکی فعلی ما را در یک مجموعه‌ی کوچک از رهنمودهای عملی و قابل درک برای والدین خلاصه کرده است. در کنار توضیح در مورد مواد و داروهای دروازه^۲، به ما نشان می‌دهد که چگونه می‌توانیم به بهترین شکل با فرزندانمان در مورد ماری‌جوانا صحبت کنیم، استروئیدهای آنابولیک^۳ - آندروژنیک^۴

1. Romulo Aromin

2. gateway drugs (مثل سیگار)

۳. عضله‌ساز

۴. مردانه‌ساز

[هورمون‌های شبه‌تستوسترون] و قرص‌های تجویزی را که بارها و بارها مورد سوء مصرف قرار می‌گیرند به تفصیل توضیح می‌دهد، در مورد خطرات بالقوه‌ی آزمایش مواد در خانه اخطار می‌دهد، و در مورد مؤثرترین درمان‌های فعلی نیز مشاوره می‌دهد. دکتر آرومین از زبان حرفه‌ای پزشکی اجتناب کرده و یک زبان ساده را برگزیده است. با این حال همیشه یک سبک و سیاق دقیق و موافق با اصول علمی را حفظ کرده است. او پیشنهاد‌های ساده و صریحی را بدون خجالت کشیدن و امتناع از سؤالات سخت، ارائه می‌دهد. در پایان، پاسخ‌های داده شده به سؤالاتی که در این کتاب بدان‌ها پرداخته شده است، یک راهنمای شخصی برای عبور از مرداب‌های خطرناک و اغلب تیره و تاریک سوء مصرف مواد در نوجوانی را شکل می‌دهد. شفافیتی که از کار دکتر آرومین پدیدار می‌گردد هم بسیار قابل دسترس است و هم قویاً قابل تقدیر و ستایش است.

پتروس لونیس