



المجلس القومي للمرأة
THE NATIONAL COUNCIL FOR WOMEN

الشائعات وأنواع المخدرات

مستخلص من مبادرة معاً لنبقي
البرنامج التوعوي للمقبلين علي الزواج
والمتزوجين حديثاً



#سر_قوتك

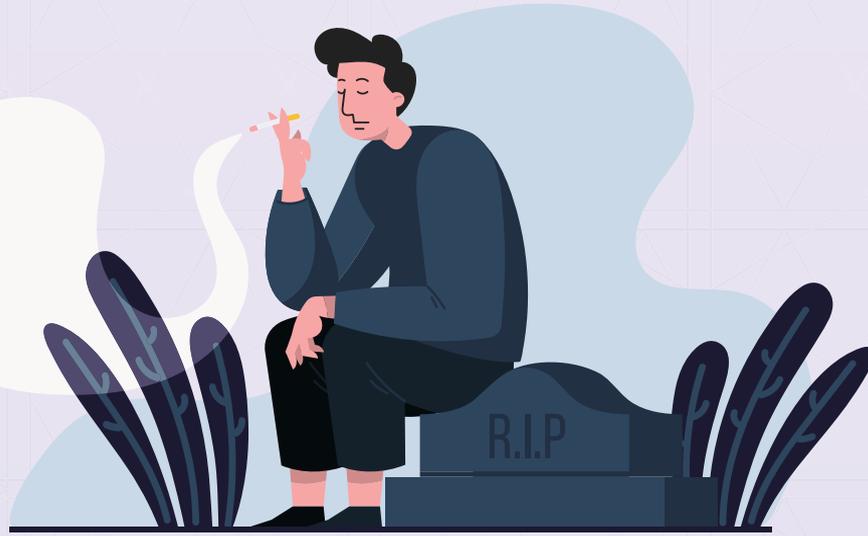
معاكفي



اتصل على
15115
للحصول على الدعم القانوني النفسي الاجتماعي

مكتب شكاوي المرأة
أحنا معاكي

عام ٢٠١٦ كان بداية فكرة اتولدت جوا لجنة الشباب بالمجلس القومي للمرأة. فكرة إطلاق مبادرة وطنية للمقبلين على الزواج والمتزوجين حديثا، هدفها حماية الأسر من التفكك والحد من ظاهرة الطلاق التي بدأت تنتشر في السنوات الأخيرة. وخلال احتفالية المرأة المصرية في مارس ٢٠١٧ أعلن السيد رئيس الجمهورية عام ٢٠١٧ عاما للمرأة المصرية وكمان ناشد الحكومة إنها تتبني مبادرات لدعم الأسرة المصرية . وحماية كيانها .. لأن الاسرة هي نواة المجتمع اللي لو صلحت وتماسكت يبقى احنا أكيد هنكون في مجتمع سليم وسوي وفي عام المرأة بدأ تنفيذ برنامج **معا لنبقى** وكان هدفه الأساسي تعميم السلام المجتمعي من خلال إننا نتعلم إزاي نتقبل الاخر مهما كان مختلف عننا لإن الاختلاف بالاساس هو رحمة، وإزاي نستفيد من اختلافنا ونخليه حاجه إيجابية ونلحقه قبل ما يتحول من اختلاف لخلاف، واننا نتعرف على نفسنا ونفكر إزاي نحاسب نفسنا قبل ما نحاسب الاخر، نتعلم إيه هي حقوقنا وإزاي نطالب بيها بلطف وحيادية وواقعية ، وإيه هي التزاماتنا وإزاي نأديها ومنقصرش فيها، والمبادرة اتعلمنا فيها برضو يعني إيه حب وإيه هي أنواعه وإزاي تحب شريكك وتوصل له الحب دا بالطريقة اللي تسعده مش بطريقتك إنت، اتعلمنا إن أولادنا أمانة في إدينا وإن الخلفة مسئولية مشتركة وتربية الأطفال محتاجه مذاكرة واتعرضنا كمان في المبادرة للمشاكل اللي ممكن تحوم حوالينا وحوالين ولادنا منها التمر والتحرش والعنف الأسري اللي بنمارسه على بعض من غير ما ناخذ بالنأ منه ولا من نتايجه.



الاشاعات والمفاهيم المغلوطة بتلعب دوي كبير في وقوعنا في معظم العادات السيئة والتي منها الادمان وتعاطي المخدرات. الفصل ده بيعرفنا على انواع المخدرات المختلفة باختلاف اثارها السلبية علينا والاشاعات اللي بتخلينا نصدق ان المخدرات حل لمشاكل كتيره بتواجهنا.

لكن في الحقيقة المخدرات عمرها كانت حل لاي مشكلة في حياتنا.. بالعكس دي كانت بداية النهاية لناس كتيره قوي.

خلونا نتعرف علي انواع المخدرات حديثا ومدى انتشارها واثارها ...

الترامادول هو أحد المسكنات القوية وهو عقار شبه أفيوني ويستخدم الترامادول لتسكين الألم الحادة والقوية وخاصة التي تعقب العمليات الجراحية او الحوادث الشديدة ويستخدم للسيطرة على آلام الأعصاب و المفاصل و العمود الفقري.

الأثار السلبية لتعاطي الترامادول (أضرار الترامادول)



- الترامادول يؤثر على مستقبلات خاصة فى المخ المسئولة عن الشعور بالألم و إستقبال مؤثراته .
- الترامادول يعمل عن طريق تفعيل مستقبلات المواد الأفيونية الموجودة فى المخ وعندما يعمل الترامادول ينتج الاندورفين فتعمل هذه المستقبلات على تخفيف الالام.
- استخدام جرعات زائدة من الترامادول يسبب إغلاق بعض المستقبلات الافيونية فى المخ وخفض كمية الاندورفين مما يؤدي الى الاكتئاب .



إستخدام الترامادول لفترات طويلة أو بجرعات عالية و دون تذكرة طبية أو إستشارة الطبيب يؤدي الى الأتى:

(صداع مستمر - دوار ونعاس وخلل فى النوم - رعشة - عصبية وتوتر عصبى ونفسى وميل الى الانتحار-حكة تشبه نوبات الحساسية الشديدة - زغلة و خلل فى الرؤية - إرتفاع مستوى السكر فى الدم- فقدان فى الوزن و ضعف وهزال)

العلامات الداله على تعاطى الترامادول

إحمرار خفيف الى متوسط فى الجلد ، حكة وهرش فى الجلد ، ضيق حدقة العين ، شحوب فى الوجه ، التنفس ببطء ، رعشة فى اليدين، الترنح فى المشى ، تعرق من متوسط الى غزير، التحدث بلسان ثقيل ، اهمال المظهر الشخصى والنظافة الشخصية ، الشعور بالدوخة والتقيؤ ، فقدان فى الوزن و ضعف ونوبات صرع وتشنج عند الاستمرار فى التعاطى لفترات طويلة

تغيرات تظهر على متعاطى الترامادول (تظهر للاسرة والمحيطين به):

ضعف فى الذاكرة ، ثقل فى اللسان و تاتاه فى الكلام ، ضعف فى التركيز، ثقل فى الاطراف و بطء فى الحركة ،العزلة و الشعور بالخوف، الكذب المستمر، حركات و تصرفات غير مناسبة ، نوبات من الصرع والتشنجات ، فقدان الشهية، التعرق ، زيادة معدل التدخين ، السهر لفترات طويلة، اسهال او امساك مع الام فى المعدة ، الاستمرار فى التعاطى يصيب الشخص بالكتئاب و يكون هناك ميل للانتحار

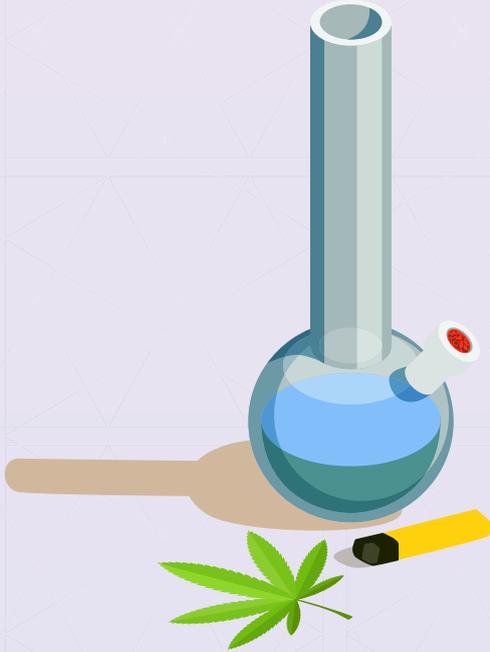
الحشيش مخدر نصف تخليقي يصنع من القمم الزهرية لنبات الحشيش (البانجو- الماريجوانا) و يتم تعاطيه عن طريق التدخين بخلطه بتبغ السجائر أو المعسل. يصنف الحشيش على أنه من المهلوسات حيث يحتوى على مادة THC التى تتراكم فى المخ فتسبب الهلوسة كما أن له أضرار شديدة على الجهاز العصبى.

الأثار السلبية لتعاطى الحشيش (أضرار الحشيش)

إحمرار دائم فى العين و انفجار فى الشعيرات الدموية للعين- إنخفاض فى ضغط الدم - أمراض الجهاز التنفسى- تشوة الاجنة والاجهاض بالنسبة للسيدات- أمراض القلب- تعاطى الحشيش يؤدي الى ضعف فى الجهاز المناعى - ضعف القدرة الجنسية.

وللحشيش مضاعفات خطيرة منها

الاكتئاب والقلق والاضطراب فى النوم-الكسل و البلادة و انعدام الحافز واضطراب فى السلوك - ضعف فى التركيز- خلل فى ادراك المسافة والزمن وعدم القدرة على السيطرة على الالات والمركبات مما يعرض السائقين المتعاطين للحشيش لأخطار الحوادث.



العلامات الداله على تعاطى الحشيش:

إحمرار ملحوظ بالعين ، رعشة فى اليدين ، عدم التركيز و الوعى ، الكلام غير موزون ، عدم التوازن فى المشى - خلل فى ادراك المسافات

علامات تظهر للاسرة والمحيطين به:

ضعف عام بالجسم انخفاض ملحوظ بالوزن ، الوحدة والرغبة فى الابتعاد عن الجميع ، الاصابة بالمسالك وأحيانا بالاسهال ، ضعف شديد فى الذاكرة وعدم القدرة على التركيز ، عدم التحكم فى الوقت أو المسافات .





٣- الهيروين

الهيروين مخدر نصف تخليقي يصنع من المورفين المستخرج من الأفيون الناتج من كبسولات نبات الخشخاش الهيروين ويعتبر إدمان الهيروين من أشد أنواع الإدمان و أخطرها على الإطلاق.

الأثار السلبية لتعاطي الهيروين (أضرار الهيروين) :

- اضطرابات في الوظائف العقلية
- اضطراب في النوم نتيجة الخلل في مراكز اليقظة بالمخ
- ارتفاع ضغط الدم المفاجئ او انخفاض ضغط الدم المفاجئ
- الإصابة بمرض الايدز و الالتهاب الكبدي الفيروسي سى نتيجة التعاطي عن طريق الحقن
- ضعف القدرة الجنسية
- التعاطي عن طريق الاستنشاق يسبب ثقب فى الحاجز الانفى مما يتسبب فى فقدان حاسة
- الجرعات الزائدة من الهيروين تؤدي الى الوفاة.

العلامات الداله على تعاطى الهيروين

إحمرار فى الجلد ، حكة و هرش فى الجلد ، وجود آثار حقن وندبات فى اماكن الحقن ، ضيق حدقة العين ، التنفس ببطء ، تعرق غزير ، رعشة فى اليدين و بعض انحاء الجسم ، رشح ملحوظ وغير مبرر بالانف و احمرار مستمر بالانف فقدان فى الوزن و ضعف و هزال .

تغيرات تظهر على متعاطى الهيروين للاسرة والمحيطين به:

ضعف فى الذاكرة ، ثقل فى اللسان و تاتاه فى الكلام ، التمايل و الدخول فى حالة بين النوم و اليقظة ، ثقل فى الاطراف و بطء فى الحركة



هى أعشاب نباتية داكنة اللون او خضراء و أحيانا تشبه التبغ مرشوشه ب مواد كيميائية مصنعة تسمى قنبات مصنعة ولها تأثير مشابه للحشيش الطبيعى ، وقد تفوقه فى التأثيرات الخطيرة على الجهاز العصبى المركزى. ولها عدة مسميات مثل الفودو - الاستروكس- السبايس- الكى تو.

القنبات المصنعة لها تأثير مشابه لتأثير الحشيش بسبب المركبات الصناعية التى تشابه القنبات المصنعة ولكن أثبتت الأبحاث العلمية أن مخدر السبايس (الفودو) له تأثيرات أخرى غير موجودة لدى مستخدمى الحشيش الطبيعى .

الأثار السلبية لتعاطى القنبات المصنعة (أضرار القنبات المصنعة):

القيء والإعياء- فقدان التركيز والانفصال عن الواقع والهزيان والهلوسة حيث يشعر مستخدم الفودو بزيادة مفاجئة فى الطاقة- كالشعور بالنشوة وفتح الشهية، والكسل، والشعور بالبلادة واللامبالاة،

وثقل الأطراف، والتنميل، والبارانويا، بالإضافة إلى سرعة خفقان القلب، والقيء، وبعض حالات الإغماء، والخوف الشديد من الموت، والشعور بالاحتضار. السكتة القلبية والتشنجات- الفشل الكلوى- تليف الكبد - زيادة فى معدل ضربات القلب- ارتفاع فى ضغط الدم- تعاطى مخدر الفودو له أعراض إنسحابية خطيرة و قد تكون قاتلة



المفاهيم والاشاعات المغلوطة الخاصة بثقافة المخدرات وكيفية مواجهتها

وقد يتعرض الأبناء لبعض الأفكار أو الشائعات المغلوطة الخاصة بثقافة المخدرات مما يستوجب من الاسرة الرد على هذه الشائعات لطريقة علمية ومنطقية

هل ترتبط المخدرات بخفة الظل وقبول الشخصية؟

إن تعاطي المواد المخدرة لا يرتبط بخفة الظل وقبول الشخصية كما تروج له بعض الأعمال الدرامية، ويرجع هذا الاعتقاد إلى أن تعاطي المواد المخدرة يعمل على بطء عملية الاستيعاب، وفقدان الوعي والإدراك، وعدم التركيز. الأمر الذي يُظهر المتعاطي أو المدمن في صورة الشخص غير المهتم بالمشكلات ويواجه الصعوبات بشيء من البلاهة وانعدام المسؤولية.

هل تعاطى الحشيش والبانجو لا يسببان الإدمان؟

وهو مفهوم خاطئ منتشر بين بعض الشباب من أجل الترويج لهذه الأنواع من المواد المخدرة. غير أن التعاطي المستمر للحشيش والبانجو يعد بالفعل إدماناً، فالإدمان يمر بعدة مراحل أساسية أولها التجربة، ثم التعاطي بمعنى تناول المخدرات على فترات متقطعة وفي مناسبات معينة، ثم مرحلة الإدمان بمعنى الاعتماد النفسي والجسدي على المادة المخدرة بصورة تؤدي إلى تناولها بشكل مستمر وبانتظام وبدون توقف. خاصة وأن الحشيش والبانجو لهما العديد من الأعراض الإنسحابية النفسية والتي تشعر الفرد بالرغبة في تناولهما والاعتماد النفسي عليهما. وعلاوة على ذلك فإن للحشيش والبانجو أضراراً عديدة تتجاوز أضرار العديد من المخدرات الأخرى.





هل ترتبط المخدرات بإثبات الذات (القبول المجتمعي)؟

يعتقد البعض أن المخدرات تساعد على التخلص من الشعور بالقلق والتوتر، مثل قول أحدهم: «بتخلي الواحد قوي وشجاع ويقدر يعمل أي حاجة»، أو أنها من باب مجازاة الأصدقاء والتجاوب مع الشئلة، وهنا يتضح الحرج الذي يشعر به الشاب من اعتبار رفضه لتناول المخدرات أحد مظاهر الضعف وعدم القدرة على التواصل مع أصدقائه.

إن هذا المفهوم الخاطئ يتردد بين المتعاطين لإقناع أنفسهم بأن هذه المواد تقوم بدور في تحسين الحالة النفسية والتخفيف من الضغوط عن طريق الاعتماد على عامل خارجي مؤقت يوهمهم بتحقيق نوع من التوازن النفسي الداخلي.

وسرعان ما يختفي التأثير الوهمي لهذا العامل ويصطدم الفرد بواقعه مما يزيد الضغط النفسي والعصبي لديه لدرجة قد تدخله في مرحلة المرض النفسي المزمن.

ولنتذكر دائماً أن تحقيق الذات يرتبط - بالأساس - بقدرة الإنسان على تحمل المسؤولية على أرض الواقع ومواجهة الضغوط بشجاعة وبمنهج تفكير منظم ومنطقي. كما أن المشاركة الفعالة للفرد في مجتمعه بممارسة أنشطة مختلفة اجتماعية وثقافية ورياضية... إلخ تساهم في تطوير قدراته ومملكاته من جانب وبناء مجتمعه المحيط من جانب آخر بما يحقق بالأساس إحساسه بذاته وبمكانته.



هل يزيد تعاطي المخدرات من القدرة على التركيز؟

وهو المفهوم الذي ينتشر بين طلاب المرحلة الثانوية والجامعية خاصة في فترة الامتحانات، لكن الحقيقة أن تعاطي المنشطات والعقاقير النفسية لا يساعد أبداً على التركيز والتحصيل الدراسي.

فبالرغم من أنها قد تزيد من قدرة الفرد على السهر وإتاحة مساحة زمنية له لاستذكار دروسه، لكن سرعان ما ينهار الجهاز العصبي لهذا الشخص، ويفقد قدرته على استرجاع المعلومات بشكل طبيعي، ويترتب على ذلك حالة من التبلد وضعف حاد في التركيز والذاكرة.

هل يساعد تعاطي المخدرات على نسيان الهموم والمشاكل؟

ارتبط تعاطي المخدرات لدى البعض بأنه يساعد على التغلب على مشاكل الحياة اليومية وضغوطها، ويمنح الشعور بالسعادة والمرح.

مثل بعض المقولات: «المخدرات بتعمل دماغ»، «بتخلي الواحد مفرفش».

لكن لجوء الشباب لتناول المخدر هو تخدير وهمي ومؤقت لإحساسه بالقلق والتوتر والإحباط وبالتالي الشعور المزيف بتجاوز الأزمات، فهذا الشخص يتخذ سلوك الإنسحاب كحل أساسي في مواجهة المواقف نظراً لوجود سمات سلبية في الشخصية لا تقوى على مواجهة مشكلاتها في الواقع. فالخطوة الأولى لحل أي مشكلة هو امتلاك شخصية ايجابية قادرة على مواجهتها وتحديد أبعادها بشكل منطقي سليم ثم اتخاذ القرار المناسب لمعالجتها. ولا حرج من التشاور مع الأشخاص ذوي الثقة من الأسرة أو الأصدقاء.



هل المخدرات تعمل على زيادة القدرة البدنية؟

تنتشر هذه الشائعة بين أصحاب المهن والحرف التي تحتاج إلى قدرة بدنية عالية وساعات عمل طويلة مثل العاملين بالورش والمصانع، وكذلك السائقين حيث يلجأ بعضهم للمخدرات ظناً منهم أنها تساعد على التركيز في القيادة لساعات طويلة.

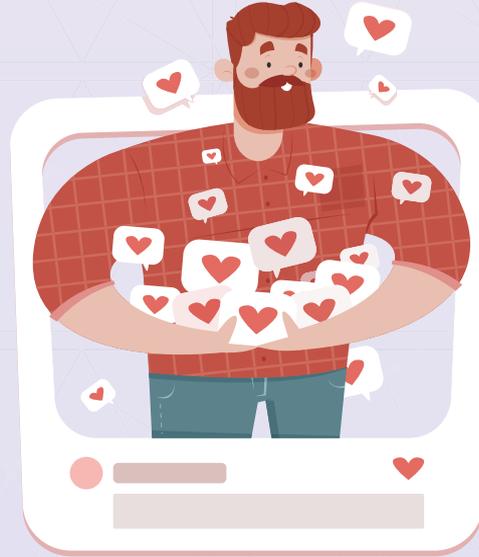
ولكن الدراسات أثبتت أن (١٥:٣٠%) من حوادث العمل يرجع سببها إلى التعاطي، كما أن تعاطي المخدرات أثناء القيادة يؤدي إلى فقدان القدرة على التركيز وتقدير المسافات وإدراك الزمن، ويسبب تراخي العضلات وضعف القدرة الذهنية بشكل عام. مما يتسبب في وقوع العديد من حوادث الطرق التي يعاني مجتمعنا منها بشدة في الفترة الحالية وينتج عنها آلاف الضحايا سنوياً.



هل تساعد المخدرات على زيادة القدرة الجنسية؟

ينتشر هذا التصور بشكل كبير بحثاً عن الفحولة وزيادة القدرة الجنسية، حيث يفكر العديد من الشباب في ليلة الزواج في الحصول على المخدرات اعتقاداً منهم بأنها تزيد من قدرتهم الجنسية.

غير أن هذا المفهوم لا يستند إلى أي حقيقة علمية، والواقع أن وهم تحسن الأداء الجنسي في بداية التعاطي يرجع إلى اختلال الوعي، وفقدان الإحساس بالزمن، ولذلك يتوهم الشخص أنه أمضى في عملية الممارسة الجنسية وقتاً طويلاً. والحقيقة هي على العكس تماماً حيث تؤكد الحقائق العلمية أن تعاطي المخدرات يساهم في زيادة حالات الضعف الجنسي والعقم.



تم إعداد المحتوى العلمي لهذا الكتيب تحت مظلة برنامج **«القضاء على العنف ضد النساء والفتيات وإتاحة خدمات أساسية عالية الجودة»** الذي أطلقته هيئة الأمم المتحدة للمرأة في مصر. عام ٢٠١٥، بالشراكة مع المجلس القومي للمرأة وبدعم من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية. وهو إحدى البرامج التأسيسية لهيئة الأمم المتحدة للمرأة في إطار المبادرة العالمية حول **«منع العنف ضد النساء والفتيات والحصول على الخدمات الأساسية لإنهائه»**. ويساهم البرنامج في تحقيق الهدف الخامس من أهداف التنمية المستدامة: **«تحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين جميع النساء والفتيات»**، ولا سيما الغاية ٥.٢ التي تسعى إلى **«القضاء على جميع أشكال العنف ضد النساء والفتيات في المجالين العام والخاص، بما في ذلك الاتجار بالبشر والاستغلال الجنسي»**.

تم تصميم هذا الكتيب بدعم من الاتحاد الأوروبي تحت مظلة برنامج «تمكين المرأة والشمول المالي والاقتصادي في ريف مصر: الاستجابة لكوفيد١٩»

تنويه:

محتوى هذا الكتيب هو مسؤولية المجلس القومي للمرأة ولا يمكن بأي حال أن يعتبر انعكاسًا لرؤي الاتحاد الأوروبي أو هيئة الأمم المتحدة للمرأة أو الأمم المتحدة أو أي من المنظمات أو الهيئات التابعة لها.

أ. دينا حسين

عضو المجلس القومي للمرأة
رئيسة لجنة الشباب بالمجلس القومي للمرأة

إعداد

أ/ أحمد عبد الغنى

مشرف البحوث والدراسات بصندوق
مكافحة وعلاج الإدمان والتعاطي

أ. د/ احمد الكتامي

مشرف الخط الساخن بصندوق مكافحة
وعلاج الإدمان والتعاطي

info@ncw.gov.eg ✉

<http://ncw.gov.eg> 🌐

11 شارع عبد الرزاق السنهورى- متفرع من مكرم عبيد- مدينة نصر
القاهرة- مصر 📍

02 23490060 📞

01007525600 📞

للتواصل مع مكتب شكاوي المرأة: 15115 📞