

## با روشهای درمان اعتیاد آشنا شویم

سم زدایی و پاک کردن مواد افیونی از بدن نخستین گام برای بیمارانی است که وارد برنامه های درمان و توانبخشی ترک اعتیاد میشوند. به همراه آن باید بیمار به شرکت فعال در گروههای خودیاری و درمان های غیر دارویی تشویق شود چرا که سم زدایی تنها در دراز مدت با موفقیت چندانی همراه نخواهد بود.

سم زدایی به شیوه های ساده با داروهای مسکن و آرام بخش و نیز به اشکال پیچیده که نیاز به بستری شدن و بیهوشی دارد امکان پذیر است.

### سم زدایی سرپایی

در این روش از داروهایی استفاده می شود که باعث رفع برخی از علائم ترک میشوند (مانند کلونیدین-بوپرنورفین و ...). به همراه این داروها از داروهای ضد افسردگی -داروهای ضد درد غیر مخدر -داروهای ضد تهوع و داروهای خواب آور نیز استفاده میشود. با توجه به اینکه مصرف هر کدام از داروهای ذکر شده فواید و عوارض خاص خود را دارد نظارت حرفه ای و تخصصی در طول انجام سم زدایی ضروری است.

### سم زدایی سریع:

در موارد مقاوم، در افراد جوان و در افرادی که از سایر روشهای درمانی فایده نبرده اند از این روش با کمک امکانات بیهوشی و مراقبت های ویژه و بستری شدن بیمار، سرویس های تخصصی دارویی ارائه میشود.

### سم زدایی فوق سریع:

در کسانی که به سایر روشهای سم زدایی مقاوم بوده و تحمل علائم شدید ترک را نداشته و یا قادر به تکمیل کردن برنامه های ترک نبوده اند، از این روش استفاده می شود. در این روش ابتدا بیمار تحت بیهوشی سبک قرار میگیرد و در طول این مدت (۵ الی ۶ ساعت) با کمک داروهای ضد افیونی، مواد افیونی از بدن بیمار پاک شده و تنها برخی بیماران ممکن است پس از اتمام بیهوشی علائم خفیف ترک را تجربه کنند. البته در برخی دیگر تا ۷۲ ساعت کماکان احساسات درد و ناخوشی ادامه خواهد داشت. پس از سم زدایی با هر کدام از روشهای فوق برای پیشگیری از عود دو کار اصلی باید انجام گیرد:

۱- استفاده از داروی پیشگیری از عود (نالتروکسون)

۲- درمان های غیر دارویی

برای شروع داروی پیشگیری از عود (نالتروکسون) حتما دوره سم زدایی باید به اتمام رسیده باشد.

## درمان های غیر دارویی

### گروه درمانی

امکان صحبت در مورد مشکلات و بررسی و بحث و تبادل نظر در مورد مسائل مربوط به فرایند درمان را فراهم می کند. بعضی معتقدند گروه درمانی بهترین روش برای درمان معتادان است.

### خانواده درمانی

پیرامون هر فرد معتاد خانواده ای در رنج است. در درمان یا ادامه اعتیاد خانواده نقش بسزایی دارد

### درمان های شناختی، رفتاری

در این روش که بر مبنای یادگیری شکل گرفته است، بر توانایی انسان براموختن رفتارهای سازگار و ناسازگار و چگونگی تغییر آن تاکید میشود.

### روان درمانی روان پویشی

در این روش به انگیزه های فردی، ارتباطی و اجتماعی که در طی دوران رشد برای فرد حادث شده و زمینه ساز پیدایش اعتیاد شده است اشاره میشود.

### گروه خودیاری معتادان گمنام (NA)

گروههایی هستند که توسط خود معتادان به منظور حمایت از یکدیگر، گفتگو، راهنمایی و ارائه راه حل تشکیل میشود. این گروهها فاقد درمانگر بوده و خود معتادان آنها را اداره میکنند. در این گروهها بر مسئولیت خود فرد در ارتباط با اعتیاد تاکید میشود. این گروه بر اساس دوازده قدم و دوازده سنت که نماینگر قاعده و اصول این گروههاست، اداره میشود.

### جامعه درمان مدار (TC)

برنامه هاي اقامتي طولاني مدتي هستند كه ۹ تا ۱۲ ماه طول ميكشند و بر مبناي خود ياري اند.

منبع :  
اداره پيشگيري و درمان سوء مصرف مواد(معاونت سلامت وزارت ،بهداشت،درمان و آموزش پزشكي)