

مجموعه کتابهای راهنمای خانواده‌ها

راهنمای درمان نگهدارنده بامتادون و بوپرنورفین (برای خانواده‌ها)



راهنمای درمان نگهدارنده بامتادون و بوپرنورفین (برای خانواده‌ها)

مؤلفین:

دکتر رامین رادفر

(مدیرعامل موسسه اندیشه، فرهنگ و سلامت روزبه)

دکتر حامد اختیاری

(عضو هیأت علمی پژوهشکده علوم شناختی)

دکتر آذرخش مگری

(عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران)

دکتر علی فرهودیان

(عضو هیأت علمی دانشگاه بهزیستی و توانبخشی)

باهمکاری

دکتر سعید صفاتیان، دکتر بهروز دولتشاهی و دکتر مجید توجهی

تصویرگر:

علی میرایی



✓ فهرست مطالب

- چرا این کتاب نوشته شده است؟ ۴
- چرا شما باید این کتاب را مطالعه کنید؟ ۶
- اعتیاد چیست؟ ۷
- مواد مخدر و عوارض جانبی آن را بشناسید..... ۱۲
- معتاد به مواد مخدر کیست؟ ۱۴
- دنبال مقصر نگردید! ۱۵
- نقش شما به عنوان خانواده بیمار در درمان اعتیاد بیمار تان چیست؟ ۱۷..
- تفاوت درمان نگهدارنده و اعتیاد چیست؟ ۲۲
- درمان نگهدارنده فقط دریافت دارو نیست! ۲۵
- متادون چیست؟ ۲۶
- بوپرنورفین چیست؟ ۲۷
- طول مدت درمان نگهدارنده چقدر است؟ ۲۸
- تغذیه بیماران در حال درمان نگهدارنده چگونه باید باشد؟ ۲۹
- مشکلات طبی شایع بیمار ان ۳۱
- دوز منزل چه زمانی به بیمار شما داده می‌شود؟ ۳۴
- مسافرت در حالی که بیمار تحت درمان در خانواده وجود دارد ۳۷
- تست از بیمار شما کی گرفته می‌شود؟ ۳۹
- عوارض شایع متادون و بوپرنورفین چه هستند ۴۱
- موارد اورژانسی که باید بدانید..... ۴۶
- اگر فرد دیگری هم در خانواده مصرف کننده مواد باشد ۴۸
- وجود فرد مصرف کننده مواد چه مخاطراتی برای دیگران دارد؟ ۵۰
- نقش خانواده‌ها در روابط بین فرزندان و افرادمصرف کننده ۵۲
- چگونه از اعتیاد در دیگر اعضای خانواده پیشگیری کنید؟ ۵۴
- اگر بیمار شما لغزش کرد چه باید بکنید؟ ۵۷
- ختم درمان چه زمانی است و نقش شما پس از خاتمه درمان چیست؟... ۵۸
- رازداری مرکز در قبال خانواده بیمار و دیگران..... ۵۹
- ۱۰ نکته کلیدی که باید انجام دهید ۶۰
- ۱۰ نکته کلیدی که نباید انجام دهید ۶۲

چرا شما باید این کتاب را مطالعه کنید؟

اگر این کتاب به شما معرفی شده است معنی آن این است که احتمالاً یکی از نزدیکان شما تحت درمان نگهدارنده می‌باشند و یا تصمیم دارد که درمان نگهدارنده را شروع نماید، بنابراین لازم است شما نکاتی را در این باره بدانید. برای روشن شدن اهمیت مطالعه این کتاب اجازه بدهید یک یادآوری از خاطرات گذشته داشته باشیم.

به عنوان پدر، مادر، و یا یکی از نزدیکان بیمار فرد مصرف کننده مواد احتمالاً به یاد دارید که در جلسات اولیا و مربیان دعوت می‌شدید تا با مسائل و مشکلات مدرسه و تربیت فرزندتان و پیشرفت تحصیلی او آشنا شده و کمکی برای مدرسه در فرآیند تحصیل فرزندتان باشید اگرچه متولی اصلی آموزش مدرسه بوده است نه شما! می‌دانیم که پدران و مادرانی که در طول تحصیل فرزندانشان مشارکت بیشتری با مدرسه داشته و به توصیه های معلمین عمل می‌کرده اند نتیجه بهتری در تحصیل فرزند خویش مشاهده نموده اند.

فرآیند درمان فرزند یا همسران نیز همچون تحصیل او فرآیندی است که اگر چه شاید به نظر برسد متولی اصلی آن کلینیک درمانی می‌باشد ولی بدون مشارکت و درگیر شدن شما در فرآیند های مختلف درمان، هیچگاه نتیجه مطلوبی به دست نمی‌آید و یا به عبارت بهتر با مشارکت شما به مراتب نتایج بهتری در درمان به دست می‌آید.

شما به عنوان مصرف کننده مواد و یا خانواده مصرف کننده مواد از طرق گوناگون نظیر تبلیغات روزنامه، شبکه های ماهواره ای، افراد سابقاً مصرف کننده، دوستان و آشنایان در معرض اطلاعاتی درباره انواع مختلف درمان اعتیاد هستید که معمولاً همگی نیز به شما اطمینان کامل می‌دهند که این روش قطعی است و از همه روش های دیگر بهتر است و چه نیست!

مشکل اینجاست که بسیاری از اطلاعات ارائه شده در شیوه های مختلف، جعلی و مبتنی بر تحریف واقعیت می‌باشند. این کتابچه تلاش دارد تا با استفاده از منابع مختلف حداقل اطلاعاتی را که لازم است درباره درمان نگهدارنده بدانید، به شما ارائه دهد. ما در یک فرصت محدود، اما با نهایت دقت ممکن تلاش کرده‌ایم که این اطلاعات و آموزشهای لازم را در اختیار شما قرار دهیم.

آیا تمامی بخشهای این کتاب می‌بایست در یک روز مطالعه شود؟ نه! شما می‌توانید این کتاب را مرحله به مرحله و در طی چندین روز مطالعه نمایید. اما فکر کردن در مورد آموزشهای این کتاب و تلاش برای اجرای آنها، حتماً از مطالعه این کتاب مهم‌تر است.



موسسه دانش اعتیاد و روان شناسی ایرسا و مجموعه ای از مراکز درمانی همکار در شهرهای مختلف، دوره‌های آموزشی برای خانواده‌های بیماران برگزار می‌نمایند که شرکت شما در این کلاسها می‌تواند آموزشهای این کتاب را تکمیل نماید. برای اطلاع بیشتر از این کلاسها با شماره های موسسه ایرسا تماس بگیرید. البته شرکت در این کلاسها ضروری نیست و مطالعه دقیق همین کتاب، بسیاری از نکاتی که شما باید به کار گیرید را به شما آموزش می‌دهد پس در این کتاب با ما همراه باشید...

بنابر این شما به عنوان فرد یا افرادی که بیشترین تعامل را با بیمار در طی شبانه روز دارید نقش غیر قابل انکاری در فرآیند درمان بیمار خود باید ایفا کنید. مهمترین این اقدامات به صورت خلاصه عبارتند از:

- همراه بیمار خود و تیم درمان باشید نه مقابل آنها!
- تنها نباشید، شما هر چقدر هم قوی باشید در فرآیند درمان بیمار خود نیاز به کمک و همراهی دیگر اعضای خانواده دارید.

- انتظار خود را از تیم درمان و بیمار به صورت کاملاً واقع بینانه مشخص کنید، انتظار معجزه نداشته باشید.
- تصور نکنید فقط کمک در پرداخت هزینه درمان وظیفه شما است.
- در جلسات مشاوره، مرتباً شرکت نموده و در همراهی با بیمار و عمل به توصیه های مشاور درباره رفتارهای خودتان و بیمار کوتاهی نکنید.

- نظارت کافی بر بیمار و همراهی لازم برای تسهیل آمد و شد او به مرکز درمانی برای دریافت دارو داشته باشید.
- مطالعه منابع مختلف و تلاش برای یادگیری مفهوم اعتیاد و انتظار از درمان را فراموش نکنید.
- علائم مسمومیت با مواد، دارو و یا هر اتفاق خطرناک دیگر را بدانید و مطمئن شوید می دانید در شرایط خطرناک چه اقدامی باید بکنید.

- اصراری برای خروج بیمار از درمان خصوصاً درمان نگهدارنده نداشته باشید.
- برای دریافت دوز منزل داروی بیمار خود به تیم درمان فشار نیاورید.
- از تهدید، التماس، و یا دادن پاداش برای درمان به بیمار اکیدا خودداری کنید.
- تلاش کنید تا حد امکان بیمار از موقعیت های پر خطر دوری گزیند.

- تلاش کنید به هیچ عنوان فرزندتان درگیر فعالیت های مرتبط با تهیه، آماده سازی و مصرف مواد نشود.
- نظارت بر فرزندتان، دوستانش و محیط هایی که رفت و آمد دارد را فراموش نکنید، با مدرسه او به طور مرتب در تماس باشید.
- با مشاور و روانشناس مرکز درمانی در ارتباط باشید و از او در مورد نحوه برخورد با فرزندانتان را سوال نمایید.

در هر حال توجه داشته باشید اگر نوجوان بتواند سالهای نوجوانی خود را بدون مصرف الکل، سیگار کشیدن و مصرف مواد روانگردان سپری کند شانس اینکه در بزرگسالی سالم و پاک بماند به شدت افزایش می یابد. شما باید با کودکان و نوجوانان خود در باره عواقب منفی تجربیات مصرف مواد، الکل و سیگار کشیدن صحبت کنید و بدین گونه حتی می توانید جان فرزند خود را نجات بدهید!!



ختم درمان چه زمانی است و نقش شما پس از خاتمه درمان چیست؟

درباره زمان ختم درمان در فصول پیشین به تفصیل صحبت شده است، نکته اضافه بر آن این است که شما باید تغییر را در بیمار خود احساس کنید. این تغییر باید در حیطه های مختلف فردی، خانوادگی، شغلی و اجتماعی باشد. به عبارت دیگر تا زمانی که تغییری مطلوب و ثابت در حیطه های مختلف زندگی فرد ایجاد نشده زمان خروج از درمان نرسیده است.

لازم است بدانید فرآیند خروج از درمان نیز نباید و نمی‌تواند ناگهانی باشد و باید به صورت تدریجی دوز بیمار کاهش یابد.

اصرار برای خروج از درمان و یا تسریع فرآیند خروج از درمان اقدامی است که بیشترین ضرر آن اول به بیمار و بعد به شما می‌رسد. بنابراین در این موارد سعی کنید به تصمیمی مشترک با تیم درمان و بیمار برسید.



مجموعه کتابهای راهنمای خانواده‌ها

راهنمای درمان نگهدارنده بامتادون و بوپرنورفین (برای خانواده‌ها)

