



راه های مقابله و پیشگیری از اعتیاد فرزندان :

- ✓ بروی دوستان فرزندان نظارت کنیم . کجایمی روند؟ جگایمی کنند؟
- ✓ کانون خانواده را به فضای مهر و محبت و عاطفه تبدیل کنیم
- ✓ همراه با فرزندان ورزش و تفریح کنیم و با آنها دوست باشیم .
- ✓ بافرزند خود راجع به مسائل زندگی مشورت و به آنها بها دهید .
- ✓ فضای خانواده را آرام کنیم تا فرزندان نیازی را در خانه یابد.
- ✓ به فرزند خود مسئولیت و وظیفه نقشی اجتماعی واگذار کنیم
- ✓ مقبولیت افراد معتاد آشنا را نزد خانواده زیر سوال ببریم
- ✓ امکانات ورزشی و تفریح را برای سرگرمی فرزندان مهیا کنیم .
- ✓ از مصرف مواد توسط عضو خانواده نزد فرزندان خودداری کنیم
- ✓ باکسی که مصرف سیگار و مواد را تبلیغ می کند محکم برخورد کنیم
- ✓ سعی کنیم در قبال رفتار اشتباه فرزند او را راهنمایی کنیم نه تنبیه!
- ✓ در صورت امکان باوالدین دوستان فرزندان ارتباط داشته باشیم
- ✓ از حضور فرزندان در محیط های پرخطر جدا خودداری کنیم .
- ✓ نگاه و نگرش فرزندان به مواد مخدر را منفی و خطرناک تغییر دهیم.
- ✓ اعتقادات دینی و مذهبی را در فرزندان رشد داده و تقویت کنیم.
- ✓ اگر در حل مشکلات موفق نبودیم حتما به مشاور مراجعه نماییم .

بسیاری از نوجوانان اعتیاد را در منزل دوستان آغاز میکنند. فرزند شما کجاست؟

شیشه و عوارض آن :

این ماده مخدر به رنگ سفید و بی بوست و در بین مصرف کنندگان به نام های مختلفی از جمله کلاس ، کریستال ، آیس و یخ و متامفتمین معروف است . علت نام گذاری این ماده به شیشه بخاطر شبیه بودن پودر این ماده به خرده شیشه بوده و از حل شدن در آب و الکل مزه تلخ و تیزی می گیرد . راه های مصرف شیشه بصورت خوراکی ، تزریقی ، کشیدنی و تدخینی می باشد که متداولترین و آسانترین شیوه مصرف آن به روش تدخینی با وسیله ای به نام پایپ که شبیه چق است می باشد .



علل گرایش به شیشه و تغییر نوع مصرف از مواد مخدر به مواد محرک :

مصرف راحت (مصرف در زمان کوتاهتر و بدون بوی بد نسبت به سایر مواد مخدر) ، قیمت مناسب ، افزایش شدید میل جنسی ، دسترسی راحت ، عدم اطلاع رسانی عمومی به موقع (تریاک و هروئین نامی آشنا و هراسناک برای مردم و جوانان می باشد) ، نداشتن اعتیاد جسمی با وجود ایجاد اعتیاد شدید روحی ، شاداب و بیدار نگه داشتن شخص (برخلاف تریاک و هروئین که باعث خماری و خواب آلودگی می شود) ، سود بسیار مناسب مالی برای تولید کنندگان و قاچاقچیان

نشانه های کوتاه مدت و بلند مدت مصرف شیشه :

تحریک پذیری ، افزایش میل جنسی بخصوص در بانوان ، گشاد شدن مردمک چشم و اختلال در خواب ، آشفتگی ذهنی ، گیج و منگ شدن ، پرحرفی و خوشبینی و مهربانی بلافاصله پس از مصرف ، افزایش انرژی ، اعتماد به نفس بسیار بالای مصرف کننده و دست زدن به رفتارهای پرخطر ، افزایش دامنه توجه و کاهش خستگی ، تهوع و استفراغ ، افزایش فعالیت ، خشمگین شدن پس از گذشت مدت زمان زیادی از مصرف ، کاهش اشتها ، اضطراب و تنش ، اختلال قضاوت ، تنفس تند ، تند یا کند شدن و یا بی نظمی ضربان قلب ، افزایش شدید دمای بدن ، ضعف عضلانی ، کاهش یا افزایش فشار خون ، میل به مصرف زیاد دخانیات پس از مصرف ، تشنگی بسیار زیاد از نشانه های مصرف شیشه می باشد .

روزی دور از چشم شما به فرزندان مواد تعارف میکنند برای آن روز چه اندیشیدید

آثرات مخرب مصرف شیشه بر مصرف کننده :

سوءظن و بدگمانی ، توهم (به معنای دیدن یا شنیدن آنچه که وجود ندارد) ، بی نظمی و اختلال خلق ، فعالیت های حرکتی بیش از اندازه و تکراری ، سکنه مغزی ، کاهش وزن ، ابتلا به هیپاتیت C و B و ایدز از طریق تزریق ، نقص مادرزادی ، زایمان زودرس و یا مرده زایی بدلیل مصرف در دوران بارداری ، کاهش علائق ، کاهش مسئولیت پذیری و توجه در امور خانوادگی ، شغلی و تحصیلی اختلال شدید در عملکرد درجه پروستات و دفع همزمان ادرار و اسپرم در مردان ، کوچک شدن بیضه ها به همراه درد شدید و تضعیف قوای جنسی ، آسیب های شدید گبدی و جوش های صورت ، و قطع مصرف آن موجب : افسردگی ، اضطراب ، خستگی ، سوء ظن ، پرخاشگری و اشتیاق شدید برای مصرف مجدد ماده ، سر دردهای شدید ، بی قراری ، لرزش و حرکات غیرعادی اعضاء بدن مثل دست و سر از حالات آن است .

هشدار !!!!!!!!!!!!!!! به جملات زیر بیشتر فک کنید :

- ✓ اعتیاد با هر نامی / به هر شکلی / در هر جایی و به دست هر کسی عرضه م شود . هوشیار باشیم!
 - ✓ به خاطر بسپاریم : مصرف نکردن مواد بسیار آسانتر از ترک آن است .
 - ✓ یک دام بزرگ : برای فراموشی مشکلات ، مصرف مواد را تجربه کن .
 - ✓ درهای ورود اعتیاد : کنج گاو و کسب لذت / ماجراجویی / فشار دوستان / فرار از اضطراب / تفریح و سرگرمی ...
 - ✓ اگر مصرف سیگار فرزندان را پذیرفت هاید ، برای اعتیاد او به مواد خطرناکتر آماده باشید .
 - ✓ ترسو ! کلمه ای که بارها هنگام نه گفتن به تعارف مواد خواهید شنید .
 - ✓ باور نادرستی که خیلی ها را معتاد کرد : اگر ظرفی داشته باشی مصرف تقریبی معتادت نمی کند .
 - ✓ درهای ورود به اعتیاد بسیارند . اعتیاد امروز پشت کدام در منزلتان به کمین نهشته است؟
 - ✓ برای برقراری ارتباط با دیگران بهتر است مهارت های زندگی را فرا گیریم
- گردآورنده : اکرم رضایی - کارشناس ارشد روانشناسی مرکز اکبر آباد