

نشرة إعلامية من سلسلة "العلاقات الأسرية الوثيقة" Strong Bonds الوالدون: المعالجة الخاصة بالمخدرات والكحول

هناك عدد من الأساليب المختلفة لمعالجة مشكلات المخدرات والكحول. وقد يحتاج الشاب إلى مدة من الوقت لكي يجد وسيلة المعالجة الملائمة له.

فبعض الشباب الذين اعتادوا على المخدرات والكحول يخضعون لبرامج علاجية كثيرة قبل أن يتعافوا كلياً.

برامج لمرحلة الإنسحاب

ويُتوقع من الشباب المنخرطين في هذه البرامج أن يشاركوا في العمل وتمارين اللياقة البدنية والبرامج الترفيهية إضافة إلى علاج فردي وجماعي مكثف.

أما مدة البرامج فتتفاوت من شخص لآخر، وبعضها قد يدوم لغاية السنتين. ومعظمها يستوجب خضوع الشاب أولاً لبرنامج تخفيف أعراض الإنسحاب قبل أن يدخل مرحلة العلاج الطويل الأمد.

الإرشاد والتوجيه

يقدم اختصاصيون في المجال الصحي الإرشاد لمعالجة مشكلات المخدرات والكحول، في مراكز إرشادية خاصة بالمخدرات والكحول، أو في مراكز الصحة المجتمعية، أو في خدمات البلدية وخدمات الشباب.

ويستطيع المرشدون أن يعملوا مع الناس لمساعدتهم في:

- تعلم طريقة وقائية لاستخدام المخدرات
- اتخاذ قرار حول أفضل البرامج العلاجية الملائمة لهم إذا كانوا يريدون التوقف عن تناول المخدرات أو الكحول.
- مواجهة المشكلات التي قد تسهم في تعاطيهم للمخدرات أو تناول الكحول.
- تعليمهم وسائل للتغلب على التوتر النفسي.
- مساعدتهم في إدخال تغييرات في حياتهم والثبات فيها.

الإرشاد والخدمات الإمدادية في حالات التشخيص الثنائي

يقدم الموظفون المختصون بالتشخيص الثنائي المشورة والمساندة للأشخاص الذين يعانون من مشكلات في الصحة العقلية والنفسية والمخدرات والكحول.

برامج دعم مجموعات المساعدة الذاتية

تقدم المجموعات مثل جمعية "الكحوليين المجهولين" و"متعاطي المخدرات المسكينة المجهولين" دعماً جماعياً لمتعاطي المخدرات والكحول، وهي متاحة في معظم المناطق في أنحاء أستراليا.

ويقوم بتقديم الدعم والمعلومات أشخاص عانوا بأنفسهم في الماضي من مشكلات متعلقة بالمخدرات والكحول، ويجد البعض حضور هذه المجموعات مفيداً بحيث يساعدهم في الابتعاد عن المخدرات أو الكحول بشكل دائم.

الخدمات المتاحة للعائلات

تساعد برامج لمرحلة الإنسحاب الشباب في تقليل تعاطي المخدرات وتناول الكحول بطريقة سليمة، وتُعرف أحياناً ببرامج "تطهير الجسم من السموم" ('detoxification') أو بالكلمة الإنجليزية المختصرة ('detox').

قد تستمر هذه البرامج لمدة 21 يوماً في مركز للعلاج أو مستشفى أو تحت الإشراف في المنزل، وتقدم عادةً ما يلي:

- الدواء لتخفيف أعراض الإنسحاب
- الدعم المعنوي والإرشاد النفسي
- المعلومات عن العلاج طويل الأمد
- وتقدم أيضاً بعض البرامج التبدليك أو الأعشاب أو الوخز بالأبر للمساعدة في تخفيف أعراض الإنسحاب.

مادة الميثادون و"المعالجات البديلة الأخرى"

تتعلق هذه المعالجات المعروفة بـ"المعالجات البديلة" باستبدال المخدر المحظور كالهيريويين بمخدر آخر كالميثادون أو البوبرينورفين الذي يستمر مفعوله لمدة أطول ويعطى تحت المراقبة الطبية.

والهدف من هذه المعالجات هو تقليل اشتهاؤ المخدرات أو الكحول ومساعدة الشاب على الإستقرار في حياته.

وعادة لا تعطى هذه المعالجات إلا إذا كان الشاب يتعاطي المخدرات بكثرة لمدة من الزمن ولم تنجح معه البرامج العلاجية الأخرى.

يستطيع بعض أطباء الصحة العامة إعطاء هذه المعالجات أو يمكن الحصول عليها من مراكز معالجة المخدرات والكحول أو من المستشفيات في منطقتكم المحلية.

برامج التأهيل في مراكز سكنية

تقدم هذه البرامج علاجاً طويلاً الأمد في بيت أو وحدات سكنية، غالباً ما تكون في مناطق ريفية، وهي مخصصة للفئات التالية:

- الشباب الذين يعانون من مشكلات خطيرة في الإدمان
- الشباب الذين يحتاجون للإبتعاد عن حياتهم اليومية لكي يتمكنوا من البدء بمرحلة جديدة من حياتهم.

نشرة إعلامية من سلسلة "العلاقات الأسرية الوثيقة" Strong Bonds والوالدون: المعالجة الخاصة بالمخدرات والكحول

إذا كنتم تشعرين بأن ابنكم الشاب معرض لخطر تناول جرعات مفرطة، فتدربوا على الإسعافات الأولية، إذ يعتبر ذلك فكرة حسنة.

← إرشادات من النشرة الإعلامية

- من السائد جداً أن يقوم الناس بعدة محاولات للإنقطاع عن تعاطي المخدرات، ومن كل تجربة يكتسبون شيئاً ما.
- ليس هناك حلّ سريع لهذه المشكلة
- إن التوقف عن تعاطي المخدرات أو تناول الكحول بشكل فجائي قد يكون خطراً. فعندما يكون الشاب مستعداً لتخفيف المخدرات أو الإنقطاع عنها تأكدوا من حصوله على مساعدة طبية.
- هناك عدة أساليب مختلفة لمعالجة مشكلات المخدرات أو الكحول، وقد يستغرق ابنكم الشاب مدة من الزمن ليجد الوسيلة الملائمة لمعالجة.
- هناك برامج علاجية كثيرة حالياً تتمتع بعلاقات وثيقة مع وكالات مجتمعية متعددة الثقافات، وبعضها قد قام بتوظيف أشخاص يتحدثون أكثر من لغة واحدة، ويتحدثون من أصول غير إنجليزية.

← النشرات الإعلامية المتعلقة بالموضوع

- المخدرات والكحول: الأمور التي يستطيع الأهل القيام بها
- الحصول على المساعدة الصحيحة والمناسبة
- نموّ المراهقين
-

تتوافر في العديد من المناطق مجموعات للمساعدة الذاتية لأفراد عائلات متعاطي المخدرات. وتشمل مساعدة الأسرة للتعامل مع مشكلة المخدرات Family Drug Help والأنون Al-Anon وبرامج التوعية الخاصة بالأهل.

وتتوافر أيضاً خدمات الإرشاد العائلي للأشخاص المتأثرين جراء تعاطي أبنائهم للمخدرات أو تناول الكحول. أنظروا قسم "المصادر المفيدة" أدناه.

خدمات تراعي الثقافة والعادات

قد يصعب على الناس المتحدثين من خلفيات غير ناطقة بالإنجليزية الحصول على خدمات علاجية للمخدرات والكحول، تكون متناسبة مع عاداتهم وتراعي ثقافتهم. إن الحكومة بذلت جهودها في الأعوام الأخيرة لتغيير هذه الحال.

فقد قامت برامج علاجية كثيرة حالياً ببناء علاقات شراكة مع وكالات مجتمعية متعددة الثقافات وبعضها قد قام بتوظيف أشخاص يتحدثون أكثر من لغة واحدة، ويكونون من أصول غير ناطقة بالإنجليزية.

ويفترض أن تتمكن بلديتكم المحلية من تزويدكم بمعلومات عن الخدمات العلاجية التي توظف عاملين ينتمون إلى نفس الخلفية الثقافية أو التي تتعامل مع خدمات دعم ملائمة تراعي ثقافتكم وعاداتكم.

التعافي يستغرق مدة من الوقت

إذا كان ابنكم يتعاطي المخدرات أو يتناول الكحول بكثرة لمدة طويلة، فقد يستغرق انقطاعه عن هذه المواد وقتاً طويلاً.

فبعض الشباب الذين اعتادوا على المخدرات والكحول يخضعون لعدة برامج علاجية قبل أن يتعافوا بشكل تام. فتحلوا بالصبر، إذ ليس هناك أي حلّ سريع لهذه المشكلة.

لا تشجعوا ابنكم على الإنقطاع الفجائي عن المخدرات أو الكحول مرة واحدة إذا كان يتناولها بكثرة، لأن التوقف عنها فجأة يمكن أن يكون خطراً.

عندما يكون ابنكم الشاب مستعداً لتخفيف المخدرات أو الإنقطاع عنها تأكدوا من الحصول على مساعدة طبية ومن وجود من يعينهم على التوقف عن المخدرات بأسلم طريقة ممكنة.

الطوارئ

يجب عليكم دائماً أن تتصلوا بثلاثة أصفار "000" إذا كنتم قلقين من احتمال تناول ابنكم لجرعة مفرطة، مثلاً إذا أصيب بصعوبة في التنفس، أو إذا انهار أو غاب عن الوعي.

نشرة إعلامية من سلسلة "العلاقات الأسرية الوثيقة" Strong Bonds الوالدون: المعالجة الخاصة بالمخدرات والكحول

← مصادر مفيدة

أولياء الأمر والعائلة - فكتوريا

هيئة الخدمات الاجتماعية العربية (Arabic Welfare Inc.)

تقدّم المعلومات والإحالة

هاتف: 03 9380 9346

بريد الكتروني juliesidhom@arabicwelfare.org.au

موقع الإنترنت www.arabicwelfare.org.au

هيئة الخدمات الاجتماعية العربية في فكتوريا VASS

تقدّم المعلومات والإحالة

هاتف: 03 9309 0055 الإنترنت www.vass.org.au

العلاج والدعم - فكتوريا

يونايٲينغ كير مورلاند هول (Uniting Care Moreland Hall)

خدمة سكنية وغير سكنية تساعد الأشخاص في مرحلة

أعراض الإنسحاب عند الإنقطاع عن المخدرات

والكحول، خدمات الإرشاد والتوعية والمساندة.

هاتف: 9386 2878

موقع الإنترنت www.morelandhall.org

مركز معالجة المخدرات والكحول

Turning Point Alcohol & Drug Centre

هاتف (03) 8413 8413

موقع الإنترنت: www.turningpoint.org.au

برنامج "كونكشنز" للإرشاد والإمداد الخاص

بالتشخيص الثنائي

Connexions Dual Diagnosis Counselling & Outreach Program

الخدمات اليسوعية الإجتماعية

1 Langridge Street

Collingwood Victoria 3066

هاتف: (03) 9415 8700

← مصادر مفيدة

خدمات ومعلومات في أنحاء أستراليا

DirectLine

إرشاد ومشورة وإحالة على مدار 24 ساعة

هاتف 1800 888 236

الرابطه الأسترالية لمعلومات المخدرات، لائحة بخدمات

المعالجة. موقع الإنترنت

http://www.adin.com.au/content.asp?Document_ID=38

معلومات عن المخدرات للناس من ثقافات متعددة

موقع الإنترنت <http://www.druginfo.adf.org.au/>

كتيبات لتوعية الأهل بشأن المخدرات

وزارة التعليم والتدريب

متاحة بـ 21 لغة

هاتف: (03) 9637 3752

معلومات عن فيروس نقص المناعة البشرية HIV والإيدز

والفيروس الكبدي فئة سي. متاحة بـ 10 لغات

www.multiculturalhivhepc.net.au

قاعدة بيانات عن الخدمات المتعددة الثقافات

إبحثوا من خلال المنطقة، الضاحية/المدينة أو الرمز

البريدي: <http://www.eccv.org.au/>

وحدة الحصول على مصادر ومعلومات متعددة الثقافات:

منشورات ومراجع أخرى واسعة عن مواضيع متعلقة

بالصحة، بلغات عديدة www.health.wa.gov.au/home/

مركز الثقافة والإثنية والصحة

معلومات صحية للشباب <http://www.ceh.org.au>

Strong Bonds
Jesuit Social Services
PO Box 1141
COLLINGWOOD VIC 3066

الخدمات الإجتماعية اليسوعية

هاتف: (03) 9415 8700

بريد الكتروني: info@strongbonds.jss.org.au

موقع الإنترنت: www.strongbonds.jss.org.au

