

سلامت نوجوانان: سوء مصرف داروهای نسخه ای

بسیار خوب است که والدین درباره خطرات سوء مصرف داروهای نسخه ای با فرزندان خود صحبت کنند. داروهای نسخه ای به داروهایی گفته می شود که پزشک ها تجویز می کنند. میزان سوء مصرف داروهای نسخه ای در میان نوجوانان بسیار بیشتر از مواد مخدر خیابانی است. نوجوانان اغلب داروهای نسخه ای را از بستگان یا دوستان بدون آگاهی یا با آگاهی آنان می گیرند. نوجوانان فکر می کنند چون این داروها مصارف پزشکی دارند، استفاده از آنها هیچ خطری ندارد. نوجوانان شاید فکر کنند با مصرف این داروها حس و حال بهتری خواهند داشت. جایگاه و مقام بهتری پیش دوستان پیدا می کنند. وزن کم می کنند، یا در مدرسه بهتر پیشرفت خواهند کرد.

داروهایی که اغلب توسط نوجوانان مورد سوء مصرف قرار می گیرند عبارتند از مسکن ها (Vicodin, OxyContin, Percocet, Codeine)، آرام بخش ها (Valium, Xanax, Ambien)، محرک ها (Ritalin, Adderall)، نوجوانان حتی شاید از داروهای غیر نسخه ای مانند شربت سرفه یا داروهای سرماخوردگی برای نشئه شدن استفاده کنند.

خطرات

داروهای نسخه ای می توانند درست مانند مواد مخدر خیابانی اعتیادآور و خطرناک باشند. مصرف مقدار زیاد این داروها می تواند سرعت تنفس را کم کرده و بر ضربان قلب شما تاثیر بگذارد. مصرف بیش از اندازه یا مصرف همراه با دیگر داروها و یا مواد مخدر می تواند کشنده باشد.

جلوگیری: در زندگی فرزند خود مشارکت داشته باشید

- ← درباره خطرات مواد با فرزند نوجوان خود صحبت کنید.
- ← به فرزند خود کمک کنید راه های سالمی برای مقابله با استرس پیدا کند.
- ← علائم مصرف مواد در نوجوانان را بشناسید. بعنوان مثال فرزند شما علاقه و توجه اش به دوستان و فعالیت های عادی را از دست می دهد. شاید حتی متوجه تغییراتی در ظاهر، پیشرفت تحصیلی، یا عادت های غذا خوردن و خوابیدن وی بشوید.

قرص ها نباید به آسانی در دسترس باشند

- ← تمام داروهای خود را در مکانی خشک و خنک دور از دسترس بچه ها قرار دهید.
- ← آمار تعداد قرص های خود را داشته باشید. قرص های کهنه یا مصرف نشده را دور بریزید.
- ← درباره ممانعت از دسترسی آسان با فامیل، دوستان و دیگر والدین صحبت کنید.

اگر تصور می کنید فرزند نوجوان شما از داروهای نسخه ای مصرف می کند، چه باید کرد؟

- ← وقتی که فرزند نوجوان شما حالت نشئگی ندارد و خودتان آرام هستید با او صحبت کنید.
- ← از پزشک کودک یا مشاور مدرسه کمک بگیرید.
- ← اطلاعات بیشتری درباره سوء مصرف داروها کسب کنید. با اداره کل سوء مصرف مواد و خدمات بهداشت روانی تماس بگیرید. شماره تلفن آنها 1-800-662-4357 می باشد.

اگر سوال یا نگرانی ای درباره پوشش درمان ترک مواد برای فرزند نوجوان خود دارید با برنامه بهداشتی و درمانی فرزند خود تماس بگیرید.

