

الخطر

في وقت الفراغ كيف نحمي أنفسنا ؟؟

أسوأ ما يمر على الإنسان في يومه وليلته هو الفراغ ، إذا لا بد أن يستغل هذا الوقت ويجب علينا التالي :

- 1- أن نتعرف على أنفسنا وقدراتنا ومهاراتنا وأن نستغلها فيما يعود علينا بالنفع .
- 2- أن نعمل على تنظيم الوقت على أن تكون فترات يخصص جزء منها للعمل وأخر للمعبدة وإقامة العلاقات الاجتماعية الهامة .
- 3- أن نعمل على أن نكون دائماً في مستوى المسؤولية .
- 4- أن ننام مبكراً ونستيقظ مبكراً .
- 5- عدم الاختلاط مع رفقاء السوء الذين يجرون إلى الضياع .
- 6- أن نمارس أي نوع من الرياضة التي تساعد على تقوية الجسم .
- 7- محاولة استئتمار هذا الوقت في أيام الضائع فيما يقيد .

العقل البشري من نعم الله عليك

فضل الله الإنسان على سائر المخلوقات بما كرمه به من عقل يمنح الإنسان القدرة على التفكير والاختيار

ولذلك كان الإنسان دون غيره من المخلوقات مخيراً في أمور حياته .

لقد استطاع هذا العقل البشري للجبار براءة الله سبحانه وتعالى أن يحقق المعجزات التي توفر الخير للإنسان .

فمن غزو الفضاء إلى اختراع للحسابات الآلية الدقيقة.

إن إقدام الإنسان على تناول المخدرات يعتبر بمثابة إعلان العصيان لله

لأنه بذلك يغير تركيب وظائف أعضاء الجسم وبذلك يدخل نفسه بنفسه في دائرة الانحراف عن الصراط المستقيم



بعض الأضرار الناشئة عن تعاطي

المخدرات

حول بين المرء وبين عبادة ربه . كما تجده من أداء واجباته الدينية والأسرية .

2. قد يموت الإنسان على استخدامها ويبدو غضب من خالقه (وقد حصلت كثيراً) .

3. قد تتسبب بجرائم أخرى لشخص كان يهتدي على إحدى المعرقات عليه أو يقتل (وحدثت حوادث من هذا النوع) .

4. استخدامها لفترة طويلة يؤدي إلى ضمور بالمخية والجهاز العصبي مما يسبب تشوهات دائمة وفقدان للتوازن .

5. تصدح مقدرات العقل وتضعف التفكير بطريقة سليمة فيظهر مستخدماً كالأبله .

6. غالباً ما ينتهي أمر مستخدماً إما الموت بجرعة زائدة أو يصاب بشلل أحد نصفي جسمه إما العلوي أو السفلي.

7. تسبب الدمار في وسط الأسرة فيشيع فيها الفساد والفرقة . وتادراً ما يصلح أبناء من يتعاطوا .

8. هناك بعض الأضرار منها خطير جداً تجعل المدين عليها يبيع حتى شرفه وكرامته في سبيل الحصول على جرعة منها.

أضرار المخدرات

فصام واكتئاب

الوقوع في الإدمان

مشاكل في التنفس

سكتات دماغية

فشل وظائف الكبد

نوبات قلبية

تقوّه الوجه

أمراض الجهاز الهضمي

انهيار المجتمع

تفكك الأسرة

00201007012000



www.altaafi.com

المخدرات

هي مادة طبيعية أو صناعية تؤثر على الجسد وخاصة الجهاز العصبي وتسبب اختلال بالوعي نتيجة التخدير بحيث يؤثر على سلوكه وأفعاله وتؤدي به إلى حالة من التعود والإدمان.

تصنيف المخدرات

تصنف المخدرات تبعاً لتأثيرها بالنسبة للنشاط الجسمي والانفعالي :

1. المهيبطات النفسية: وتشمل الأفيون، المورفين، الهيروين، الكوداين.
2. المخدرات المنبهة والمنشطة: وتشمل الكوكايين، الكراك، المنبهات النفسية الاصطناعية والتي يتم تصنيعها داخل المعامل (مجموعة الامفيتامينات)، القات.
3. المهلوسات: وهي مواد طبيعية أو صناعية تؤدي إلى تنشيط المراكز العصبية في المخ وتؤدي لاضطراب واختلال الحواس.
4. المهدئات والمسكنات: استعمالها المتكرر يؤدي إلى إدمان تناولها حيث أن هنالك أدوية تحتوي على كوداين كما أن هذه الأدوية كثيرة الانتشار لأنها تعمل على تخفيف حالة القلق في حين أنها تسبب في التوهان والتعاس واللامبالاة.

أنواع المخدرات

تنقسم المخدرات طبقاً إلى أصل المادة إلى قسمين:

1. المخدرات الطبيعية: وهي نباتات طبيعية ذات أصل نباتي وتشمل: نبات الخشخاش (ثمرة)، نبات القنب (القلم المزهرة)، نبات القات (الأوراق)، نبات الكوكا (الأوراق)، جوزة الطيب (البذور).
2. المخدرات التصنيعية: هي المواد التي يتم إنتاجها في مصانع خاصة بمواد كيميائية متعددة.

أسباب الإدمان على المخدرات

(أ) العوامل النفسية:

وجود مرض نفسي مثل:

1. القلق والاكتئاب.
2. ضغوط نفسية.
3. التعرض لمرض نفسي.
4. ضعف تكوين الشخصية.
5. حب الاستطلاع.
6. أزمة الهوية التي يبحث فيها المراهق عن نفسه.
7. الشعور بالدونية وعدم تقدير الذات.

(ب) العوامل الاجتماعية:

1. المشاكل الاجتماعية الأسرية.
2. تفكك الأسرة مثل طلاق الوالدين، هجرة أحد الوالدين، أو موت أحدهما.
3. عدم وضوح دور الشباب وعدم مشاركتهم في بناء المجتمع الذي يعيشون فيه.
4. عدم القدرة على التوافق مع المجتمع.
5. عدم استغلال أوقات فراغ الشباب في الأنشطة الثقافية والرياضية.
6. الملل ورفاق السوء.

الأضرار الجسمانية للمخدرات

1. إصابة الجهاز العصبي المركزي وخلل في خلايا الدماغ وإصابة مركز الذاكرة والتفكير والحواس.
2. حدوث أضرار في الرتين والقلب والأوعية الدموية وضغط الدم.
3. تليف الكبد وإصابات في الكلى والطحال.
4. الإصابة بالتسمم والشلل.
5. نقص الوزن وضعف عام، واضطرابات في المشي وفقدان التوازن.
6. تحدث تغيرات في كروموسومات الخلايا مما يؤدي إلى ولادة أطفال مشوهين أو ضعيفي البنية أو مدمنين كأمهاتهم.
7. ظهور رعشة في الأصابع والعضلات.
8. الإصابة بالإيدز وذلك من خلال استخدام الحقن الملوثة بالفيروس.



المخدرات

طريق إلى الهلاك

تذكّر عزيزي المواطن أن:

1. اللجوء إلى أشخاص ذو خبرة في التعامل مع هذه الحالات.
2. الابتعاد عن رفاق السوء.
3. مشاركة الأب في أعباء المنزل ورعاية الأبناء هو تجسيد سليم للمساواة وهو أيضا الوسيلة الجيدة لخلق مناخ صحي سليم في العلاقة بين أفراد الأسرة وهذا يعمل على تنشئة نفسية سليمة للأبناء.
4. عدم استخدام أسلوب الشدة والقهر من قبل الوالدين لأن ذلك يؤثر سلبا على الأبناء ويؤدي إلى سلوك شاذ من الأبناء.



الأضرار النفسية

1. ظهور أعراض مختلفة كالارتباك والشك والحوف المستمر وانفصالات فجائية بالوضع النفسي حيث يتفجر بالبكاء ثم ما يلبث متفجرا بالفضح.
2. الهيار في الأعصاب واعتزاز بالشخصية مما يؤدي إلى الانتحار.
3. الإصابة بأمراض نفسية مثل البرانوبيا وانقسام الشخصية وغيرها.
4. يضطر بعض المدمنين إلى التعلق بمن يمددهم بالمخدر والتبعية له ويصبح ذليل النفس لا شخصية له يسيره كيفما يشاء.

الأضرار الاجتماعية والاقتصادية

1. العزلة عن المجتمع والانعزال عن المحيطين.
2. انخفاض مستوى التكيف الاجتماعي والصعوبة في مواجهة المشاكل التي تعترضهم فيصبح الفرد لا جدوى منه وبالتالي إلى حدوث تفكك أسري والتحلل في المجتمع.
3. يحتاج المدمن إلى كميات كبيرة من المال مما يضطره إلى أعمال مهينة تجلب له العار.

