تقدر من غيرها

حملة التوعية بمخاطر الادمان لدى المراهقين

في الفترة من ١٢ إلي ١٩ فبراير ٢٠١٥

يعنى إية إدمان

هو حالة ناتجه عن استعمال مواد مثل (السجائر – الحشيش – ترامادول – هيروين – منشطات رياضيه – ادويه طبيه – ...) او ممارسه انشطه (انترنت – العاب الفيديو – التسوق و الشراء – اكل – ...) بصفه مستمرة و مع الوقت يصبح المراهق معتمد عليها نفسيا و جسديا، و يحتاج الى زيادة الجرعه او ممارسه النشاط بشكل اكثر ليحصل على نفس التاثير

فيقف هذا حائلا دون اكتساب و تطوير المهارات الحياتيه المختلفه مما يجعله ينحرف عن المسار الطبيعى فتظهر مشاكل صحيه و اسريه و اجتماعيه و دراسيه .

الوقاية

إمتى الخطر يبقى اقل

عندما يتوافر الاتى:

1. حب و اهتمام و رعاية من جميع المحيطين (اسرة – مدرسه – اصدقاء – .....).
2. وجود دور للمراهق واضح و مؤثر فى الاسرة و المجتمع.
3. الاستغلال الامثل للوقت (وقت للمذاكرة – للأصدقاء – للأهل – للترفيه).
4. مراهق واثق من نفسه ،اجتماعى وله حضور.
5. مراهق له اهداف واضحه ويسعى لتحقيقها.
6. قادر على الرفض (يعرف يقول لا) بشكل واضح و حازم.
7. قادر على التفكير فى حل المشكلات بشكل ايجابى .

ازاى نساعد اولادنا

1. نتكلم معاه و نسمعه اكتر و نصاحبه و نشاركه اهتماماته.
2. نناقشه فى المفاهيم الغلط الشائعة مثل (الرجوله انى اشرب).
3. نضع قواعد واضحه لكل افراد ا لاسرة ونلتزم بها قبل ان نلزمهم.
4. كن قدوه لابنك (الشتيمة والإهانة ممنوعة).
5. نركز على مميزاته و نشجعه و نكافئه عليها.
6. لا تتسرع فى الحكم عليه.
7. تجنب النصائح بقدر المستطاع و استبدلها باقتراحات.
8. إشركه فى اتخاذ قرارات الاسرة.
9. تقبل الاختلافات

العلاج

إزاى نكتشف بدرى المشكلة

لو لاحظنا بعض هذه الأعراض على اولادنا ناخد بالنا ونطلب الاستشارة الطبية بسرعة:

1. زيادة ملحوظة في المصاريف.
2. وغياب أشياء من البيت.
3. احمرار دائم في العينين.
4. تجنب النظر في عيون الآخرين.
5. نقص ملحوظ في الوزن او اعتلال في الصحة العامة.
6. تقلب سريع في المزاج بين الفرح والحزن والغضب والرضا
7. تدهور ملحوظ في المستوى الدراسي
8. تأخر خارج البيت لساعات متأخرة.
9. ميل للعزلة والبقاء في الغرفة بمفردهم ساعات كتيرة
10. تراجع للهوايات والاهتمامات(الرياضة واللعب).

طب إيه الحل؟

- في حال ظهور الاعراض المذكورة أو بعض منها لابد من أستشارة طبيب نفسى متخصص فى علاج إدمان المراهقين لتحديد الطريقة المناسبة للتدخل مع الحالة ، والتى تختلف من حالة لأخرى وفقاً لتدهور الحالة ولطبيعة الشخصية والتفاعلات الأسريه
- لابد من إدراك حقيقة أن مشكلة الإدمان ليست مشكلة عارضة تحل بالصدام أو تقييد الحرية أو العقاب الأسرى.....الخ، بل هو مرض يحتاج إلى برنامج علاجى يشمل علاج نفسى واجتماعى ودوائى بالأضافة إلى إرشاد أسرى
- وكلما كان التدخل بشكل صحيح ومبكر كلما زادت فرص نجاح العلاج

الخدمات المقدمة من الأمانة العامة للصحة النفسية وعلاج الإدمان

1. **العيادات الخارجية** (كشف و متابعة / علاج دوائى و نفسى و تأهيلى).
2. **الرعاية النهارية** (أنشطة تأهيلية / تنمية مهارات / برامج منع الانتكاسة).
3. **الحجز بالأقسام الداخلية** (مستشفى حلوان فقط).

مستشفى العباسية للصحة النفسية و علاج الإدمان
التليفون: 22262237 – 01120285615
الفاكس: 22216255
البريد لإلكترونى: abasia.mhs@gmail.com
العنوان: ا صلاح سالم - مدينة نصر - القاهرة

مستشفى حلوان للصحة النفسية و علاج الإدمان
تليفون: 25547387 - 25547368
بريد لإلكترونى: helwan.mhs@gmail.com
عنوان: حلوان - أمام العزبة القبلية

مستشفى مصر الجديدة للصحة النفسية و علاج الإدمان
تليفون: 24152631 – 24196276
بريد لإلكترونى: elmattar@gmail.com
نهاية شارع العروبة (شارع المطار القديم) بجوار المجمع الإدارى لمصر الطيران خلف محطة بنزين التعاون

كلمة النادي الأهلي

الراعي الرئيسي

شبابنا . ثروتنا .. معاً نحارب الإدمان

الشباب يمثلون العمود الفقرى للبلاد . و الرهان الدائم على نهضة مصر العظيمة . لكن للأسف فى الاونة الأخيرة طال الإدمان بعض شبابنا و بدأ يفقد الطريق إلى الصواب بعدما غاب الوعى و ندرت التوعية عن خطورة الإدمان على مستقبل هذا الوطن . و إنطلاقاً من دور النادى الأهلى الرائد على مدار تاريخه فى تربية النشء و تقويم سلوكه . يعلن النادى الأهلى رعايته الرسمية للحملة الوطنية لمكافحة الإدمان و إنقاذ شبابنا .

شكر خاص لجروب ف ا ع ل ع ي ر لمساهمتهم في الحملة

تقدر من غيرها

حملة التوعية بمخاطر الادمان لدى المراهقين