مصرف دخانیات در دانش آموزان

(ولا تلقوا بایدیکم الی التهلکه)

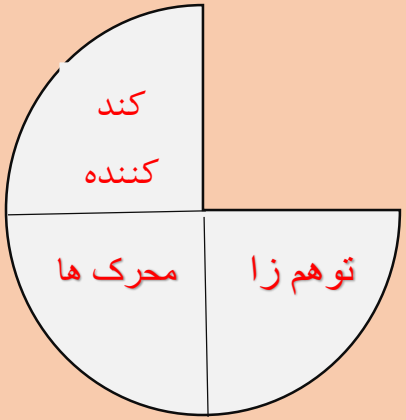
خود را به دست خویش به هلاکت نیفکنید(آیه ۱۹۵ سوره بقره)

مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت

راه های پیشگیری و کنترل

- ارجاع به مراکز مشاوره ی تخصصی توسط معلمان و مربیان
- آگاه کردن دانش‌آموزان از خطرات و آسیب‌های جسمی و روانی مصرف موادّ مخدّر
- آموزش مهارت‌های زندگی شامل مهارت حلّ مسأله، تصمیم‌گیری و راه‌های صحیح مقابله با چالش‌های دوره‌ی نوجوانی
- تشکیل جلسات آموزش خانواده
- تشویق دانش‌آموزان به شرکت در فعالیّت‌های ورزشی و تفریحات سالم

انواع مواد



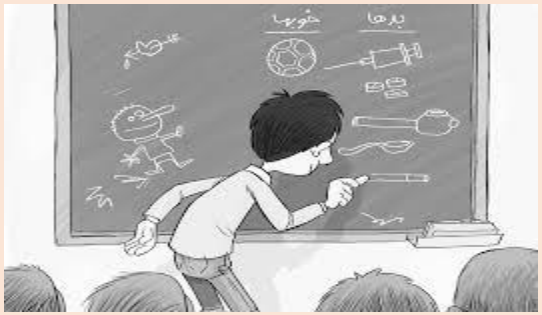
مواد روان گردان برحسب ویژگی‌های موادّ تشکیل دهنده‌ی آن‌ها آثار مختلفی را بر بدن دارند و از این نظر به سه دسته تقسیم می‌شوند.

مقدمه:

مصـرف الکل، سـیگار و سـایر مواد از جمله رفتارهای پرخطری است که زندگی جوانان و نوجوانان را تهدید می‌کند. بررسی‌های آماری نشـان می‌دهد گرایش نوجوانان و جوانان به مصرف سیگار، الکل و مخدّرها در کشورهای مختلف رو به افزایش است و در حال حاضر اعتیاد یکی از بحران های جامعه جهانی محسوب می‌شود.

آسیب های ناشی از مصرف مواد مخدر:

- آسیب‌های جسمی و روانی
- اضطراب، افسردگی، کاهش تمرکز
- افت تحصیلی شدید



عوامل موثر در سو مصرف مواد

- عوامل خانوادگی
- عوامل محیط اجتماعی
- انتظارات و باورهای غلط
- فقدان مهارت‌های اجتماعی و فردی
- عوامل روان شناختی

سوء مصرف مواد

علامت اساسی سوء مصرف مواد عبارتست از الگوی غیر انطباقی مصرف مواد که منجر به پیامدهای نامطلوب عُود کننده و قابل ملاحظه می‌شود ملاک سوء مصرف مواد شامل تحمّل، محرومیّت یا الگوی استعمال اجباری نمی‌شود و به جای آن تنها پیامدهای مضر مصرف مداوم را در بر می‌گیرد. در هر زمان اگر الگوی فردی مصرف مواد در هر زمانی ملاک‌های وابستگی مربوط به طبقه‌ای از مواد را در برداشته است، تشخیص وابستگی مواد بر تشخیص سوء مصرف مواد تقدّم دارد. کافیین و نیکوتین در مقوله سوء مصرف قرار نمی‌گیرد.

علایم هشدار دهنده

- ✓ افت تحصیلی شدید
- ✓ عدم توجه به ظاهر شخصی
- ✓ گوشه گیری، انزوا، افسردگی و خستگی