

## " 10 تأثیر مضر مواد مخدر بر بدن انسان "

1. **بد هیكلی:** بسته به داروی مخدر مصرفی، وزن فرد معتاد ممکن است طی زمان کوتاهی به طور غیرطبیعی افزایش و یا کاهش پیدا کند. پس چاقی و لاغری در طی مدت کوتاه، از اثرات مضر مصرف مواد مخدر می باشد
2. **کئیفی و آشفتهگی:** یکی دیگر از تأثیرات مضر که مصرف مواد مخدر روی بدن فرد دارد، اثرات آن روی بهداشت و نظافت شخصی می باشد. فرد معتاد، آدمی کئیف و آشفته می باشد.
3. **بیماری های دهان و دندان:** بیماری های لثه به صورت خفیف یا شدید، در معتادان به مواد مخدر وجود دارد. این افراد معمولاً لثه هایی قرمز رنگ دارند که با خونریزی همراه است.
- افرادى که معتاد می شوند، مسؤلیت پذیرى خود را در قبال زندگى از دست می دهند و به فردى بی مسؤلیت تبدیل می شوند. متأسفانه آنها در مورد مسائلى مربوط به سلامت شخصى خود هم احساس مسؤلیت نمی کنند؛ مثلاً به وفور مشاهده شده که این افراد، بیماری لثه خود را درمان نمی کنند و در نهایت با بیماری حاد لثه و از دست دادن دندان ها مواجه می شوند.
4. **عفونت دستگاه تنفسى فوقانی:** بروز عفونت های دستگاه تنفسى فوقانی از بارزترین اثرات مضر مصرف مواد مخدر می باشد.
- \*\*معمولاً افراد معتاد سیگار می کشند و یا مواد مخدر را با عمل دم وارد ریه های خود می کنند.
- این فرد با علایمی مانند خونریزی بینی، سرفه شدید و التهاب قفسه سینه مواجه می شود که در صورت ادامه مصرف و یا مصرف طولانی مدت مواد مخدر، علایم مذکور تشدید شده و فرد به نارسایی ریوی مبتلا می شود که حتی خطر مرگ را به دنبال خواهد داشت.
5. **اختلالات پوستی:** پوست افراد معتاد به مواد مخدر، به رنگ قرمز متمایل می شود. با مصرف مواد مخدر، ضربان قلب و فشار خون افزایش پیدا می کند و سرخرگ ها و سیاهرگ های بدن را تحت تأثیر قرار می دهد و می تواند پوست آنها را لکه دار کند.
- به همین ترتیب غدد عرق و چربی بدن آنها بیش از حد فعال می شوند و زمینه را برای ابتلای فرد معتاد به ناراحتی ها و بیماری های پوستی از جمله آکنه فراهم می کنند.



6. **اختلالات عصبی و شناختی:** مواد مخدر به محض ورود به بدن، روی سیستم عصبی تأثیر می گذارد. مصرف مواد مخدر می تواند حافظه و میزان توجه فرد و توانایی استدلال و برهان او را به طور کامل و یا نسبی مختل کند؛ مثلا قدرت تصمیم گیری او را در شرایط بحرانی کاهش و یا کلا از بین ببرد. با افزایش مصرف، شدت این تأثیرات بر بدن بیشتر می شود و فرد ناتوان تر از گذشته می شود.
7. **اختلالات خواب و هذیان گویی:** یکی از تأثیرات مضر مصرف مواد مخدر بر روی سیستم عصبی، اختلالات خواب می باشد. طی این تأثیر، فرد به مرور بی خواب می شود و شروع به هذیان گویی می کند.
8. **تهوع:** تهوع یکی از عوارض شایع بسیاری از انواع مواد مخدر می باشد. آستانه تحمل بدن فرد در مواجهه با مصرف مواد مخدر متفاوت است. حال اگر میزان دوز مصرفی افراد، زیادتر از آستانه تحمل آنها باشد، حالت تهوع در فرد ایجاد می شود. این حالت، هنگام اولین مصرف و موقع افزایش دوز مصرفی، به طور فراوان مشاهده می شود.
9. **یبوست:** یکی از عوارض مصرف مواد مخدر، از دست دادن آب بدن می باشد که به دنبال آن مشکلی به نام یبوست ایجاد می شود.
- فرد مصرف کننده مواد مخدر با کمبود آب بدن مواجه می شود و برای رفع این مشکل باید آب بیشتر و مواد غذایی با فیبر بالا مثل سبزیجات، مصرف کند.
10. **تداخل دارویی:** مصرف برخی داروها به طور هم زمان و بدون اجازه پزشک توسط معتادان، بسیار خطرناک می باشد و حتی می تواند منجر به مرگ شود.

تهیه کننده: سوپروایزر ارتقاء سلامت (آزاده میرطالبی پور)

منبع: کتاب مضرات سیگار - مولف: زهرا حسن زاده