

الجمعية العراقية للصحة والسلامة المهنية



ديوان الصحة والسلامة المهنية



نشرة الكترونية تصدرها الجمعية العراقية للصحة والسلامة المهنية تهدف الى التعريف بالجمعية واعضاؤها وبعض نشاطاتها بالاضافة الى نشر المقالات التي تتعلق بالصحة والسلامة المهنية في العراق

بغداد - حي الكرادة - خلف مؤسسة الشهداء

محلة 909 - زقاق 55 - دار 30

هـ: 07808680083

الجمعية العراقية للصحة والسلامة المهنية

info@isohs.org / www.isohs.org



75

العدد

2024/9/5

التاريخ

المخدرات خطر يهدد سلامة وصحة المجتمع العراقي صدور الدليل العراقي الارشادي لمكافحة المخدرات والادمان

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

أسباب تعاطي المخدرات والإدمان

الإدمان هو نتيجة التفاعل السلبي بين الشخص وبيئته فإذا كان لديه أحد أفراد الأسرة المقربين مصاب بالإدمان، فإن خطر إصابته بالإدمان سيكون أعلى، وكذلك العيش في مكان تتوفر فيه المخدرات بسهولة، والفقر والتفكك الأسري والتعرض للعنف، أو الاعتداء الجسدي أو الجنسي، ورفاق السوء، كل ذلك يمكن أن يزيد من خطر تعاطي المخدرات والاستمرار في تعاطيها أيضاً.

ليس من السهل التنبؤ بكيفية تفاعل جسم الانسان مع المخدر، فأي شخص يمكن أن يصبح مدمناً، فالإدمان ليس مرضاً للفقراء، والأهم من ذلك يمكن أن يحدث الإدمان في المرة الأولى التي يستخدم فيها الفرد عقاقير مخدرة وأحياناً يحدث الإدمان بعد تعاطي المخدرات عدة مرات.

لكن معظم الأفراد يلجؤون إلى تعاطي المخدرات لأسباب عديدة معظمها راجع إلى الوهم والجهل وسوء الفهم، ومن هذه الأسباب ما يلي:

١- الظروف الاجتماعية والأسرية غير المناسبة مثل التفكك الأسري أو انحراف أحد الوالدين، ورفاق السوء وإهمال الأبوين للمراهق وتهرب الأب من مسؤولياته وانعدام طموحات الأبوين بخصوص مستقبل الطفل والصراعات الأسرية أمام الأطفال أو المراهقين.

٢- الهروب من ضغوط الحياة ومشاقها في البيت أو المدرسة أو العمل.

٣- ضعف الوازع الديني لدى الفرد وعدم قيام الأسرة أو المدرسة أو المجتمع بإبراز الأوامر والنواهي الدينية المتعلقة بالمخدر للأفراد على نحو مناسب.

٤- التعامل السيئ من قبل وسائل الإعلام مع موضوع المخدرات وتعاطيها حيث تترك الفرصة لغير المتخصصين للكلام عنها بشكل غير علمي.

٥- سوء استعمال بعض الأدوية المسكنة للألم أو التي تستعمل لعلاج بعض الاضطرابات النفسية.

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

أوهام وخرافات تشجع على تعاطي المخدرات

توجد عدة خرافات ومعلومات مغلوطة تشجع المراهقين والجهلة على تعاطي المخدرات مثل:

١. محاولة الحصول على اللذة وكما معروف فإن هذه الحالة دائماً تكون مؤقتة وسريعة الزوال لتخلف وراءها البؤس والإحباط واليأس.
٢. إثبات الذات: يحاول بعض الشباب والمراهقين المحبطين والذين تعرضوا لصدمات الفشل في تحقيق أهدافهم في الدراسة أو العمل أو العلاقات الاجتماعية إثبات وجودهم من خلال تعاطي المخدرات التي توهمهم بالتخيلات والتصورات غير الصحيحة فيعيشون في الوهم.
٣. تغيير المزاج: إن ما يتعرض له الشباب من ضغوط نفسية واجتماعية واقتصادية تجعلهم أكثر عرضة للاكتئاب والقلق، فقد يهرب الشباب من مواجهة هذه الضغوط بالالتجاء إلى المخدرات وخصوصاً المنبهات والمسكنات لتغيير مزاجهم دون أن يعرفوا أنها ستدمر حياتهم.
٤. المخدرات تزيد الجرأة: لأن المخدرات والكحول تغيب جزءاً كبيراً من وعي الانسان فيصبح أكثر جرأة على تجاوز المحظورات خصوصاً مع الجنس الآخر والحقيقة هذا ليس زيادة جرأة وإنما تهور وإقدام على تصرفات غير منطقية أو عقلانية نتيجة غياب العقل تحت تأثير المخدر.
٥. زيادة القدرة الجنسية: والحقيقة هي العكس فالإدمان على المخدرات أو الكحول يؤدي إلى العنة والضعف الجنسي.
٦. تناول المخدرات والكحول يثير الإبداع الفني: الحقيقة هي العكس تماماً فلم نجد شخصاً لم يكن مدمناً تحول إلى فنان أو مبدع بعد الإدمان بل أن الفنانين والرياضيين يفقدون قدراتهم الفنية والرياضية بعد إصابتهم بالإدمان.

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

٧. المخدرات والكحول تساعد على تجنب ضغوط الحياة ومشكلاتها: الإدمان لا يجنب المدمن ضغوط الحياة بل يغيبه عن الوعي ويزج به في مشاكل جديدة تزيد من ضغوط الحياة بشكل أكبر فلم نجد مدمناً حلت مشاكته بتعاطيه المخدرات أو الكحول بل العكس نجدها قد فاقمت مشاكله وأزماته.
٨. تكوين الهوية: قد يستخدم الشباب والمراهقين المخدرات من أجل بيان أنهم مميزون عن الآخرين وأن لهم هويتهم التي تختلف عن الآخرين وهذا صحيح لكنها هوية منبوذة وسيئة تؤدي إلى انتكاسة حاملها اجتماعياً.
٩. تعبير عن العصيان والتمرد: المخدرات من المواد الممنوع تعاطيها في غالبية مجتمعات العالم، لذلك قد يستخدمها الشباب كتعبير عن رفض النظام الاجتماعي السائد والخروج عليه، بالإضافة إلى ذلك فإن الشباب قد يستخدمها في حالة مرور المجتمع بحالة تفسخ اجتماعي حيث تضعف المعايير الاجتماعية أو تتصارع أو تكون غائبة عن المجتمع، وقد تستخدم المخدرات للكشف عن مشاعر مكبوتة أو متعارضة مع المجتمع. والنتيجة هي إهلاك الشاب لنفسه في تمرد غير منتج يضيق فيه الشاب نفسه ويلقي بها في التهلكة.
١٠. إثبات الرجولة: غالباً يكون ذلك لغرض مجازاة ضغط رفاق السوء، فتعاطي المخدرات بين الشباب في جماعة معينة من المرجح أن ينتشر تعاطيها بين أفرادها بسبب الضغط الذي تمارسه الجماعة على أفرادها، والحقيقة أن المخدرات قد تسلب الفرد رجولته فقد يتعرض للاعتداء الجنسي والاغتصاب هو أو نساء أسرته من أجل الحصول على جرعة مخدرات.

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

أنواع المخدرات

توجد فئات كثيرة من المواد المؤثرة نفسياً التي قد تحدث قدراً كبيراً من الاعتماد أو الإدمان وسنقوم بعرض هذه الفئات باختصار وكما يلي:

١. الأمفيتامينات (المنبهات):

مثل الأمفيتامين والدكسامفيتامين والميثايليتامفيتامين (الكريستال) وإيثايليفينايديت والفينميترازين، ويتم تعاطيها عن طريق الفم أو الاستنشاق أو الحقن في الوريد ويكون تأثيرها منبهاً، يسبب النشوة والأرق وقلة النوم وانخفاض الشهية والتهور وعدم الاستقرار والشعور الزائف بالقوة. وتؤدي إلى الاعتماد الجسدي وقد يؤدي الاستخدام المزمن إلى مرض يشبه الفصام.

٢. الكوكايين:

وهو من المنبهات ويشمل الكوكاي وأوراق الكوكا والكرانك ويتم تعاطيها عن طريق الفم، أو الاستنشاق أو التدخين، أو الحقن في الوريد. تسبب الشعور بالنزعة والاندفاع لشوان، تليها مشاعر أقل حدة لمدة ٣٠ دقيقة، ثم الاكتئاب والتهيج والأرق والرغبة في المزيد. يمكن أن يؤدي التعاطي المتكرر إلى الهلوسة والأوهام الاضطهادية، والسلوك عنيف.

٣. المهلوسات (LSD):

تسبب الهلوسة وتغيرات في المزاج وأوهام بصرية وتغيرات إدراكية أخرى ويمكن أن تستعيد ذكريات الماضي عن هذه التأثيرات بعد أسابيع أو أشهر ويتم تعاطيها عن طريق الفم.

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

٤. الأفيونات:

مثل المورفين والهروين والكودائين وبعض العقاقير المصنعة ذات الآثار الشبيهة بآثار المورفين مثل الميثادون والبيثيدين.

الأفيون يستخرج من نبات الخشخاش ويسمى بأبي النوم في مصر والنوam في العراق، ومنه يستخرج العنصر الفعّال في الأفيون وهو المورفين. ويستعمل المورفين لأغراض طبية في تسكين الآلام الشديدة. والهروين والميثادون يتم تعاطيها بالاستنشاق والتدخين أما البثيدين فعن طريق الحقن.

تأثيرها تحدث نشوة شديدة ولكن قصيرة وتسبب الاعتماد الجسدي وتشمل أعراض الانسحاب القلق والاكتئاب والأرق ورعاف الأنف وآلام العضلات والعظام وفقدان الشهية والقيء والإسهال واتساع حدقة العين والتثاؤب.

كما تم تصنيع الهروين (داي أسيتايل مورفين diacetylmorphine) وهو أحد مشتقات المورفين وهو مسحوق أبيض اللون بلوري، يذوب بصعوبة في الماء وبسهولة في الكحول، ولما كان الإنسان قد يصبح مدمناً للهروين بسهولة فقد قلّ استعماله ونادر وصفه طبياً، بل وقد حظر تحضيره في بلاد كثيرة.

ومن ضمن هذه الفئة حبوب الترامادول التي تستعمل طبياً كمسكن للألم الشديد لكن للأسف يساء استعمالها بكثرة فتؤدي إلى الإدمان وكذلك بعض أنواع شربات السعال التي تحتوي على مادة الكودائين بكميات قليلة لكن تناول كمية كبيرة من الشراب ولفترات طويلة تؤدي إلى الإدمان أيضاً.

٥. الاكستاسي (MDMA):

ويتم تعاطيها عن طريق الفم وتسبب النشوة والتغيرات الإدراكية ويرتبط تعاطيها مع عدد من الوفيات المفاجئة.

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

٦. البنزوديازيبامينات والباربيتورات:

مثل الكلورديازيبوكسايد (الليريوم) وتيمازيپام، ديازيبام (الفاليوم)، لورازيبام، وكلونازيبام (ريفوتريل) والفينوباربيتال (لومينال) إلخ. طريقة تعاطيها عن طريق الفم، أو الحقن الوريدي وتأثيرها إزالة القلق ومهدنة. وتسبب الاعتماد الجسدي وتشمل أعراض الانسحاب القلق والرعدة والتشنجات الحادة والكآبة والتعب والأرق وحساسية الضوء والأصوات والتشوهات البصرية وضعف العضلات.

٧. الكحوليات:

وتشمل كل أنواع الخمور والمشروبات الكحولية.

٨. القنبات (Cannabis):

مثل مستحضرات القنب والماريجوانا في بلاد الغرب والبانج والجانجا والكمارس في الهند والكيف في شمال أفريقيا والحشيش في مصر والعراق وإيران. يتم تعاطيها عن طريق الفم أو التدخين وتسبب النشوة الخفيفة والاسترخاء والهلوسة واحمرار ملتحمة العين وجفاف الفم وسرعة النبض. وهو من أكثر أنواع المخدرات استعمالاً في يومنا هذا، واستعماله غير شرعي في معظم البلدان. ويمكن أن يؤدي مجاري التنفس، عند تدخينه.

الماريجوانا هي القمم الزهرية المؤنثة لنبات القنب، وتعاطيها يحدث تهيجاً كما يحدث هبوطاً، ومع أنه استعمل في علاج حالات الصداع والأرق، إلا أنه قد توقف استخدامه تقريباً ولم يعد يوصف طبياً لأنه من العقاقير التي تسبب الإدمان، وقد شاع استعماله في أمريكا بتدخينه على شكل السجائر.

..... الدليل الإرشادي لمكافحة المخدرات والإدمان

٩. القات:

تنتشر زراعته وإدمانه في منطقة القرن الأفريقي والسودان واليمن، وهو عبارة عن نبات أخضر تمضغ أوراقه وتخزن في فم المدمن ساعات طويلة، يتم خلالها امتصاص عصارتها، وشرب الماء أو المياه الغازية معها أو شرب السجائر والرجيلة.

١٠. المواد الطيارة والمذيبات:

مثل الأسيتون والجازولين والثر والكلوروفورم والغراء والصمغ ومخففات الطلاء وبخاخات الهباء الجوي والبنزين وبعض المواد المستخدمة في التخدير. وتستخدم عن طريق الشم وتسبب تقلبات مزاجية ونقص في الحكم والهلوسة البصرية وتستمر التأثيرات حوالي ٣٠ دقيقة وقد يحدث الموت المفاجئ بسبب تسمم القلب المباشر بها أو تلف الدماغ.

١١. النيكوتين:

ويشمل التبوغ بكافة أنواعها والنارجيلة.

اجتماعات الهيئة الادارية

1. اجتماع الهيئة الادارية التاسعة يوم 2024/8/24 حيث تضمن الاجتماع مناقشة :
المستجدات الادارية والجغرافية.
2. المصروفات الخاصة بتأهيل موقع الجمعية الجديد
3. اجراءات الجمعية بشأن التقديم للهيئة العراقية للاعتماد للحصول على اعتمادها للجمعية وفق المواصفة الدولية الايزو 17024
4. ماتم بشأن الدراسة الخاصة بتوحيد مصطلحات النظم الادارية حيث تم الاتفاق على اعداد المسودة النهائية وارسالها الى دائرة التقييس
5. مقترح تنظيم محاضرة حول شهادة اداء الطاقة للعقار في نهاية شهر آب او بداية شهر ايلول بعد الاتفاق مع المحاضر
6. قبول اعضاء جدد

اجتماعات اللجان الفنية

ناقشت اللجنة الفنية الخاصة بأعداد مواصفات السلامة المهنية والحرائق (ل.ف 7) خلال إجتماعها الدوري لعام 2024 فقرات المواصفة الدولية (20346) الخاصة بـ (معدات الوقاية الشخصية-احذية السلامة) بحضور ممثلين من الجهات ذات العلاقة وعضو الهيئة الادارية المهندس جمال وعدد من اعضاء الجمعية من الهيئة العامة وذلك يوم 2024/8/28



التدريب

تدريب كوادر شركة DAAX التركية حول السقالات ومشرفي اعمال الرفع



الندوات

أقامت الجمعية العراقية للصحة والسلامة المهنية محاضرة عن شهادة تقييم الطاقة (Energy Performance Certificate) وذلك يوم السبت الموافق ٢٠٢٤/٨/٣١ في موقع الجمعية الجديد الكائن في الكرادة/محلة ٩٠٩/زقاق ٥٥/دار رقم ٣٠ حيث قدم المحاضرة الاستاذ علاء آل عيسى (مقيم اداء الطاقة السكني)



الفحص الهندسي

نفذت الجمعية لغاية 2024/8/31 :

1. تسعة عشر فحصاً هندسياً لسلامة المعدات الثقيلة منها عشرة مصاعد
2. اثنا عشر فحصاً لمشغلين



اعداد
الفيزيائية رفاة جميل احمد