

علاج المخدرات والكحول.

عليك أن تطلب المساعدة اذا كان تعاطيك للمخدرات أو للكحول يؤثر على صحتك الجسدية أو العقلية، عائلتك، علاقاتك، عملك، دراستك، وضعك المادي أو اي جانب آخر من حياتك.

تتوافر خدمات الدعم لك ولعائلتك واصدقائك اذا كانوا يشعرون بأن الخدمات ستساعدهم. سيتم تطوير علاجك بالتشاور معك وسيتم تصميمه لتلبية احتياجاتك الخاصة. يمكن أن تتغير طبيعة العلاج الذي تتلقاه مع الوقت ولكن سيتم استشارتك و ستشارك في عملية اختيار العلاج.

اذا كنت تتعاطى المخدرات أو الكحول ولا ترغب بطلب العلاج، تبقى استشارة طبيب العائلة بشكل دوري فكرة جيدة.

كيف لي أن أحصل على المساعدة؟

تقبل معظم خدمات علاج المخدرات والكحول التحويل الذاتي ما يعني ان الشخص يقوم بالاتصال بمقدمي خدمات العلاج مباشرةً وتحديد موعد للفحص. ليجاد خدمات العلاج ومناقشة العلاجات المتوفرة في ولايتك أو مقاطعتك اتصل بأرقام خدمات العلاج الخاصة بالكحول والمخدرات على الأرقام المذكورة أدناه

1800 250 015 تازمانيا	5124 9977 (02) كانبرا
9442 5000 (08) غرب استراليا 1800 198 024 (بيرث خارج)	9361 8000 (02) نيوساوث وايلز 1800 422 599 (خارج سيدني)
(معلومات) 1300 85 85 84 فكتوريا (استشارة) 1800 888 236	1800 131 350 مقاطعة أراضي الشمال
1300 131 340 جنوب استراليا	1800 177 833 كوينزلاند

بامكان طبيبك أيضاً تحويلك لخدمة مختصة بعلاج المخدرات. كما يمكن لطبيبك أن يقدم المعلومات والدعم والعلاج المستمر بعد انتهاء برنامج العلاج مع الخدمة المختصة. ومن المهم التذكر أنه لا يحتاج الجميع لعلاج مختص.

قد تحتاج خدمات العلاج الخاصة لتحويل من قبل طبيب لذا فإن التأكد من ذلك فكرة جيدة. بعد اتصالك بخدمة العلاج سيتم تنظيم فحص أو اختبار. قد يتم الاختبار عبر الهاتف أو وجهاً لوجه أولاً ومن بعد ذلك سيتم مناقشة خياراتك الخاصة بالعلاج. قد يكون هناك قائمة انتظار لبعض الخدمات ولكن اذا كانت الخدمة المناسبة غير متوفرة في مركز علاج معين قد يتم تحويلك للحصول على الخدمة في مركز آخر. اذا كنت حالياً تنتظر العلاج وتحتاج للدعم فإمكانك الحصول على المساعدة عن طريق الاتصال بـ ADIS (الأرقام المذكورة أعلاه) أو زيارة www.counselingonline.org.au

ما أنواع العلاجات المتوفرة؟

هناك عدد من العلاجات المتوفرة للمرضى العامين أو الخاصين والتي يمكن استخدامها مجتمعة. هذه العلاجات هي:

ادارة الأعراض الانسحابية/ طرد السموم

- **الخدمات السكنية**، توفر هذه الخدمة الدعم والبيئة المناسبة للعيش للأشخاص لكي يتمكنوا من الانسحاب من الاعتماد على الكحول والمخدرات في مركز خاضع للإشراف أو مستشفى. يتم تزويد هذه المراكز بالموظفين بشكل دوري وقد توفر خدمة الاستشارة للأفراد والمجموعات وخدمة دعم النظراء.
- **الخدمات الغير سكنية**، أي الخدمات المجتمعية. تعني هذه الخدمات انه لا يتوجب عليك العيش في المركز أو المستشفى خلال فترة العلاج. الخدمات المجتمعية تعتمد على منطقة سكنك ويتم تحويلك لخدمة في محللك. أمثلة على الخدمات الغير سكنية (مجتمعية) تضم الاستشارة، الانسحاب وخدمة اعادة التأهيل النهارية.
- **برامج اعادة التأهيل** والتي تقدم مكاناً للإقامة و خطة رعاية منظمة. قد تتراوح مدة البرامج من اسابيع قليلة إلى عدة سنوات. لا تقدم هذه البرامج عادة أدوية لسحب المخدرات أو الكحول ولذا فإنه من المهم أن تكون قد أنهيت علاج الانسحاب قبل البدء في هذه البرامج.
- **خدمات الدعم الاجتماعي** والتي من الممكن أن تقدم لك المساعدة للحصول على الاسكان، المساعدة المادية، المساعدة القانونية، المساعدة الخاصة بالصحة العامة ورعاية الاسنان وغيرها.
- **خدمات التشخيص المزدوج** هي الخدمات التي تعنى بالأشخاص الذين يعانون من ادمان المخدرات واضطرابات نفسية وهو ما يعرف بـ "التشخيص المزدوج". التشخيص باستخدام المخدرات والاضطرابات النفسية في آن واحد أمر شائع ويحتاج لخدمات تستجيب للتشخيصين.
- **برامج دعم النظراء** تعتمد عادةً على اشخاص مرّوا بتجربة استخدام المخدرات أو الادمان على الكحول عوضاً عن موظفي الصحة. أمثلة على هذه البرامج هي Narcotics Anonymous و Alcoholics Anonymous.

- الاستشارة وهي اكثر العلاجات شيوعاً للاستشارة عدة نماذج منها الحديث عن مشاكلك، تغيير نمط تفكيرك أو التخطيط لكيفية ادارة المواقف الصعبة. يمكن تقديم خدمات الاستشارة وجهاً لوجه أو عن طريق الهاتف أو على الانترنت.
- العلاج الدوائي باستخدام الأدوية كبديل عن المخدرات وهو ما يعرف باسم "العلاج الدوائي البديل". يتم وصف الدواء بجرعات طبية من المخدرات للتقليل من الرغبة. هذا العلاج متوفر فقط لبعض أنواع المخدرات ويمكن لطبيبك أو الخدمة التي تشرف على علاجك اعطاءك المزيد من المعلومات عن الخيارات المتوفرة بوضعك الخاص.
- الانسحاب أو طرد السموم ويشمل ايقاف أو تخفيف استخدامك للمخدرات. يشعر معظم الناس بأعراض خلال فترة الانسحاب بسبب اعتمادهم الجسدي أو النفسي على التعاطي. يمكن أن يؤدي الانسحاب أو طرد السموم دون استخدام علاجات أخرى في ذات الوقت إلى الانتكاس. من المهم البحث عن علاجات تكميلية كاستشارة ودعم النظراء أو إعادة التأهيل لدعمك خلال وبعد فترة الانسحاب أو طرد السموم.
- خدمات الدعم العائلية متوفرة لهؤلاء المتأثرين من تعاطيك المخدرات أو الكحول. فبالإضافة إلى تقديم الدعم يمكن لهذه الخدمات تقديم المعلومات عن أفضل الطرق لمساعدتك خلال علاجك. يمكنك الاتصال بخدمة Family Drug Support Australia-wide على الرقم 1300 368 186 أو رقم مساعدة العائلات المتأثرة بالكحول 1300 660 068

ماهي التكلفة؟

سيكون هناك تكلفة قليلة لبعض الخدمات في القطاع العام، ولكن بعض العلاجات (كالاستشارة و الانسحاب) تكون عادة مجانية أو بأسعار قليلة. عليك دفع تكاليف اي علاج تأخذه في مركز خاص لعلاج المخدرات والكحول. عادةً ما يطلب من النزلاء الذين يتمتعون بدفعات الرعاية مثل (Newstart) في الخدمات السكنية المساهمة أثناء علاجهم فيها.

قبل البدء بالعلاج تواصل مع Medicare أو مقدم التأمين الصحي الخاص بك اذا كان لديك اشتراك لمعرفة العلاجات التي يتم تغطيتها. ينصح باستخدام التأمين الصحي الخاص اذا كنت تود العلاج في قطاع العلاج الصحي الخاص.

لا يتوجب عليك التعامل مع مشاكل المخدرات لوحده. للحصول على المعلومات والمشورة اتصل بخط DrugInfo على الرقم 1300 85 85 84

للحصول على الدعم والارشادات حول كيفية التعامل مع صديق أو فرد من افراد العائلة من متعاطي المخدرات اتصل بخدمة Family Drug Help على الرقم 1300 660 068



● ابقى على اطلاع

twitter.com/alcoholdrugfdn

facebook.com/alcoholdrugfdn

● انصل بنا

t 1300 85 85 84

w adf.org.au

© Alcohol and Drug Foundation 2019

ABN 66 057 731

إخلاء مسؤولية: بذلت منظمة الأدوية الأسترالية قصارى جهدها لضمان صحة المواد المشمولة في هذا المنشور وقت الطباعة.

لا تمنح منظمة الأدوية الأسترالية اي كفالة ولا تتحمل اي مسؤولية عن دقة أو اكتمال المعلومات وتحتفظ بالحق في إجراء تغييرات دون سابق إنذار في أي وقت حسب تقديرها المطلق.