



ما هو الأمفيتامين؟

الأمفيتامين مادة منبّهة للجهاز العصبي المركزي، تُستخدم كدواء و في الوقت نفسه كمخدر غير قانوني. يُباع عادةً على شكل مسحوق أبيض أو أصفر أو رمادي أو وردي، و قد يأتي أيضًا على شكل معجون أو كتل رطبة. غالبًا ما تكون له رائحة حادة كيميائية. من الأسماء الشائعة له في النرويج: سييد (speed)، بيبر (pepper)، فورت (fort)، ماكا (makka) و يوجيسكو (joggesko).



كيف يعمل الأمفيتامين؟

يقوم الأمفيتامين بتنشيط الجسم و الدماغ. قد تشعر بأنك أكثر يقظة و نشاطًا من المعتاد. كثير من الأشخاص يصبحون أكثر كلامًا، و أكثر حركة، و يشعرون بأنهم «في حالة انتشاء». قد تتسارع الأفكار و يصبح الجلوس بلا حركة صعبًا. الحاجة للطعام و النوم غالبًا ما تقل، و قد يشعر البعض بزيادة في الثقة بالنفس أثناء فترة التأثير.

يمكن أيضًا أن تشعر بالقلق أو التوتر أو التملل. بعض الأشخاص قد يصبحون سريعًا الانفعال، أو مشككين، أو يشعرون بأن الأصوات و الروائح و الضوء أقوى مما هي عليه في الواقع.

الآثار الجانبية، و المخاطر، و الإدمان و أعراض الانسحاب



يمكن أن يسبب الأمفيتامين تفاعلات جسدية و نفسية حتى بجرعات صغيرة. تزداد الخطورة إذا كانت لديك مشكلات صحية مسبقة، أو إذا خلطته مع مخدرات أو أدوية أخرى.

الآثار الجسدية

من الآثار الجسدية الممكنة: تسارع في نبض القلب، و ارتفاع ضغط الدم، و ارتفاع درجة حرارة الجسم، و تسارع التنفس، و التعرّق، و الارتجاج و تشنجات العضلات. في حالات نادرة يمكن أن يسبب الأمفيتامين تفاعلات خطيرة مثل النوبة القلبية، أو اضطرابات نبض القلب، أو نزيفًا في الدماغ أو انهيارًا مفاجئًا – حتى لدى الشباب و الأصحاء.

الآثار النفسية

يمكن أن تظهر الآثار النفسية سريعًا بعد التعاطي. من التفاعلات الشائعة: القلق، و العصبية، و التوتر، و نوبات الهلع و الارتباك. قد يصبح البعض مشككين أو يمزون بذهان حاد مصحوب بالهلوسة و تغييرات في السلوك.

إذا استخدمت الأمفيتامين كثيرًا أو لعدة أيام دون نوم، تزداد مخاطر التفاعلات الشديدة. كثيرون قد يعانون من إرهاق شديد، أو نوبات هلع، أو ارتباك أو ذهان. لدى بعض الأشخاص تستمر هذه المشاكل حتى بعد التوقف عن التعاطي.

الاستخدام طويل المدى

إذا كنت تستخدم الكثير من الأمفيتامين لفترة طويلة، فإنه يؤثر على كل من الجسم و الدماغ، و تزداد مخاطر أن تصبح معتمدًا عليه. يمكن أن يؤثر الاستخدام طويل المدى على كيفية أدائك في الحياة اليومية. يعاني كثيرون من مشاكل في التركيز و الذاكرة و الطاقة و النوم، و قد يشعرون بمزاج منخفض.

يمكنك أيضًا أن تتعرض لمشاكل جسدية. كثيرون يفقدون الشهية و يصابون بنقص التغذية أو يفقدون الكثير من الوزن. قد يجفّ الفم، و تبدأ في صرير الأسنان، و تصبح صحة الفم سيئة. يمكن أن تتغير البشرة أيضًا، مثل ظهور جروح يتأخر التئامها أو بشرة غير نقية.

الإدمان

يمكن أن تصبح مدمنًا نفسيًا بشكل قوي على الأمفيتامين. بالنسبة لمعظم الناس يتطور هذا تدريجيًا. كثيرون يعانون من رغبة شديدة في التعاطي (craving) و شعور بفقدان السيطرة. عندما تستخدم الأمفيتامين لفترة، تزداد القدرة على التحمل. يعني ذلك أنك تحتاج إلى جرعات أكبر للحصول على التأثير نفسه. لدى بعض الأشخاص يحدث العكس – يصبحون أكثر حساسية و يتحملون المادة بشكل أسوأ. عندها قد تظهر أعراض مثل القلق، أو التوتر أو التشنجات. مع الوقت قد تتغير أسباب استخدامك للأمفيتامين. لم يعد الهدف فقط الحصول على النشوة، بل تجنّب الانزعاج أو انخفاض المزاج أو التوتر. و هذا يجعل التوقف أصعب.

أعراض الانسحاب

إذا كنت تستخدم الأمفيتامين كثيرًا و على مدى طويل، قد تشعر بتدهور عند التوقف.

من الشائع الشعور بالمزاج المنخفض، و التوتر، و العصبية، و القلق، و التملل، و مشاكل النوم و رغبة شديدة في العودة للتعاطي. كثيرون يعانون أيضًا من مشاكل في التركيز و الدافع. يمكن أن تظهر أعراض جسدية أيضًا، مثل الصداع، و الغثيان، و الآم العضلات، و الارتجاج، و التعرّق و زيادة الشهية.

بعد فترات من الاستخدام المكثف، يعاني كثيرون من "انهيار": تعب شديد و أعراض شبيهة بالإنفلونزا قد تستمر من عدة أيام إلى عدة أسابيع.

يلجأ بعض الأشخاص إلى استخدام مخدرات أخرى لتخفيف الأعراض، لكن ذلك قد يزيد الوضع سوءًا. إذا ظهرت هلوسات أو بارانويا أو أفكار انتحارية، يجب طلب المساعدة فورًا.

الجرعات و

طريقة التعاطي

عادةً ما تتراوح الجرعة المستخدمة من قبل المتعاطين بين ٢٠ و ١٠٠ ملغ من المادة النقية، لكن القوة تختلف كثيرًا. «الربع» (حوالي ٢٥٠ ملغ من المسحوق) قد يحتوي على ٥٠ إلى ١٥٠ ملغ من المادة النقية، تبعًا لدرجة خلطه بمواد أخرى.

غالبًا ما يُستخدم الأمفيتامين عن طريق الشم، لكن بعض الأشخاص يبتلعونه، أو يشرّبونه مذابًا، أو يحقنونه.

طريقة التعاطي تؤثر على سرعة ظهور التأثير و قوته – و كذلك على مستوى خطورة الأضرار.

الميثامفيتامين

الميثامفيتامين يشبه الأمفيتامين لكنه أقوى. كثيرون يحصلون على التأثيرات نفسها التي يسببها الأمفيتامين، لكنها تكون أشد و أطول.

و نظرًا لقوته الأكبر، تُستخدم منه عادة جرعات أقل – غالبًا بين ٥-٣٠ ملغ من المادة النقية. يمكن أن يبدأ مفعوله بسرعة و يستمر ٨-١٤ ساعة، حسب الكمية و طريقة التعاطي.

يوجد الميثامفيتامين على شكل مسحوق أو بلورات (ice / crystal meth)، و من الشائع تدخين الشكل البلوري. كان هذا الشكل قليل الانتشار في النرويج سابقًا، لكنه أصبح أكثر شيوعًا في الآونة الأخيرة.

خطر الآثار الجانبية و الإدمان أعلى من الأمفيتامين العادي، بسبب قوة المادة نفسها و بسبب أن طريقة تعاطيه غالبًا تكون التدخين.

الأمفيتامين و المخدرات الأخرى

خلط الأمفيتامين مع مخدرات أو أدوية أخرى يجعل من الصعب التنبؤ بكيفية استجابة الجسم، مما يزيد من المخاطر على المدى القصير و الطويل.

المواد المنشطة

إذا تناولت الأمفيتامين مع الكوكايين أو MDMA أو غيرها من المنبهات، فإن ذلك يضع ضغطاً على القلب والجهاز العصبي. تزيد المخاطر للإصابة بارتفاع ضغط الدم، والسخونة الزائدة، والتشنجات، ومشاكل في القلب. الخطر يصبح أعلى إذا تم تناول عدة مواد منشطة في نفس الوقت.

مضادات الاكتئاب

مثبطات MAO هي أدوية تستخدم لعلاج الاكتئاب. إذا تناولت الأمفيتامين مع مثبطات MAO، فإن الجسم لا يستطيع تحطيم الأمفيتامين بشكل طبيعي. يمكن أن ترتفع مستويات الأمفيتامين في الجسم بشكل غير طبيعي، مما قد يسبب ردود فعل خطيرة مثل ارتفاع ضغط الدم بشكل حاد، أو اضطرابات في ضربات القلب، أو نوبة قلبية، أو نزيف في الدماغ، أو الارتباك الشديد أو الدهان. في بعض الحالات، قد يؤدي ذلك إلى متلازمة السيروتونين.

المواد المهدنة

إذا خلطت الأمفيتامين مع مواد مهدنة (الكحول، أو البنزوديازيبينات، أو الأفيونات أو GHB)، قد يجعلك الأمفيتامين لا تشعر بتأثير المادة المهدنة كما ينبغي. قد يؤدي ذلك إلى تناول كميات أكبر من المادة المهدنة أكثر من ما يستطيع جسمك تحمله. عندما تنتهي تأثيرات الأمفيتامين، قد تصبح تأثيرات المادة المهدنة أقوى بشكل مفاجئ، مما قد يؤدي إلى فقدان الوعي أو في أسوأ الحالات إلى توقف التنفس.

القتب أو المواد المهلوسة

إذا استخدمت القتب أو المواد المهلوسة مع الأمفيتامين، قد يزيد ذلك من الآثار النفسية السلبية مثل القلق، والتوتر، والارتباك، والدهان – خاصة خلال فترة «التراجع» بعد تأثير الأمفيتامين.

الأمفيتامين و القانون

الأمفيتامين مدرج في قائمة المخدرات و يُعتبر محظوراً في النزويج دون وصفة طبية. من غير القانوني شراء أو استخدام أو تخزين أو بيع أو إنتاج أو نقل الأمفيتامين عبر الحدود. عادةً ما يُعاقب على حيازة كميات صغيرة للاستخدام الشخصي بالغرامة، و لكن قد يؤدي ذلك في بعض الحالات إلى السجن لمدة تصل إلى ستة أشهر. أما في حالة الكميات الأكبر أو الجرائم المتكررة أو في حالة الاستيراد أو البيع، فقد تكون العقوبات أشد – و في الحالات الخطيرة قد تصل إلى السجن لعدة سنوات.

الأمفيتامين و رخصة القيادة

يُعتبر القيادة تحت تأثير الأمفيتامين مشابهة للقيادة تحت تأثير الكحول. يُعزّض الشخص الشخص للمخالفات المالية، فقدان رخصة القيادة – و في بعض الحالات السجن. الأمفيتامين يُضعف ردود الفعل، و التفكير السليم، و التنسيق الجسدي لفترة طويلة بعد تناوله، و من المستحيل معرفة بالضبط متى يكون من الآمن القيادة. لذا يجب دائماً ترك وقت كافٍ بعد تناول المادة قبل التفكير في القيادة.

استخدام الأمفيتامين قد يجعلك غير قادر على تلبية المعايير الصحية للحصول على رخصة القيادة – حتى و إن لم تقم بالقيادة أثناء التأثير. الأطباء، و الأطباء النفسيون، و أطباء العيون ملزمون بالإبلاغ إذا كانوا يعتقدون أن استخدامك للمخدرات يتسبب في أضرار صحية و يزيد من خطر القيادة في حالة غير آمنة. و هذا يعني أن تأثير استخدام المادة على صحتك قد يقلل من قدرتك على القيادة بأمان، سواء أثناء التأثير أو بعده. لا توجد حدود واضحة لذلك، لكن في الممارسة العملية يعتقد العديدون أن حتى الاستخدام العرضي للأمفيتامين لا يتماشى مع المعايير الصحية للحصول على رخصة القيادة.

إذا تم وصف الأمفيتامين لك من قبل الطبيب، فهناك قوانين مختلفة عند استخدامه كما هو موصوف، قد يُسمح لك بالحصول على رخصة القيادة وفقاً لتقييم فردي من الطبيب.

الحمل و الإرضاع

يُوصى بعدم استخدام الأمفيتامين أثناء الحمل. قد يعاني الجنين من نقص في الأوكسجين و المواد الغذائية، مما يزيد من خطر الإجهاض، الولادة المبكرة أو انخفاض وزن المولود. بعض الأطفال قد يعانون أيضاً من أعراض انسحاب بعد الولادة. النساء اللواتي يرضعن لا ينبغي لهن استخدام الأمفيتامين، حيث إنه ينتقل إلى حليب الأم و يؤثر على الطفل.

الاستخدام الطبي

يُستخدم الأمفيتامين كدواء في النزويج، بشكل أساسي لعلاج اضطراب نقص الانتباه و فرط الحركة (ADHD) و الناركوليسيا. عند استخدامه كدواء، يتم إعطاء جرعات صغيرة و مناسبة بعناية، توفر تأثيراً ثابتاً و مراقباً. هذه الجرعات تكون أقل بكثير من تلك المستخدمة لأغراض التسلية، و هناك قوانين صارمة لوصف هذه الأدوية.

هل تحتاج إلى مساعدة بخصوص تعاطي المخدرات؟

إذا كنت تواجه مشكلات بسبب تعاطي المخدرات، من الأفضل التحدث مع شخص ما. يمكنك الاتصال بطبيبك العام أو بخدمة المخدرات في البلدية للحصول على المشورة و المتابعة. إذا كان لديك أسئلة و تريد البقاء مجهول الهوية، يمكنك الاتصال بـ RUSinfo على الرقم ٩١٥ ٠٨٥٨٨ أو عبر الدردشة على الموقع www.rusinfo.no

ماذا تفعل إذا فقد

شخص و عيه بعد تناول الأمفيتامين؟

- اتصل بـ ١١٣ فوراً – للحصول على مساعدة طبية محترفة بسرعة.
- تحقق من التنفس و النبض – هل الشخص يتنفس؟ ضع الشخص في وضع الاستلقاء الجانبي المستقر.
- إذا لم يتنفس؟ ابدأ بإجراء الإنعاش القلبي الرئوي واطلب إرشادات من ١١٣.
- لا تعطي مشروبات لشخص فاقده الوعي – قد يؤدي ذلك إلى خطر الاختناق.
- أخبر الطاقم الطبي: اذكر ما تناوله الشخص – و إذا لم تكن تعرف، قم بوصف الأعراض.
- لا تترك الشخص لوحده: حتى إذا كانت الحالة تبدو مقفلة، فإن أهم شيء هو الحصول على المساعدة. الطاقم الطبي ملزم بالحفاظ على بسرية المعلومات.

من الأفضل دائماً الاتصال برقم ١١٣ حتى و إن لم تكن الحاجة ملحة، بدلاً من عدم الاتصال.

الاحتياطات و الاستخدام الأكثر أماناً للأمفيتامين

- **ابدأ بتخفيض الجرعة:** تختلف قوة المادة كثيراً، و من السهل أن تتناول أكثر مما يستطيع جسمك تحمله.
- **قلل من مرات التعاطي:** فترات الراحة تقلل خطر قلة النوم، و ردود الفعل النفسية و الإدمان.
- **طريقة التعاطي:** ابتلاع الأمفيتامين يجعل امتصاصه أبطأ في الجسم، و لذلك يكون أقل خطورة من الشم أو الحقن. الشم يمكن أن يضر الأغشية المخاطية في الأنف مع الوقت. الحقن يحمل أكبر خطر للالتهابات و تلف الأوعية الدموية و الأمراض المعدية.
- **تجنب الخلط مع مواد أخرى:** الاستخدام مع مواد مهدنة (الكحول، الأفيونات، البنزوديازيبينات، GHB) أو منشطة (الكوكايين، MDMA) يمكن أن يسبب تفاعلات غير متوقعة و أكثر خطورة.
- **انتبه للنوم و الغذاء:** فترات طويلة من دون نوم تزيد خطر البارانونيا و الدهان. الطعام و الراحة يجعلان التفاعلات أخف.
- **اشرب قليلاً و بشكل منتظم:** الماء أو المشروبات الرياضية هي الأفضل، لكن تجنب شرب كميات كبيرة جداً في وقت قصير.
- **صحة الفم:** جفاف الفم و صرير الأسنان شائعان. العناية الجيدة بالأسنان يمكن أن تمنع الضرر.
- **استخدمه في مكان آمن:** كن مع أشخاص تثق بهم، و في مكان يسهل فيه الحصول على المساعدة إذا حدث شيء ما.

اختبارات الدم، و اللعب و البول

مدة بقاء الأمفيتامين في الجسم التي يمكن الكشف عنها تعتمد على الكمية و التكرار الذي يتم فيهما استخدامه، و الفروقات الفردية، و نوع الاختبار المستخدم.

- **الدم:** عادةً حتى بضعة أيام.
- **اللعب:** عادةً حتى بضعة أيام.
- **البول:** عادةً حتى أسبوع واحد.

مواعيد الكشف هذه إرشادية و قد تختلف بشكل كبير من شخص لآخر.