

نشانگان اقدام بموقع

شناسایی علایم
اختلالات روان پزشکی
در کودکان و نوجوانان
که منجر به مصرف مواد
در بزرگسالی خواهد شد



اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه این مقاله:

- ارتباط بین اختلالات روان پزشکی و مصرف مواد را بیان کنند.
- نشانه‌های اولیه و ملاک‌های اختلالات شایع روان پزشکی در کودکان و نوجوانان را فهرست کنند.
- اهمیت اقدام بموقع به منظور شناسایی اختلالات روان پزشکی و ارجاع به متخصص را توضیح دهند.

و رویدادهایی هستند که احتمال سوء مصرف مواد را افزایش می‌دهند. در مقابل عوامل حفاظت کننده، عواملی هستند که اثر عوامل خطر ساز را خنثی کرده و در نتیجه احتمال وقوع مشکل را کاهش می‌دهند. شش دسته بندی رایج برای این عوامل ذکر شده که شامل عوامل فردی، خانوادگی، همسالان، مدرسه، محله و جامعه است. سابقه ابتلا به اختلال روان پزشکی در دوران کودکی و نوجوانی از جمله عوامل خطر فردی مهمی است که فرد را مستعد مصرف مواد در سنین بالاتر می‌کند و آشنایی با نشانه‌های آن برای والدین / مراقبان کودک و کارکنان بهداشتی و درمانی بسیار حایز اهمیت است. گرچه وجود اختلالات روان پزشکی همراه، در

سعیده سادات مصطفوی

کارشناس واحد سلامت روانی اجتماعی و
پیشگیری از اعتیاد دانشگاه علوم پزشکی تهران



سیما جلالی

کارشناس مسؤول بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی تهران و رابط فصلنامه بهورز



مقدمه

یکی از رویکردهای مهم در تبیین و پیشگیری از مصرف مواد در سنین بزرگسالی، شناسایی عوامل خطر ساز و محافظت کننده در کودکی و نوجوانی است. بر این اساس عوامل خطر شامل موقعیت‌ها، ویژگی‌ها، متغیرها

عوامل خطر با عوامل محافظت کننده است که می توان به طور دقیق تری خطر مصرف مواد در گروه هدف مورد نظر را پیش بینی کرد.

طبق پژوهش های انجام شده در ایران، شیوع کلی اختلالات روان پزشکی در کودکان و نوجوانان ایرانی به طور میانگین ۲۳ درصد است و با وجود شیوع به نسبت بالای آن، هنوز مشکلات و موانع زیادی برای تشخیص بموقع و دریافت درمان مناسب و کافی در این گروه سنی وجود دارد و مطالعات نشان می دهد که ۷۵ درصد کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلالات روان پزشکی معمولاً شناسایی نشده و از خدمات سلامت روان کافی بهره مند نمی شوند.

اهمیت آشنایی با نشانگان اولیه و ملاک های اختلالات شایع روان پزشکی (نشانه های اقدام) در کودکان و نوجوانان

اولین قدم در ارزیابی مراقبت های ادغام شده در حوزه سلامت کودکان و نوجوانان، تشخیص بموقع نیازهای سلامت این گروه هدف، دسترسی به خدمات، اطلاع رسانی و آگاهی به بزرگسالان است. طبق آمارهای جهانی تنها یک چهارم کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلالات روان پزشکی توسط پزشکان مستقر در نظام مراقبت های اولیه تشخیص داده می شوند. علاوه بر این مهم ترین عامل پیش بینی کننده، ابراز نگرانی والدین و درخواست آن ها برای بررسی و توجه پزشک و در نتیجه تشخیص اختلال است. یکی دیگر از موانع در این زمینه، نبود زبان مشترک بین کارکنان مراقب سلامت و والدین است.

در صورت وجود این گونه مشکلات ارتباطی، تمایز نشانگان اختلالات روان پزشکی از رفتارهای بهنجار، از سوی کارکنان بهداشتی و درمانی دشوارتر می شود. بعلاوه انگ همراه با دریافت تشخیص اختلالات روان پزشکی، والدین را در برابر توصیه به دریافت کمک های تخصصی مقاوم می کند، لذا برای رفع این نگرانی ضروری است که آموزش نشانگان اقدام به کارکنان مؤسسه های مختلفی که در ارتباط با کودکان و نوجوانان هستند در پس زمینه یک سیاست مبتنی بر رعایت اخلاق حرفه ای، رازداری، پرهیز از قضاوت کردن، انگ زدن و تبعیض انجام شود. در غیر این صورت

افراد مصرف کننده مواد به عنوان یک اصل پذیرفته شده است، اما هر فرد مبتلا به اختلال روان پزشکی لزوماً مصرف کننده مواد نخواهد شد. همچنین سخت است بدانیم کدام کودک یا نوجوانی که مواد را امتحان کرده است، بعدها در بزرگسالی به مصرف مواد ادامه داده و مشکلات جدی تری را تجربه خواهد کرد. انستیتو ملی سوء مصرف مواد به سه رابطه احتمالی بین اختلالات روان پزشکی و اختلال سوء مصرف مواد اشاره کرده است:

۱. بیماری های روانی می تواند به سوء مصرف مواد منجر شود.

۲. سوء مصرف مواد می تواند به ایجاد یا تشدید بیماری های روانی منجر شود.

۳. ممکن است یک منشاء مشترک برای هر دو اختلال وجود داشته باشد.

با این وجود می توان گفت افرادی که تجربه شروع زودهنگام مصرف انواع مواد در کودکی و نوجوانی حتی به شکل تفننی را دارند، سابقه خانوادگی مصرف مواد در آن ها وجود دارد، مبتلا به اختلالات خلقی یا اضطرابی هستند و احساس تعلق پایینی نسبت به خانواده، اجتماع و مدرسه دارند، در معرض خطر بالاتر مصرف مواد در بزرگسالی هستند. همچنین لازم به ذکر است گرچه وجود عوامل خطر، احتمال مصرف مواد را افزایش می دهد ولی لزوماً رابطه علت و معلولی با مصرف مواد ندارد بلکه با در نظر گرفتن تعامل این

سابقه ابتلا به اختلال روان پزشکی در دوران کودکی و نوجوانی از جمله عوامل خطر فردی مهمی است که فرد را مستعد مصرف مواد در سنین بالاتر می کند و آشنایی با نشانه های آن برای والدین / مراقبان کودک و کارکنان بهداشتی و درمانی بسیار حایز اهمیت است.



برنامه‌های شناسایی و بیماریابی چندان موفق نخواهد بود، لذا به دلایل ذیل آموزش نشانه‌های اقدام از اهمیت زیادی برخوردار است:

* در آموزش سلامت آشنایی با نشانه‌های اقدام اهمیت زیادی دارد. وجود نشانه‌های شناخته شده به عنوان نشانه اقدام به معنای ابتلای فرد نیست، بلکه معنای آن این است که لازم است که فرد سریع به پزشک مراجعه کرده و از نظر ابتلا به اختلال یا بیماری بررسی شود.

* آشنایی با نشانه‌های اقدام می‌تواند به شناسایی زودرس مشکلات و درمان به موقع آن‌ها کمک کند. نشانه‌های اقدام در واقع نشانه‌های هشداردهنده‌ای هستند که ضرورت نیاز به ارزیابی بیشتر کودک را به والدین یا کارکنان مرتبط گوشزد می‌کند.

* برای کمک بموقع به کودکان و نوجوانانی که از مشکلات سلامت رفتاری و هیجانی رنج می‌برند شناسایی بموقع این مشکلات اهمیت اساسی دارد. علاوه بر این مطالعات نشان داده‌اند شناسایی زودرس مشکلات سلامت روان و درمان آن‌ها می‌تواند آسیب‌پذیری بالقوه کودکان و نوجوانان به شروع مصرف مواد را کاهش دهد.

* برخی مشکلات سلامت روان همچون اضطراب، ناامیدی، خلق پایین و نقص توجه و بیش‌فعالی از یک سو و برخی ویژگی‌های شخصیتی مانند هیجان‌خواهی و تکانش‌گری از سوی دیگر کودکان و نوجوانان را در معرض خطر مصرف مواد

قرار می‌دهند. شناسایی و درمان این مشکلات سلامت‌روان به کودکان و نوجوانان درگیر کمک می‌کند تا با مشکلات خود کنار بیایند و از راهبردهای تاب‌آوری منفی همچون مصرف مواد دوری کنند.

شناسایی دقیق علایم اختلالات روان‌پزشکی در کودکان و نوجوانان مستلزم شناخت ویژگی‌های رشدی در این دوره از زندگی است. چرا که برخی از این علایم گرچه می‌توانند از جمله علایم اولیه اختلالات روان‌پزشکی و نشانگان غیرمستقیم و زودهنگام مصرف مواد باشند، مشابه با علایم رشد طبیعی در دوران کودکی یا نشانگان دوران بلوغ در سنین نوجوانی بوده و گذرا هستند. برخی علایم مشکوک‌کننده عبارتند از:

از کوره در رفتن	رفتارهای بی‌ثبات و غیرقابل پیش‌بینی
خلق پایین	عدم تمایل به برقراری ارتباط و میل به تنها ماندن در خانه
خیال‌بافی و بی‌اعتنایی به واقعیت	نحوه لباس پوشیدن، دکور اتاق و سلیقه موسیقی
نبود تمرکز، فراموشکاری و بی‌نظمی	رفتارهای فریبکارانه برای وادار کردن والدین به انجام کاری
نبود همکاری یا تمایل به انجام فعالیت‌های خانوادگی	بی‌علاقگی به دوستان مورد علاقه سابق وجدایی از دوستان
توجه شدید به زمان حال و بی‌اعتنایی نسبت به آینده	تغییر ظاهر برای متفاوت به نظر رسیدن
خودداری از روبرو شدن با مسایل مربوط به خانواده	تمرد علیه قوانین و بحث و جدل بیش از حد با اولیای امور

در کنار علائم مشکوک کننده، علائم تایید کننده‌ای برای ابتلا به یکی از انواع اختلالات روان‌پزشکی وجود دارد که می‌تواند از جمله نشانگان مستقیم مصرف مواد نیز باشد و هرگز بخشی از رشد طبیعی کودک یا نوجوان نیست و بروز آن خطر جدی تلقی می‌شود. از جمله این علائم تایید کننده به شرح ذیل است:

احساس افسردگی در اغلب اوقات	خشمگین بودن و قلدری در اغلب اوقات
عملکرد ناموفق در حوزه فردی / اجتماعی / تحصیلی / خانوادگی / ارتباط با همسالان	افزایش اضطراب به مرور زمان و شکایت‌های جسمی مکرر از قبیل دل درد، سردرد و غیبت از مدرسه به دلیل بیماری
ناپایداری هیجانی و خودکنترلی ضعیف	بروز رفتارهای پر خاشگرانه و تکانشگری
تحریک‌پذیری و کم‌تحملی	بیش‌فعالی و بی‌توجهی
تماس‌های تلفنی مشکوک به ویژه در زمان‌های نامناسب شبانه روز	مفقود شدن پول یا اشیاء با ارزش که قابلیت فروش دارند
دروغگویی مرتب در مورد حوادث بی‌اهمیت و اصرار به اینکه دروغ نگفته است	گیرافتادن مکرر در حال سیگار کشیدن و پیداشدن وسایل مصرف مواد مخدر از قبیل کاغذ سیگار، زورق و...
مشکلات و تغییرات جسمی مثل خستگی مداوم، بیان جملات غیر واضح، زخم‌های بی‌دلیل و مواردی از این قبیل	زیر پا گذاشتن قوانین مدرسه و خانه از قبیل ساعت ورود و خروج و افت تحصیلی ناگهانی یا کاهش تمایل به تحصیل
داشتن مقدار زیادی پول بدون اینکه توضیحی برایش داشته باشد یا نیاز مکرر به پول	ناپدید شدن یا کاهش قرص‌های مسکن مخدر مانند کدئین یا خواب‌آور و آرام‌بخش
استشمام بوی دود و الکل یا مواد از بدن یا دهان نوجوان	افزایش یا کاهش قابل ملاحظه در میزان خواب یا بی‌نظمی شدید خواب و بیداری
جواب دادن همراه با پر خاشگری زمانی که درباره مواد از نوجوان سوال می‌شود	ارتباط با دوستان جدیدی که اغلب مسن‌ترند و ملاقات‌های دور از خانه

گفت که آیا کودک شما مشکل هیجانی دارد یا خیر؟ اگر متوجه شده‌اید که فرزندتان هر یک از نشانه‌های اقدام زیر را دارد، او را برای ارزیابی بیشتر نزد پزشک ببرید:

- * احساس غمگینی زیاد برای مدت بیش از دو هفته
- * قصد جدی آسیب به خود یا خودکشی یا داشتن نقشه برای انجام آن
- * نگرانی شدید یا ترس در حدی که مانع انجام فعالیت‌های روزمره او شود.
- * دشواری شدید در تمرکز یا آرام‌نشستن در حدی او را در معرض خطر آسیب جسمی قرار دهد یا باعث افت تحصیلی شود.
- * غذا نخوردن، بالا آوردن یا استفاده از ملین برای کاهش وزن

لازم به ذکر است که علائم اولیه غیرمستقیم، گرچه قطعا نشانگر وجود اختلالات روان‌پزشکی و مصرف مواد نیستند اما به هر حال به وجود مشکلی در کودک و نوجوان یا رابطه او با خانواده اشاره می‌کند. مشاهده علائم دسته اول (غیرمستقیم) نیازمند بررسی بیشتر و مشاهده علائم دسته دوم (مستقیم) نیازمند اجاع و مشاوره تخصصی است.

نتیجه‌گیری

اگر یک دماسنج بتواند به شما بگوید که کودک شما از نظر رفتاری یا هیجانی حالش خوب نیست، برای تان جالب نخواهد بود؟ درست مثل یک دماسنج که دمای بدن فرزند شما را به شما نشان می‌دهد، این نشانه‌های اقدام به شما خواهد

پیشنهادها

- * الزام غربالگری اختلالات روان‌پزشکی کودکان در مهد کودک‌ها، مراکز نگهداری کودکان و مراکز خدمات جامع سلامت جهت همه کودکان زیر ۵ سال و کودکان بالای ۵ سال از طریق پرسشنامه‌های معتبر در کنار سایر غربالگری‌هایی که در بدو ورود به مدارس و در سال‌های تحصیلی مختلف برای دانش‌آموزان انجام می‌شود.
- * ارایه مراقبت‌ها و خدمات بموقع به منظور پیشگیری از ابتلا به اختلالات روان‌پزشکی در سنین کودکی و نوجوانی
- * آموزش نشانگان اختلالات روان‌پزشکی شایع به عنوان عوامل زمینه ساز مصرف مواد و رفتارهای پرخطر و عوامل خطر ساز و محافظت کننده مصرف مواد در کودکان و نوجوانان به والدین، مراقبان کودک، مدیران و معلمان مدارس و... تهیه رسانه‌های آموزشی متناسب با گروه هدف، بهره‌گیری از رسانه‌های جمعی و شبکه‌های اجتماعی به منظور اطلاع‌رسانی همگانی و کاهش انگ
- * تدوین برنامه‌های آموزشی و بازآموزی‌های مداوم، مرتبط با این حوزه به شکل حضوری و غیرحضوری برای کارکنان شاغل در حوزه بهداشت و درمان، آموزش و پرورش و بهزیستی

- * ترس ناگهانی شدید بدون دلیل که گاهی اوقات با تپش قلب یا تنفس سریع همراه است.
- * دعوا کردن زیاد، رفتارهای خارج از کنترل که می‌تواند به خود یا دیگران آسیب بزند.
- * مصرف سیگار، الکل یا مواد
- * نوسانات خلقی شدید که باعث آسیب به روابط او بشود.
- * تغییرات شدید در رفتار یا شخصیت فرزندتان
- * سخن آخر این که بهبود کیفیت زندگی کودکان و نوجوانان در کشور از اهداف مهم نظام سلامت محسوب می‌شود. مشکلات سلامت روان و مصرف مواد در کودکان و نوجوانان غیرشایع نیستند و با در دسترس بودن درمان‌های مؤثر، برای دسترسی کودکان و نوجوانان به این خدمات لازم است والدین، معلمان و سایر مراقبان نسبت به شناسایی این مشکلات و ارجاع فرد حساس باشند. تلاش برنامه‌نشانه‌های اقدام این است که نه تنها شناسایی کودکان نیازمند خدمات سلامت رفتاری زودتر و کارآمدتر انجام شود، بلکه همچنین می‌خواهد تعامل نزدیک‌تری بین نظام مراقبت‌های بهداشتی درمانی و مدارس و سایر مؤسسه‌های ارایه دهنده خدمات به کودکان و نوجوانان را تسهیل کند. امید است با همکاری بین بخشی نزدیک، شناسایی بهتر و زودتر بچه‌های نیازمند خدمات سلامت صرفاً یک آرزو یا هدف نباشد، بلکه تبدیل به دستاوردی دیگر برای نظام سلامت کشور شود.

منابع:

- * Wolfe, D.A. What parents need to know about teens risk taking: strategies for reducing problems related to alcohol, other drugs, gambling and internet use. CAMH, Toronto, Canada, 2011
- * محمدی، مسعود؛ ویسی رایگانی، علی اکبر؛ جلالی، رستم؛ قبادی، اکرم؛ عباسی، پروین. شیوع اختلالات رفتاری در کودکان ایران (مطالعهٔ مروری سیستماتیک و متاآنالیز). مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۱۳۹۷، ۲۸ (۱۶۹): ۹۱-۱۸۱
- * اقدام به موقع: شناسایی مشکلات سلامت روان و مصرف مواد در کودکان و نوجوان (راهنمای خانواده‌ها و مدارس). تهیه شده توسط ادارهٔ پیشگیری و درمان سوء مصرف مواد، دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی. ۱۳۹۴.
- * ممتری، سعید. بستهٔ آموزشی نوجوان سالم من، (راهنمای آموزشگران). تهیه شده توسط دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی. ۱۳۹۴.

به این موضوع امتیاز دهید (۱ تا ۱۰). کد موضوع ۱۰۳۲۱۲. پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۱. نحوه امتیازدهی: امتیاز- شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰-۱۰۳۲۱۲)