

میتواند زندگی شخص را تهدید کند. اگر در منزل با چنین علائمی روبرو شدید، باید سریعاً با مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید و از روش ترک الکل در منزل استفاده نکنید زیرا به دلیل عدم حضور کادر درمانی و انجام مراحل سم زدایی به یک باره (ترک یابویی)، میتواند علاوه بر عدم موفقیت سلامتی فرد را نیز به خطر بیندازد.

علائم سندرم ترک الکل

علائم و نشانه‌های سندرم ترک اعتیاد الکل ممکن است از شش ساعت تا چند روز پس از آخرین بار مصرف الکل، در فرد ظاهر شود. این

پی داشته باشد. هر کدام از روش‌های ترک اعتیاد به الکل که توسط پزشک متخصص این مرکز برای بیماران تشخیص داده میشود، بر اساس شرایط جسمی هر فرد و بسته به مقدار و زمان مصرف الکل او دارد.

گفته میشود که با ترک ناگهانی الکل یا کاهش قابل توجه دوز مصرف الکل در فرد بروز میکند. علائم سندرم میتواند ترکیبی از علائم جسمی و روحی باشد و فرد از اضطراب و خستگی خفیف تا حالت تهوع را تجربه کند. برخی از علائم شدید این سندروم توهم، تشنج، اختلالات قلبی و تب بالا است که متأسفانه

ترک الکل

روش‌های مختلفی برای ترک الکل وجود دارد که در کلینیک ترک اعتیاد با استفاده از روش‌های نوین و بر اساس نیازهای فردی بیمار، از هر کدام از آنها استفاده

میشود. مصرف زیاد الکل همیشه عواقب جبرانناپذیری مثل کوری، کما و حتی مرگ به دنبال داشته است که افراد زیادی را درگیر خود میکند.

اعتیاد به الکل یا الکلیسم باعث وابستگی شدید جسمانی میشود و ترک ناگهانی آن میتواند خطراتی مثل تشنج و حتی مرگ را در

که از آن جمله میتوان به موارد زیر اشاره کرد

بروز بیماریهای کبدی، عوارض عصبی، کاهش تراکم استخوان، مشکلاتی که روی چشم تاثیر میگذارند، افزایش خطر ابتلا به سرطان کبد (در صورتی که مصرفکننده به بیماری یرقان ابتلا پیدا کند)، تشدید عوارض دیابت، بروز مشکلات جنسی، بروز مشکلات قلبی، ضعف در سیستم ایمنی، بروز مشکلات گوارشی.

آیا ترک الکل باعث افسردگی میشود؟

❑ فشار خون بالا

❑ بهترین راه پیشگیری از

سندروم ترک الکل، پرهیز از نوشیدن زیاد الکل است. اگر قبلاً به الکل وابسته شدهاید، هر چه زودتر به دنبال مشاوره و مراقبتهای پزشکی برای ترک باشید. هدف ما در کلینیک پیام تندرستی این است که با خیال راحت و به تدریج

❑ وابستگی خود را به الکل کاهش دهید، تا بتوانید زندگی سالم را از سر بگیرید.

❑ عوارض مصرف الکل

❑ عوارض مصرف الکل برای فرد

به اصطلاح الکلی بسیار زیاد است،

علائم حداقل شامل دو مورد از موارد

زیر است:

❑ لرزیدن

❑ اضطراب

❑ حالت تهوع

❑ استفراغ

❑ سردرد

❑ افزایش ضربان قلب

❑ تعریق

❑ تحریکپذیری

❑ گیجی

❑ بیخوابی

❑ کابوس

روانشناسی ترک اعتیاد است. هدف از حضور در این جلسات، ریشه‌یابی دلیل اصلی اعتیاد به الکل است.

پس از آن بر اساس تشخیص پزشک متخصص ترک اعتیاد الکل باید با استفاده از سمزدایی توسط داروهای روانپزشکی سمزدایی انجام شود و این مرحله در کلینیک، تحت نظارت کادر مجرب پرستاری انجام خواهد شد.

خارج کردن الکل از بدن شخص مصرفکننده در واقع اولین گام در ترک الکل است و افرادی که اعتیاد شدید به الکل دارند، در این مرحله علائم ترک شدید و بالطبع

مدیریت این محرکها لازم است، میل شدید و غیرقابل کنترل به مصرف الکل را کاهش دهد و در نهایت درمان کند.

مراحل ترک اعتیاد الکل

اعتیاد به الکل یکی از شایعترین انواع اعتیاد است که درمانها و روشهای ترک گوناگونی دارد. اگر شما به دنبال ترک الکل با طب سنتی هستید، باید بدانید درمان اعتیاد به الکل به این سادگیها نیست و باید برای کنترل علائم ترک از روشهای علمی و اصولی بهره بگیرید. اولین کاری که لازم است برای ترک انجام شود، رفتن به جلسات مشاوره

افسردگی بعد از ترک الکل، اگرچه برای همه افراد اتفاق نمیافتد، اما بعد از درمان سوءمصرف الکل یا اعتیاد به الکل کاملاً طبیعی است. حتی افرادی با مصرف زمان مشخص برای ترک الکل ثابت نیست و به نسبت شرایط اعتیاد افراد، متفاوت و متغیر است. کلینیک ترک اعتیاد پیام تندرستی با داشتن تجهیزات لازم میتواند در جهت ترک و کنترل محرکهای دیگر به مصرفکنندگان در حال ترک کمک کند و با استفاده از روشهای موثری که برای

این روش برای افرادی مناسب است که میخواهند بدون کمترین تحمل استرس یا حواس پرتی در زمینه کار یا تحصیل یا حتی تعهدات اجتماعی، اعتیاد به الکل را ترک کنند. بستری شدن در کلینیک پیام تندرستی به شخص دچار اعتیاد به الکل اجازه میدهد تا به خوبی فرآیند درمان روانپزشکی و روانشناسی را انجام دهد تا این که در نهایت آن را ترک کند.

۲. ترک الکل با اصلاح سبک زندگی

افرادی که به الکل اعتیاد پیدا میکنند، به دنبال این هستند که با

ناراحتیهای جسمی و روحی و عوارض دوران ترک الکل جلوگیری کند.

۱. ترک قطعی الکل به روش سم زدایی تدریجی

یکی از راههایی که برای ترک اعتیاد الکل استفاده میشود، سمزدایی بدن از مواد مخدر میباشد، که لازم است بیمار بصورت شبانهروزی در کلینیک بستری شود. مزیتی که این روش نسبت به سایر روشها دارد این است که بیمار، پشتیبانی فردی و مراقبت بیست و چهار ساعته روانشناس ترک اعتیاد و کادر درمانی کلینیک پیام تندرستی را خواهد داشت.

آزاردندهای را تجربه خواهند کرد. از این جهت که ممکن است عوارض مرگباری در شخص ایجاد شود، لازم است که سمزدایی الکل از بدن فرد، تحت نظارت متخصص سمزدایی و کادر پزشکی باشد.

همانطور که گفته شد عوارضی مثل لرز، تعریق زیاد، تشنج و توهم از علائمی هستند که در شخص بیمار، هنگام ترک بروز خواهد کرد. سمزدایی در واقع به کمک داروهای روانپزشکی و بر اساس نظارت کادر پزشکی انجام خواهد شد. کلینیک پیام تندرستی تمام تلاش خود را در این مرحله میکند تا از بروز

کمتری هنگام ترک داشته باشد. بنا بر تجربه و مشاهدات، تعداد افرادی که فقط ترک جسمی الکل را انجام داده‌اند، مجدداً به مصرف دوباره آن بازگشته‌اند و در مقابل محرک‌های بیرونی و وسوسه‌ها قادر به مقاومت نبودند. رویکرد انگیزشی و حمایت روانشناسان کلینیک پیام تندرستی، در راه ترک الکل بسیار مفید خواهد بود.

داروهای ترک اعتیاد الکل

داروهایی که برای ترک الکل فرد تجویز میشوند، در واقع داروهای حساس به الکل هستند و در صورتی

مدت زمان دوره ترک الکل به نیازهای خاص و طول مدت مصرف هر بیمار بستگی دارد. زمانی که بیمار در کلینیک بستری میشود، میتواند از روشهای رفتاردرمانی هم بهره‌مند شود، که محبوبترین آنها رفتاردرمانی شناختی (CBT) است. به طور معمول این مرحله یک هفته زمان خواهد برد و به دلیل سخت بودن این مرحله، داروهای لازم برای شما تجویز خواهد شد.

ارتباط با روانشناس برای ترک مصرف الکل کمک زیادی میکند. درمان اختلالات ناشی از مصرف باعث میشود، فرد تاثیرات روانی

دوستان یا نزدیکانشان لذت نوشیدن الکل را تجربه کنند، ولی به این کار معتاد میشوند. به همین دلیل کسی که میخواهد اعتیاد به الکل را ترک کند، لازم است که مهارتها و مکانیسمهای

مقابله با این پیشنهادها را یاد بگیرد. مهارت جرات ورزی یکی از مهمترین مهارتهایی است که در کلینیک آموزش داده میشود و به شخص معتاد کمک میکند که راحتتر اعتیاد به الکل را کنار بگذارد.

۳. ترک اعتیاد به الکل با مشاوره

و رواندرمانی

میشود و همزمان تلاش میشود تا برای درمان بسیاری از اختلالهایی که ناشی از ترک است، به بیمار کمک شود. شخصی که به الکل اعتیاد دارد، با محرکهای زیادی در حین اعتیاد روبرو خواهد بود و برای کنترل آنها لازم است در کلینیکی بستری شود که تجهیزات لازم را برخوردار باشد.

منبع:

هاریسون 2018

که شخص آنها را مصرف کند، باعث عوارض ناخوشایند خواهند شد.

❓ کنترل شده نیز پس از ترک یکباره الکل با افسردگی روبرو میشوند. این افسردگی به دلیل کاهش دوپامین در مغز اتفاق میافتد و موجب ایجاد احساس غم و ناامیدی در فرد میگردد. اگر به این افسردگی توجه نشود، میتواند منجر به عود اعتیاد در فرد شود.

ترک الکل چند روز طول

میکشد؟

در مرکز ترک اعتیاد و اعصاب و روان ترک الکل به صورت تدریجی آغاز