



معاونت دانشجویی دانشگاه شهید چمران

مرکز مشاوره دانشجویی

## نگاهی به عوارض خطرناک مصرف قرصهای ریتالین



آدرس : معاونت دانشجویی دانشگاه شهید چمران  
جنب درمانگاه - مرکز مشاوره دانشجویی  
تلفن: ۰۴۳۷۳۷۳۷

توجه به این نکته حائز اهمیت است که، مصرف ریتالین به دلیل مشخص بودن عوارض ناخوشایند آن از سوی دانشجویان علوم پزشکی استقبال نمی شود ولی برخی از دانشجویان سایر رشته ها به دلیل آشنا نبودن با عوارض آن به مصرف آن دست می زنند که لازم است آگاهی های لازم در این خصوص داده شود.

فرد بعد از مدتی که قرص را به طور موقتی و برای موقعیت های خاصی استفاده می کند به مرور به این ماده اعتیاد پیدا می کند. زرد شدن رنگ پوست، مشکلات کبدی، نارسایی کلیه، اضطراب، بی قراری، پرخاشگری، رفتار عصبی از عوارض روحی و جسمی شایع در این افراد است و بعد از مدتی فرد را از پا در می آورد.

دانشجویان عزیز توجه داشته باشید اگر کسی این قرص را به طور مرتب یا با فواصل کوتاه مصرف کند، به آن وابسته می شود و وقتی می خواهد آن را کنار بگذارد، در صورتی که تحت نظر پزشک نباشد، ممکن است به افسردگی دچار گردد.

حسین حساوی

کارشناس ارشد روانشناسی

مرکز مشاوره دانشگاه شهید چمران

نکته مهم مشترک در بین همه مصرف کنندگان خودسرانه داروی ریتالین، این است که آنها دانشجویانی هستند که در طول ترم درس نمی خوانند و برای یادگیری درسی که حداقل فراگیری آن به دو ماه زمان نیاز دارد، می خواهند فقط یک یا دو شب زمان بگذارند. به این ترتیب نیاز به شب بیداری، انرژی و تمرکز بیشتر در آن شب دارند که به سمت مصرف این داروی روان گردان زیان آور کشیده می شوند.

اغلب این دانشجویان در عادت های تحصیلی و انگیزش؛ انگیزش کلی و خاص، دچار مشکل هستند و مهارت مطالعه ندارند و می خواهند همه مشکلات خود را با مصرف یک قرص ریتالین رفع کنند.

بنابراین دانشجویان مصرف کننده ریتالین، آن را جانشین عادت تحصیلی خود می کنند و به جای آنکه روش تحصیل و زمانی که باید برای این کار اختصاص دهند را اصلاح کنند و سبک زندگی دانشجویی را انتخاب کنند، دنبال نتیجه گیری یک شبه و یکباره هستند. در حالی که اگر آنها حجم درس خود را در طول ترم تقسیم کنند و درست یاد بگیرند، بیش از ۹۰ درصدشان نیازی به مصرف ریتالین ندارند.

عمده ترین دلیل گرایش به استفاده از این قرص ها الگو برداری و نقش پذیری از گروه دوستان است. تقویت حافظه، افزایش تمرکز و دقت دانشجویان در هنگام درس خواندن به ویژه شب های امتحان از دیگر علل گرایش دانشجویان به مصرف این قرص می باشد.

به نام خدا

با سلام طبق آمارهای منتشر شده در سالهای اخیر مصرف خودسرانه داروی ریتالین در بین دانشجویان به سرعت رو به افزایش است. با توجه به نزدیکی فصل اکتحانت و اهمیت سلامت ذهنی و جسمی دانشجویان عزیز بر آن شدیم تا در خصوص این دارو اطلاعاتی را به دوستان عزیز منتقل نماییم. امید است با استعانت خداوند در رسیدن به اهداف خود موفق باشیم.

#### تاریخچه ریتالین:

متیل فنیدیت (MPH) «با نام تجاری» ریتالین» توسط کمپانی داروسازی «نوارتین» در سال ۱۹۵۴ به بازار دارویی دنیا عرضه شد. در ابتدا قرار بود این دارو برای درمان افسردگی، خواب آلودگی در طول روز و سندرم خستگی مزمن استفاده شود اما بتدریج با پیشرفت علم و تجربه های گوناگون مشخص شد می توان از این دارو در درمان کودکانی که دچار اختلال بیش فعالی و کم توجهی هستند (ADHD) نیز استفاده کرد.

#### آثار مصرف ریتالین:

از آنجا که ریتالین دارویی است که توسط پزشکان تجویز می شود، مصرف کنندگان تصور می کنند این قرص ها بی خطرند و عوارض ناشی از سوء مصرف مواد مخدر را ندارند. در حالی که عوارض مصرف خودسرانه این قرص ها می تواند در حد مواد دیگر نظیر کوکائین و آمفتامین باشد. پزشکان و روانپزشکان با صراحت اعلام می کنند ترك كردن داروهای محرك آمفتامینی نظیر ریتالین و اکستازی، بسیار سخت تر و پیچیده تر از كراك، هرویین و سایر مواد مخدر است.

استفاده محدود و کنترل شده ریتالین باعث عادت کردن بدن مصرف کننده به دوزهای پایین و در نتیجه ایجاد علاقه فرد به استفاده از دوزهای بالاتر و حتی مصرف داروهای سنگین تر و خطرناک تر شده و منجر به وابستگی روانی می شود.

#### شایع ترین عوارض مصرف خود سرانه قرص های

#### ریتالین عبارتند از:

- عصبی شدن و بی خوابی
  - حالت تهوع و استفراغ
  - احساس سرگیجه و سردرد
  - تغییرات ضربان قلب و فشار خون، که معمولاً به صورت افزایش است ولی در مواردی به شکل کاهش دیده می شود.
  - خارش و جوش های پوست
  - دردهای شکمی، کاهش وزن و مشکلات معده
  - مصرف دایمی و اعتیاد(وابستگی)
  - بروز حالت های روان پریشی (جنون) و علایم وابستگی به ریتالین
  - بروز افسردگی پس از قطع مصرف
- #### عوارض مصرف مقادیر زیاد ریتالین:
- از دست دادن اشتها و سوء تغذیه.
  - لرزش و پرش عضلات.
  - تب، تشنج و سردرد.
  - نامنظم شدن ضربان قلب و تنفس که در مواردی می تواند به شکل خطرناکی ادامه پیدا کند.
  - تکرار حرکات و اعمال بی هدف.
  - بروز حالت های پارانوئید(سوء ظن)، توهم و هذیان.
  - احساس حرکت و جنبش حشرات در زیر پوست.
  - مرگ (سوء مصرف ریتالین منجر به مرگ نیز شده است).

#### عوارض مصرف بیش از اندازه :

افزایش درجه حرارت بدن، بی نظمی در ضربان قلب، سردرد و تهوع، افزایش فشارخون و تشنج از عوارض مصرف بیش از اندازه ریتالین است.

داروی ریتالین از سوی پزشک برای کودکان بیش فعال تجویز می شود و خواب را کم می کند اما این موضوع که افراد بالغ به منظور افزایش یادگیری و زمان بیشتر بیدار ماندن از آن استفاده می کنند دارای عوارضی خواهد بود که شناخته شده ترین آن پرخاشگری و ایجاد اختلال در سیستم اعصاب مرکزی است.

دانشجویانی که فکر می کنند شب امتحان باید درس بخوانند باید بدانند که همانطور که خواندن لازم است، خوابیدن هم لازم است. چرا که زمانی که مغز وارد فاز پردازش اطلاعات می شود در صورتی که مغز استراحت کند این پردازش اطلاعات به نحو مطلوبی صورت می گیرد.

در صورتی که استراحت وجود نداشته باشد مغز نمی تواند آن اطلاعات را پردازش کند پس بیدار ماندن طولانی نمی تواند کمک زیادی به یادگیری در شب امتحان کند.

در سال های اخیر مصرف خودسرانه این دارو در بین دانشجویان افزایش یافته و به ویژه در برخی گروه های خاص که نیاز به تمرکز بیشتر و پشتکار بیشتر دارند، مصرف بیشتر این دارو را شاهدیم.