

ریتالین :

متیل فنیدات (که بیشتر به نام تجاری آن، ریتالین شناخته می‌شود، از مشتقات گروه امفتامین‌ها است. که برای درمان بیش فعالی، نشانه‌های نارکولپسی، و برخی از مبتلایان به افسردگی تجویز می‌شود. از این دارو همچنین در درمان خواب‌آلودگی مزمن در میان افراد میانسال و کهنسال استفاده می‌شود.

داده‌های فارماکولوژیک

دسترس‌ی بیولوژیک: ۱۱ تا ۵۲ درصد

نیمه عمر: ۲ تا ۴ ساعت

اتصال به پروتئین: ۳۰ درصد

متابولیسم: کبدی (۸۰ درصد)

مسیر دفع: کلیوی

منع مصرف

برای افراد دارای اضطراب زیاد، فشار عصبی، عصبانیت همراه با بی‌قراری، حساسیت مفرط نسبت به دارو، فشار خون بالا، گلوکوم، افسردگی‌های قابل درمان با داروهای ضد افسردگی رایج، تیک‌های حرکتی) به جز سندرم Tourette's نشانگان_توره یا نشانگان ژیل دولاتوره(، و کودکان زیر ۶ سال مصرف این دارو منع می‌شود.

هشدارها

احتمال وابستگی به دارو و سوءاستفاده از دارو وجود دارد (بسته به میزان، نحوه مصرف و فرد استفاده کننده). اگر چه وابستگی جسمانی به ریتالین همانند مواد مخدری نظیر تریاک و شبه مرفین‌ها گزارش نشده است؛ اما پزشکان بر وابستگی روانی و نیاز به افزایش میزان مصرف آن که پدیده تحمل (Tolerance) نیز نامیده می‌شود، اتفاق نظر دارند. از علائم ترک جسمانی و روانی این قرص می‌توان به دردهای عضلانی، خواب‌آلودگی و افسردگی نام برد.

این دارو فقط برای افرادی تجویز می‌شود که سابقه کامل آنها به طور دقیق ارزیابی شود.

برای بیمارانی با واکنش حاد استرس نباید تجویز شود.

در مصرف طولانی مدت دارو، بهتر است آزمایش‌های منظم شمارش سلول‌های خونی، شمارش افتراقی و شمارش پلاکت‌ها نیز انجام شود.

در صورت عدم بهبودی پس از یک ماه مصرف، باید دارو را قطع کرد.

این دارو نباید برای درمان حالت‌های خستگی مفرط طبیعی، افسردگی و سایکوزها استفاده شود.

نیاز به ادامه مصرف دارو باید مرتب ارزیابی شود و در زمان تعطیلات و زمانهایی که استرس فرد کم است، مصرف کاهش یافته یا قطع شود.

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

استفاده از این ماده طبق قوانین جهانی مبارزه با دوپینگ ممنوع می‌باشد.

دوز این دارو براساس نیازها و عکس‌العمل‌های فردی تعیین می‌گردد. در کودکان (۶ سال و بالاتر) بادوز ۵ تا ۱۰ میلی گرم سه بار در روز شروع

شده و در هفته ۱۰-۵ میلی گرم در دوز روزانه افزوده می‌شود. حداکثر دوز روزانه ۶۰ میلی گرم است. در بالغین دوز روزانه ۳۰-۲۰ میلی گرم

می‌باشد.

در مواقعی نیز توسط پزشکان برای درمان بیماران مبتلا به "حمله خواب" تجویز می‌شود ولی در سال‌های اخیر مصرف خودسرانه این دارو در

کشور ما رو به افزایش گذاشته است که عدم آگاهی از آثار و ویژگی‌های این قرص می‌تواند نگران کننده باشد.

گزارش های متعدد بیانگر اینستکه برخی افراد برای بیدار ماندن در شبهای امتحان به جای مصرف قهوه و چای از قرص های ریتالین استفاده می کنند.

شواهد حاکی از آن است که این افراد از این قرص ها استفاده می کنند تا بتوانند چندین ساعت متوالی بیدار بمانند و به شکل غیر معمولی تمرکز خود را در مدت طولانی حفظ کنند.

آثار مصرف ریتالین:

از آنجا که ریتالین دارویی است که توسط پزشکان تجویز می شود، مصرف کنندگان تصور می کنند این قرص های بی خطرند و آن " بدنامی " مواد مخدر را ندارند. در حالی که عوارض مصرف خودسرانه این قرص ها می تواند در حد مواد دیگر نظیر کوکائین و آمفتامین باشد. مدت اثر این دارو ۶-۴ ساعت است.
روش استفاده:

این دارو به شکل خوراکی و یا تدخین استفاده می شود.

عوارض سوء مصرف ریتالین:

- ✓ عصبی شدن و بی خوابی
- ✓ حالت تهوع و استفراغ
- ✓ احساس سرگیجه و سردرد
- ✓ -تغییرات ضربان قلب و فشار خون (که معمولا به صورت افزایش است ولی در مواردی نیز 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 علائم 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 پارانویید(سوء ظن)، توهم و هذیان
- ✓ احساس حرکت و جنبش حشرات در زیر پوست

علائم ترك:

علائم ترك مصرف این دارو بصورت دردهای عضلانی، خواب آلودگی و افسردگی بروز می کند.

داروی ریتالین تاثیرات منفی زیادی روی سلامت قلب ما میگذارد و موجب آسیب های جبران ناپذیری روی ضربان قلب آن ها می شود

کارشناسان در بررسی جدید خود هشدار دادند یک نوع از داروی تجویز شده برای کودکان مبتلا به اختلال های کم توجهی-بیش فعالی بروز مشکلات قلبی را در آنان به دنبال دارد.

گروهی از متخصصان از استرالیا، کانادا و کره جنوبی در بررسی انجام شده دریافتند: داروی ریتالین که در درمان کودکان مبتلا به اختلال های کم توجهی-بیش فعالی تجویز می شود می تواند به سلامت قلب آنان آسیب وارد کند. در این بررسی آمده است داروی ریتالین در دوماه نخست که به کودک و نوجوان مبتلا به این اختلال داده می شود افزایش احتمال نامنظم شدن ضربان قلب بیمار را به دنبال دارد.

متخصصان در این بررسی تعدادی کودک و نوجوان مبتلا به اختلال کم توجهی-بیش فعالی که از داروی ریتالین مصرف می کردند مورد مطالعه قرار دادند که نشان داد ۶۰ درصد آنان در دو ماه نخست شروع مصرف این دارو با نامنظم شدن ضربان قلب روبرو شده اند. همچنین این خطر در سه روز نخست مصرف این دارو بالاتر بوده است. به نقل از نیچر ورلد نیوز، با وجود نتایج بدست آمده متخصصان اظهار داشتند: این یافته نگران کننده نیست چرا که خطر جدی مشکلات قلبی-عروقی در کودکان مبتلا به اختلال کم توجهی-بیش فعالی ناچیز است.

داروی "ریتالین" که برای کنترل کودکان بیش فعال بکار می رود امروز داروی محبوب دانشجویان شب امتحانی شده است. دارویی که عوارض آن بهایی بیش از چند ساعت بیدار ماندن برای درس خواندن دارد اما دانشجویان از آن بی خبرند. متیل فنیدات (Methylphenidate) که بیشتر به نام تجاری آن ریتالین (Ritalin) شناخته می شود از مشتقات گروه آمفتامین ها است که برای درمان بیش فعالی، نشانه های ناکولپسی و برخی از مبتلایان به افسردگی تجویز می شود. از این دارو همچنین در درمان خواب آلودگی مزمن (Narcolepsy) در میان افراد میانسال و کهنسال استفاده می شود.

مصرف این دارو برای افراد دارای اضطراب زیاد، فشار عصبی، عصبانیت همراه با بی قراری، حساسیت مفرط نسبت به دارو، فشار خون بالا، گلوکوم، افسردگی های قابل درمان با داروهای ضد افسردگی رایج، تیک های حرکتی و کودکان زیر ۶ سال منع می شود.

*اطلاعات دارویی

احتمال وابستگی به دارو و سوء استفاده از دارو بسته به میزان، نحوه مصرف و فرد استفاده کننده است. اگرچه وابستگی جسمانی به ریتالین همانند مواد مخدری نظیر تریاک و شبه مرفین ها گزارش نشده است اما پزشکان بر وابستگی روانی و نیاز به افزایش میزان مصرف آن که پدیده تحمل نامیده می شود اتفاق نظر دارند.

این دارو فقط برای افرادی تجویز می شود که سابقه کامل آنها به طور دقیق ارزیابی شود و برای بیمارانی با واکنش حاد استرس نباید تجویز شود. در مصرف طولانی مدت دارو، بهتر است آزمایش های منظم شمارش سلول های خونی، شمارش افتراقی و شمارش پلاکت ها نیز انجام شود و در صورت عدم بهبودی پس از یک ماه مصرف باید دارو را قطع کرد.

*موارد منع مصرف

این دارو نباید برای درمان حالتهای خستگی مفرط طبیعی، افسردگی و سایکوزها استفاده شود و نیاز به ادامه مصرف دارو باید مرتب ارزیابی شود و در زمان تعطیلات و زمانهایی که استرس فرد کم است، مصرف کاهش یافته یا قطع شود.

*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.

*تاریخچه مصرف ریتالین

"متیل فنیدیت" 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 به تدریج 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.

قرص "ریتالین" خواصی شبیه آمفتامین (قرص مشهور اکستازی) دارد و دانشجویان کالجهای آمریکا و استرالیا به دلیل تأثیر آن در درمان خواب آلودگی در طول روز، برای درس خواندن و یا مهمانی های شبانه شان چند عدد از این قرصها را مصرف می کردند.

در سالهای اخیر مصرف خودسرانه این دارو در کشورها رو به افزایش گذاشت و گزارشهای متعددی وجود دارد که برخی از افراد برای بیدار ماندن در شبهای امتحان از قرص های ریتالین استفاده می کنند تا بتوانند چندین ساعت متوالی بیدار مانده و به شکل غیر معمولی تمرکز خود را در مدت طولانی حفظ کنند.

مصرف کنندگان تصور می کنند ریتالین بی خطر است در حالی که عوارض مصرف خودسرانه این قرص ها می تواند در حد مواد دیگر نظیر کوکائین و آمفتامین باشد و پزشکان و روانپزشکان با صراحت اعلام می کنند ترک کردن داروهای محرک آمفتامینی نظیر ریتالین و اکستازی، بسیار سخت تر و پیچیده تر از 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 می شود. علاوه بر آن تاکنون در چند مورد سوء مصرف ریتالین منجر به مرگ شده است.

*شایع ترین عوارض مصرف خود سرانه قرص های ریتالین

عصبی شدن و بی خوابی

حالت تهوع و استفراغ

احساس سرگیجه و سردرد

تغییرات ضربان قلب و فشار خون که معمولا به صورت افزایش است

خارش و جوش های پوست

دردهای شکمی، کاهش وزن و مشکلات معده

مصرف دائمی و اعتیاد (وابستگی)

بروز حالت های روان پریشی (جنون) و علایم وابستگی به ریتالین

بروز افسردگی پس از قطع مصرف

عوارض اعتیاد به ریتالین

عوارضی که این مواد روی دستگاه عصبی و دستگاه گوارش افراد دارد ایجاد بی اشتها، بی خوابی، کابوس های شبانه و تحریک پذیری است که در اکثر جوانان موجب بداخلاقی و تندی با اعضای خانواده می شود. افسردگی، تهوع و کاهش وزن، بی قراری، بی خوابی، سرگیجه، سردرد، بی حوصلگی، در طولانی مدت افسردگی شدید و سایکوز از جمله دیگر عوارض اعتیاد به ریتالین است. خشکی دهان، اسهال، بیبوست، کرامپ شک نیز از جمله عوارض جسمانی است که با مصرف ریتالین به وجود می آید. به دلیل ایجاد کاهش وزن متاسفانه در ایران شاهد آن هستیم که بسیاری از جوانان برای کنترل چاقی نیز به سمت این مواد می روند و از آن استفاده می کنند.

ترک ریتالین ساده نیست

نکته دیگر درباره این دارو بحث درمان آن است. بر خلاف تصور عوام ترک این دارو به هیچ عنوان کار ساده ای نیست. بسیاری از افرادی که از این گونه داروها استفاده می کنند خود نیز آگاه نیستند که به آن اعتیاد پیدا کرده اند. این موضوع زمانی روشن می شود که آنها تصمیم می گیرند مصرف مواد را کاهش دهند یا به طور کلی آن را قطع کنند. کسانی که مصرف بالایی از این دارو را دارند به راحتی نمی توانند آن را کنار بگذارند.

این افراد به دلیل وابستگی شدیدی که به این دارو پیدا می‌کنند نمی‌توانند مصرف آن را کنترل کنند و از آنجا که تصور می‌کنند اعتیاد هم ندارند به طور دائم این دارو را مصرف می‌کنند. در بین کسانی که به صورت دائم و با مقدار زیاد از این دارو استفاده می‌کنند عوارض خاصی مثل لرزش، تب‌های طولانی‌مدت و تغییر ضربان قلب مشاهده می‌شود. این عوارض در افرادی که از ماده

ال‌اس‌دی (نوعی ماده روان‌گردان بسیار سنگین) استفاده می‌کنند نیز مشاهده می‌شود. بسیاری از این افراد می‌گویند احساس می‌کنند زیر پوستشان چیزی شبیه کرم حرکت می‌کند یا داخل معده‌شان احساس می‌کنند حشراتی در حال حرکت هستند. این حالات در افرادی که مقدار زیادی ریتالین استفاده می‌کنند نیز دیده می‌شود. نکته مهم این است که ما باید به جوانان خود درباره اثرات سوء این گونه مواد آگاهی دهیم. جوانان ما باید بدانند که برای بی‌خوابی می‌توانند از داروهای دیگری استفاده کنند. این افراد تصور می‌کنند ریتالین می‌تواند تمرکز شدیدی در آنها ایجاد کند و این افزایش تمرکز باعث می‌شود همه آن حجم زیادی را که در مدت زمان اندک مطالعه می‌کنند به خاطر بسپارند، در حالی که این گونه نیست. اغلب جوانان ما فریب تمرکز کوتاه‌مدتی را که از این طریق به دست آورده‌اند می‌خورند در حالی که آسیب‌های آن در بلندمدت فاجعه‌ای را برای آنان رقم خواهد زد که از آن آگاه نیستند. ضعف اطلاع‌رسانی ما درباره ضررهای این گونه مواد و از طرفی این موضوع که این دارو مصرف پزشکی نیز دارد و از سوی بسیاری پزشکان برای درمان برخی بیماری‌ها تجویز می‌شود، سبب شده جوانان تصور کنند می‌توانند از این مواد به راحتی استفاده کنند بدون اینکه خطری آنها را تهدید کند. اما باید به این نکته توجه داشت که بسیاری از داروهایی که مصرف پزشکی دارند می‌توانند در صورت استفاده نادرست و زیاد در بلندمدت آسیب‌های بسیاری به افراد برسانند. این داروها می‌توانند برای خانم‌های باردار و افراد مسن بسیار خطرناک باشد و آسیب‌های جبران‌ناپذیری به آنها برسانند.

چگونه می‌توان از ریتالین استفاده کرد و این دارو چه تاثیراتی روی بدن افراد می‌گذارد و چگونه روی بدن آن‌ها می‌تواند تاثیرگذار باشد این دارو چه عوارض جانبی با خود به همراه دارد و در چه مواردی قابل استفاده است

ریتالین را به عنوان دارویی می‌شناسیم که معمولاً برای درمان اختلال بیش‌فعالی در کودکان تجویز می‌شود. عوارض جانبی جدی این دارو باعث بروز نگرانی‌هایی شده و کارشناسان تاکید می‌کنند که این دارو باید حتماً با نظارت‌های پزشکی مصرف شود. اگر شما در حال حاضر به اضطراب یا بی‌قراری مستعد هستید، ریتالین می‌تواند این علائم را تشدید کند. همچنین افرادی که سابقه تشنج دارند، با مصرف این دارو ممکن است مجدداً آن را تجربه کنند.

علاوه بر این برخی افراد با مصرف ریتالین گزارش دادند که در جاتی از تاری دید را تجربه کرده‌اند. عوارض جانبی بالقوه دیگر شامل سردرد، مشکلات خواب، عصبی بودن و فشار خون بالا است.

این دارو به طور موقت بخصوص در دو سال اول مصرف می‌تواند منجر به کاهش رشد کودک شود. ریتالین مانند دیگر محرک‌های سیستم عصبی مرکزی می‌تواند عادت به مصرف ایجاد کند. به طوری که مصرف دوزهای بالاتر آن و افزایش سریع سطح دوپامین، می‌تواند منجر به شادی و سرخوشی موقت شود. همچنین مصرف طولانی مدت آن منجر به عادت در استفاده از این دارو می‌شود.

ریتالین همچنین می‌تواند منجر به مشکلات گردش خون شود. به طوری که با مصرف آن در انگشتان دست و پا احساس سردی به وجود می‌آید. علاوه بر این مصرف ریتالین با بیماری‌های عروق محیطی از جمله بیماری رینود ارتباط است. بیماری رینود شرایطی است که طی آن قسمت‌هایی از بدن مانند انگشتان دست و پا، نوک بینی و گوش‌ها بی‌حس و سرد می‌شوند. در رینود عروق خونی انگشتان دست و پا، بینی و گوش درگیر می‌شوند.

این محرک همچنین می‌تواند درجه حرارت بدن، فشار خون و ضربان قلب را بالا ببرد. خطر ابتلا به حمله قلبی، و سکتة مغزی نیز جزو عوارض نادر مصرف ریتالین است. ریتالین همچنین اشتها را در برخی افراد کاهش می‌دهد. عوارض جانبی دیگر شامل درد معده و تهوع است. دوزهای بالا و طولانی مدت آن همچنین منجر به مشکلات تنفسی و تنفس نامنظم می‌شود.

ریتالین یکی از شایع‌ترین داروهای مصرفی برای کودکان است کودکان بیش‌فعال، کودکانی که دچار حمله خواب می‌شوند، می‌خواهیم شمار از عوارض نامطلوب آن مطلع سازیم

باید در گام اول خود فرد دست به مصرف افراطی این دارو نزنند... متیل‌فنیدیت (Methyl Phenidate) با نام تجاری "ریتالین" Ritalin توسط یکی از شرکت‌های داروسازی در سال ۱۹۵۴ به بازار دارویی دنیا عرضه شد. در ابتدا قرار بود از این دارو برای درمان افسردگی، خواب‌آلودگی در طول روز و خستگی مزمن استفاده شود اما به تدریج با شناخت سایر اثرات این دارو مشخص شد می‌توان از آن در درمان کودکانی که دچار اختلال بیش‌فعالی و کم‌توجهی (ADHD) هستند نیز استفاده کرد. والدینی که کودکان بیش‌فعال دارند، عموماً در مورد مصرف داروها به خصوص ریتالین که از شایع‌ترین داروهای مصرفی این کودکان است، نگرانی‌های زیادی دارند. از جمله این که این دارو بر روی چه قسمتی از مغز تاثیر

می گذارد؟ میزان اثر آن چقدر است؟ آیا برای همه کودکان مفید است؟ آیا عوارض دارد؟ چگونه با عوارض این دارو می توان مقابله کرد؟ تا چه زمانی باید به مصرف آن ادامه داد؟

ریتالین با اثر بر قشر مغز و تالاموس از بازجذب مجدد دوپامین در سلول های عصبی جلوگیری می کند (دوپامین یکی از مواد شیمیایی است که در انتقال عصبی نقش دارد). در مواقعی نیز این دارو برای درمان بیماران مبتلا به "حمله خواب" تجویز می شود. البته باید ذکر کرد که دارو درمانی برای کودکان بیش فعال دارای تاثیر فوق العاده اما کوتاه مدتی بر علائم رفتاری آنان است. به محض قطع مصرف دارو نشانه های بیش فعالی با همان شدت قبلی ظاهر می شوند. بسیاری از والدین نیز به همین دلیل رغبت چندانی به استفاده از این داروها برای درمان فرزندشان ندارند. اصولاً داروهایی همانند آمفتامین، دکستروآمفتامین و ریتالین، داروهایی محرک هستند که ترشح دوپامین در مغز را زیاد کرده و تاثیر آن را در مغز بالا می برند. وقتی دوپامین زیاد می شود فرد احساس ازدیاد انرژی و کاهش خواب آلودگی و خستگی می کند. از نخستین روز ورود این دارو به بازار سوءاستفاده از آن نیز شروع شد. رایج ترین سوءاستفاده توسط دانشجویان پزشکی صورت می گرفت. چرا که این دانشجویان در طول دوران تحصیل با خواص این دارو آشنا می شدند و از طرفی فشار و سنگینی درس و امتحان و کشیک، آن ها را مستعد استفاده ی نادرست از آن می کرد؛ این استفاده به صورت موردی و گاه به گاه بوده و اثرات و پیامدهای نامطلوبی دارد. به طور کلی، اگر ریتالین مطابق دستور پزشک مصرف شود، برای افزایش تمرکز و کاهش خواب آلودگی مفید است، اما تأثیر آن در کاهش اضطراب ندارد. حتماً ممکن است اضطراب نیز باشد. عوارض کلی مصرف آن علاوه بر اعتیاد آور بودن، تحریک روان پریشی است. به این روان پریشی، روان پریشی سمی گفته می شود؛ منظور از سم همان قرص است. عارضه ی دیگر، ایجاد سوءظن و حملات پر خاشگرانه است. دیده شده است، افراد با مصرف این قرص، حتی روی اعضای خانواده شان چاقو کشیده اند. نکته ی دیگر این که 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 شود.

برخی از عوارض جانبی بالقوه مصرف مقادیر غیرمجاز این دارو عبارتند از:

∞ لرزش دست و لرزیدن بدن

∞ فشار خون بسیار بالا و افزایش ضربان قلب

∞ تنفس سریع

∞ هذیان، اغتشاش شعور، پارانوئید (هذیان سوءظن) یا توهم

مصطفی فروتن، روانپزشک، تاکید می کند که براساس گزارش های عینی به عمل آمده از داروخانه های مجاور خوابگاه دانشجویان مصرف ریتالین با مناسبت های موضوعی نظیر فصل امتحانات و کنکور به نوعی ارتباط مستقیم دارد و تا ۵۰ درصد مصرف این دارو را افزایش می دهد. فروتن به نام مستعار و آسیب رسان این دارو اشاره کرد و ادامه داد: متأسفانه این قرص نام های عجیبی همچون قرص شب امتحان یا قرص دانشجویی جهت جلب توجه دانشجویان و دانش آموزان به خود گرفته که همچنان تبلیغات مخرب آن ادامه دارد. همیشه افرادی هستند که می خواهند راه صد ساله را یک شبه طی کنند و معتقد هستند که کمبود زمان را با افزایش سرعت می توان جبران کرد لذا در تمام کشورهای دنیا شاهد هستیم که افراد برای انجام یک شبه کارهای عقب مانده خودشان به مصرف مواد و داروهای ضد خواب روی می آورند.

راهکارهای مهار مصرف افراطی ریتالین

فروتن با بیان این که باید در گام اول خود فرد دست به مصرف افراطی این دارو نزند، ادامه داد: دانش آموزان، دانشجویان و رانندگانی که کارهای خود را به عقب انداخته اند و سعی دارند با شب بیداری کارهای عقب مانده خود را جبران کنند می توانند با یک برنامه مستمر و از پیش تعیین شده نیاز خود را به این دارو به کلی منتفی کنند.

وی به کاهش سن مصرف کنندگان ریتالین اشاره کرد و افزود: این کاهش سن یک زنگ خطر برای جامعه و مسئولان است پس چه بهتر که قشر جوان را با برگزاری کلاس های آموزشی از عوارض خطرناک این دارو آگاه کنیم و در گام اول بهتر است که این کلاس ها را در مدارس و دانشگاه ها برگزار کنیم. همچنین باید نظارت بر عملکرد داروخانه ها بیشتر شود و یک مبارزه جدی با فروشندگان داروهای قاچاق اجرا شود. وی همچنین به کم کاری و غفلت رسانه ملی در این زمینه اشاره و کرد و ادامه داد: متأسفانه رسانه ملی به عنوان یک رکن مهم و نقش آفرین در جامعه هیچ اقدام مناسبی در این زمینه نداشته و حتی یک برنامه آموزشی در این زمینه برای جوانان در نظر نگرفته است.

قرص ریتالین یا متیل فنیدایت نام قرصی است که هدف از تولید آن مصارف پزشکی بوده است. یکی از کاربردهای این قرص برای درمان کودکان بیش فعال است. در بعضی از موارد نیز به افرادی که دچار بیماری حمله خواب هستند تجویز می شود. اما در سال های اخیر در کشورمان شاهد مصرف خود سرانه این دارو بوده ایم.

هم اکنون گزارش های متعددی وجود دارد که برخی از افراد برای بیدار ماندن در شبهای امتحان به جای مصرف قهوه و چای از قرص های ریتالین استفاده می کنند.

شواهد متعدد حاکی از آن است که این افراد از این قرص ها استفاده می کنند تا بتوانند چندین ساعت متوالی بیدار بمانند و به شکل غیر معمولی تمرکز خود را در مدت طولانی حفظ کنند.

آثار مصرف ریتالین:

از آنجا که ریتالین دارویی است که توسط پزشکان تجویز می شود، مصرف کنندگان تصور می کنند این قرص های بی خطرند و آن "بد نامی" مواد مخدر را ندارند. در حالی که عوارض مصرف خودسرانه این قرص ها می تواند در حد مواد دیگر نظیر کوکائین و آمفتامین باشد. 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 معمولا به صورت افزایش است ولی در مواردی نیز 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(تاکنون در چند مورد سوء مصرف ریتالین منجر به مرگ شده است)

منبع : سایت بیولایف