

كيف ينشأ الإدمان

الإنسان والمادة والمحيط. يصف المختصون الإدمان بثلاثة جوانب تتفاعل معًا: الإنسان وطريقته في التعامل مع المشاعر والمشكلات، والمادة بتأثيرها ومدى توفرها، والمحيط من عائلة وأصدقاء ومدرسة وعمل. ولا يفسر أي جانب وحده الإدمان.

ماذا يحدث في الدماغ. يؤثر THC في نظام المكافأة. وإذا تكرر ذلك كثيرًا يصبح الدماغ أقل حساسية، ويحتاج التأثير نفسه إلى كمية أكبر (التحمل). وبعد النشوة قد يأتي القلق والعصبية. ومع الوقت يُتعاطى القنب غالبًا للتخلص من هذا الانزعاج. ومن يتعاطى القنب لتهديئة الخوف أو الغضب أو الحزن يكون خطره أعلى.

عوامل الخطر. تكرار التعاطي (أقوى عامل منفرد)، والبدء المبكر خاصة قبل سن 16، وكثرة THC، والتبغ في الوقت نفسه، والضغط النفسي، وغياب الدعم، والأحداث الحياتية الصعبة، ودائرة أصدقاء يتعاطى فيها الجميع تقريبًا. وعوامل الخطر تصف احتمالات، لا تنبؤًا.

ما الذي يحمي. الثقة، والشعور بالقدرة على التأثير، والقدرة على مواجهة المشكلات، والعلاقات المتينة، ومهمة في التدريب أو العمل.

كيف يصنف المختصون ذلك. بحسب DSM-5 يوجد اضطراب تعاطي القنب إذا انطبق خلال اثني عشر شهرًا معياران على الأقل من أحد عشر معيارًا: معياران إلى ثلاثة تعد خفيفة، وأربعة إلى خمسة متوسطة، وستة فأكثر شديدة. وتمتد المراحل من التعاطي العرضي مرورًا بالتعاطي الخطر والاستخدام الضار حتى الإدمان، والحدود بينها متداخلة.

أعراض الانسحاب. يعرف نحو نصف من يتعاطون بانتظام أعراض الانسحاب: العصبية ومشكلات النوم وقلة الشهية والتهيج والقلق أو انخفاض المزاج. وتبدأ عادة بعد يوم إلى ثلاثة أيام من آخر تعاطٍ، وتكون أقوى في الأسبوع الأول. ويزول معظمها بعد أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، وقد تستمر مشكلات النوم وانخفاض المزاج مدة أطول.

للتذكر

- التعاطي الخطر: الانتباه، والاختبار الذاتي، وحديث صريح.
- الاستخدام الضار: الاستشارة، مثلًا في مركز لاستشارات الإدمان.
- الإدمان: العلاج، أي الاستشارة وسحب السموم والعلاج النفسي.



الوحدة كاملة

المصادر: وزارة الصحة الاتحادية (2024)، المنهج النمذجي لمسؤولي الوقاية؛ (BIÖG) drugcom.de، ما عوامل الخطر النفسية الاجتماعية للإدمان على القنب؟؛ Bonnet و Preuss (2017)، The cannabis withdrawal syndrome: current insights. Substance Abuse and Rehabilitation 8

التفاصيل: csc.do/ar/prevention/knowledge/how-dependence-develops/ · Cannabis Social Club Dortmund e.V. بتاريخ 28 سبتمبر 2026 · يُسمح بمشاركتها دون تعديل (CC BY-ND 4.0)