



شورای هماهنگی مبارزه با  
مواد مخدر استان گیلان



دانشگاه گیلان  
معاونت دانشجویی  
مرکز مشاوره و سبک زندگی



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
دفتر مشاوره، سلامت و سبک زندگی

## ریتالین : کاربردهای بجا و نابجا

باسمه تعالی

ریتالین نام تجاری داروی متیل فنیدیت است، که مورد تایید سازمان غذا و داروی ایالات متحده (FDA) برای درمان بیش فعالی در کودکان و بزرگسالان قرار گرفته است. همچنین برای درمان نارکولپسی یا اختلال خواب نیز مورد استفاده قرار می گیرد.

متیل فنیدات با مسدود کردن بازجذب دو انتقال دهنده عصبی نوراپی نفرین و دوپامین، یک اثر محرک در سیستم عصبی مرکزی ایجاد می کند و در نتیجه مقدار آنها را در یک منطقه کلیدی از مغز که با انگیزه و عمل مرتبط است، افزایش می دهد. در بیشتر موارد، علائم اختلال نقص توجه/بیش فعالی مانند بیقراری و بی توجهی را بهبود می بخشد. ریتالین به دلیل شباهت های رفتاری-دارویی که به مت آمفتامین و کوکائین دارد، مصرف آن تحت کنترل دولت ها قرار دارد.

ریتالین یک داروی محرک است که ترشح دوپامین و نور اپی نفرین را در مغز زیاد می کند. و منجر به افزایش تمرکز و توجه فرد مصرف کننده می گردد. این دارو توسط شرکتهای دارویی بصورت علمی و با دوز های مشخص و پس از سالها آزمایش تولید می شود. این دارو تحت نظر دقیق پزشکان تجویز و مصرف می گردد و هیچ مناسبتی با مواد مخدر که بصورت غیرقانونی تهیه و توزیع می گردند ندارد. مگر اینکه فرد مصرف کننده سر خود و بدون نظر پزشکش تعداد زیادی از این قرص را مورد سومصرف قرار دهد که در اینصورت این دارو می تواند خطرناک و وابستگی آور گردد.

مصرف داروی ریتالین در بین تعدادی از دانشجویان با اسم « قرص شب امتحان » یکی از دغدغه ها و نگرانی های بسیاری از والدین و مسئولین دانشگاه می باشد.

بیشتر افراد در هنگام امتحان و در شرایط آزمون دچار مقداری اضطراب می شوند. اضطراب امتحان در همه مقاطع تحصیلی نشان دهنده نوعی از هیجان است که بر یادگیری تأثیر منفی می گذارد. تاکنون تحقیقات زیادی در زمینه اثرات منفی اضطراب امتحان بر عملکرد تحصیلی انجام شده است. اضطراب به طور کلی احساس ناخوشایند یا حالت هیجانی است؛ که با پیامدهای رفتاری و فیزیولوژیک همراه می شود.



متاسفانه امروزه دانشجویان در زمان امتحان، بدلیل استرس درس‌های نخوانده، زمان کوتاه برای درس خواندن، شب زنده‌داری و تمرکز بیشتر، از ریتالین استفاده می‌کنند. غافل از اینکه خود را در دام اعتیاد گرفتار می‌کنند.

بطور کلی ورود به دانشگاه در زندگی هر فرد تغییر بزرگی است. دانشجو ناخودآگاه حس نگرانی و هیجان را تجربه می‌کند. محیط جدید دانشگاه و توانایی دانشجو برای ارتباط‌های جدید، دانشجو را دچار استرس می‌کند.

از آنجا که ریتالین دارویی است که توسط پزشکان تجویز می‌شود، متاسفانه مصرف کنندگان تصور می‌کنند این قرص بی‌خطر است؛ در حالی که عوارض مصرف خودسرانه این قرص می‌تواند در حد مواد مخدر نظیر کوکائین و آمفتامین باشد. پزشکان و روانپزشکان با صراحت اعلام می‌کنند ترک کردن داروهای محرک آمفتامینی نظیر ریتالین و اکستازی، بسیار سخت‌تر و پیچیده‌تر از کراک، هروئین و سایر مواد مخدر است.

این باور غلط که مصرف ریتالین سبب تقویت حافظه، افزایش تمرکز و دقت دانشجویان در هنگام درس خواندن به ویژه شب‌های امتحان می‌شود از دیگر علل گرایش دانشجویان به مصرف این قرص است. کسانی که در مراحل اولیه سوء مصرف ریتالین قرار دارند یا هنوز میزان مصرف دارویی آنها حساس نشده، دچار سردردهای میگرنی، اختلالات گوارشی، پرخاشگری مزمن و تپش قلب می‌شوند و با ادامه مصرف و بالا رفتن دوز عوارضی همچون سردردهای شدید، اختلال خواب، هذیان گویی، راه رفتن در خواب و حتی در مواردی شوک ناگهانی و مرگ می‌شوند.

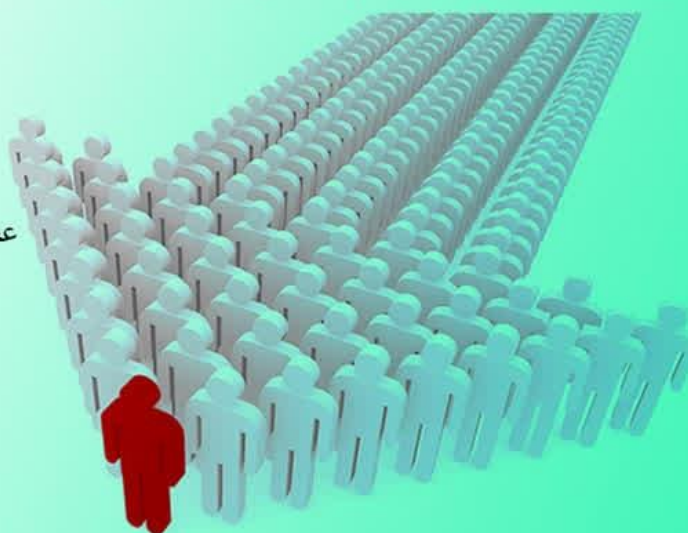
از دست دادن اشتها، سوء تغذیه و کاهش وزن، لرزش و پرش عضلات، تشنج و سردرد، نامنظم شدن ضربان قلب و تنفس که در مواردی می‌تواند به شکل خطرناکی ادامه پیدا کند، تکرار حرکات و اعمال بی‌هدف، بروز حالت‌های پارانوئید (سوء ظن)، توهم و هذیان، ضایعات پوستی مزمن و احساس حرکت و جنبش حشرات در زیر پوست، خودکشی و حتی مرگ از عوارض مصرف این قرص هستند.





اهمال کاری و تنبلی یکی دیگر از علل گرایش دانشجویان به مصرف ریتالین می باشد. استرس، افسردگی، وسواس، کمال گرایی و بی نظمی در زمان می تواند از عوامل اهمال کاری باشد. دانشجویان برای کاستن استرس و اضطراب ناشی از اهمال کاری که در طول ترم داشته اند، در شب امتحان از ماده محرک استفاده می کنند و از جمله داروهای شب امتحان می توان به شیشه و ریتالین اشاره کرد. تاثیر پذیری و نقش پذیری از گروه دوستان یکی دیگر از علل گرایش به مصرف ریتالین می باشد. شبکه همسالان احتمال اثر پذیری والگو برداری زیادی دارند؛ دوستان علاوه بر الگو برداری می توانند اجبار کننده هم باشند و به اعضا فشار بیاورند تا رفتار یا کار خاصی را انجام دهند و آنها برای اینکه از نظر اجتماعی قابل قبول در نزد دوستانشان باشند، ممکن است دست به رفتارهای پرخطر بزنند.

تهیه و تنظیم:  
دکتر علی اکبر مویدی  
عضو هیات علمی دانشگاه فنی و حرفه ای



منابع:

- بهارلو، غفار (۱۳۹۴) سبب شناسی اعتیاد، انتشارات ارجمند
- بهرامی احسان (۱۴۰۰) هادی، اعتیاد و فرایند پیشگیری، انتشارات سمت
- شجاعی تهرانی (۱۳۹۹) حسین و سبحانی، عبدالرسول (۱۳۹۵)، اعتیاد پیشگیری و درمان، انتشارات پورسینا
- تیسون، مری و همکاران (۲۰۲۱) اعتیاد، ترجمه: منیژه صادقی بنیس و همکاران، نشر ساوالان
- پورنقاش تهرانی، سعید (۱۴۰۱) داروها و رفتار، انتشارات سمت
- گریزانو برونینگ، لورتا (۲۰۱۹) عادت های یک مغز شاد، ترجمه: مرتضی ارجمندی نسب، انتشارات ارجمند