



داروهای آرامبخش و خواب آورها

در واژه نامه اصطلاحات مواد و الکل سازمان جهانی بهداشت ماده آرام بخش/خواب آور اینگونه تعریف شده است: هر گروه از مواد که دستگاه عصبی مرکزی را سرکوب می کند و باعث کاهش اضطراب و ایجاد آرامش و خواب می شود.

داروهای آرامبخش، خواب آور، یا ضد اضطراب، بنزودیازپین ها، داروهای شبه بنزودیازپین (مثل زولپیدم، زالپلون)، کاربامیت ها (مثل گلوت اتیمید، میروبامیت)، باربیتورات ها (مثل سکوباریتال)، و داروهای خواب آور شبه باربیتورات (مثل گلوت اتیمید، متاکوالون) را شامل می شوند. این طبقه از مواد تمام داروهای تجویزی و تقریباً تمام داروهای ضد اضطراب تجویزی را در بر می گیرد.

مانند الکل این داروها کندسازهای مغز هستند و می توانند اختلالات مشابه ناشی از مواد/دارو و اختلالات مصرف مواد را ایجاد کنند. مسمومیت شدید یا مکرر با داروهای آرامبخش، خواب آور یا ضد اضطراب ممکن است با افسردگی شدید ارتباط داشته باشد که گرچه موقتی است، اما می تواند به اقدام به خودکشی یا خودکشی به انجام رسیده منجر شود.

تمام آرام بخش/خواب آورها ممکن است باعث اختلال در تمرکز، حافظه و هماهنگی حرکات شوند. دیگر اثرات شایع شامل موارد زیر است: حالت خماری، کلام کند، ناهماهنگی در حرکات، راه رفتن نامتعادل، خواب آلودگی، خشکی دهان و خلق متغیر

ویژگی اصلی مسمومیت با داروهای خواب آور/آرامبخش یا ضد اضطراب عبارتند از:

وجود تغییرات رفتاری یا روانشناختی ناسازگارانه قابل ملاحظه بالینی (مثل رفتار جنسی یا پرخاشگری نامناسب، تغییر پذیری خلق، قضاوت معیوب، عملکرد اجتماعی یا شغلی معیوب) است که در مدت مصرف داروهای آرامبخش، خواب آور یا ضد اضطراب یا مدت کوتاهی بعد از آن ایجاد می شوند. این رفتارها ممکن است با گفتار درهم برهم، شیوه راه رفتن ناستوار، حرکت غیر ارادی کره چشم، اختلال در شناخت (مثل مشکلات توجه یا حافظه)، بهت و اغما همراه باشد.

واکنش های ترک می تواند شدید باشد و ممکن است صرفا پس از چند هفته از مصرف متوسط یک داروی آرامبخش/خواب آور یا ضد اضطراب رخ دهد.

علائم ترک شامل موارد زیر است.

- اضطراب
- تحریک پذیری
- بی خوابی(اغلب همراه با کابوس)
- تهوع یا استفراغ
- تپش قلب
- تعریق
- افت فشار وضعیتی، توهم، گرفتگی عضلانی، لرزش و انقباض های میوکلونیک
- هایپررفلکسی و تشنج های گراندمال که ممکن است باعث تشنج های پایدار کشنده شود.
- توهمات یا خطاهای حسی، دیداری، لامسه های یا شنیداری در صورت ترک حاد
- معمولا در عرض یک هفته از توقف یا کاهش قابل توجه دوز مصرفی، ممکن است دلیریوم ترک ایجاد شود.

پیامدهای اجتماعی و میان فردی اختلال مصرف داروهای آرام بخش/خواب آور یا ضد اضطراب عبارتند از:

از نظر احتمال رفتار بازداری نشده شبیه پیامدهای الکل هستند. سوانح مشکلات میان فردی(مانند جر و بحث ها و دعواها) و اختلال در عملکرد شغلی یا تحصیلی، پیامدهای رایج هستند. معاینه بدنی احتمالا شواهدی از کاهش خفیف در اغلب جنبه های عملکرد دستگاه عصبی خودمختار، از جمله ضربان کندتر، کاهش اندک سرعت تنفس، کاهش اندک فشار خون آشکار می سازد. این داروها در مقادیر مصرف بالا می توانند مهلک باشند مخصوصا در صورتی که با الکل مخلوط شده باشند.

تهیه و تنظیم: محبوبه مظفری

کارشناس ارشد مشاوره

فهرست منابع:

- انجمن روانپزشکی آمریکا (۱۳۹۳). راهنمای تشخیصی و اختلالات روانی ویراست پنجم، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: نشر روان
- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد (۱۳۹۱) واژه نامه کاهش تقاضا، ترجمه سید علی شفیعی و همکاران، تهران: سپید برگ