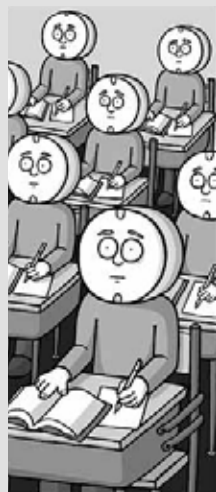




### عوارض مصرف مقادیر زیاد ریتالین:

- از دست دادن اشتها و سوءتغذیه
- لرزش و پرش عضلات
- تب، 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، سوءظن، توهم و هذیان
- احساس حرکت و جنبش حشرات در زیر پوست

ریتالین، بلاک کننده ترانسپورتهای دوپامین خون است و



فرد پس از مصرف احساس شادی و تمرکز کرده و شب‌های امتحان از این علائم سوءاستفاده می‌کند. اثر بلاک کنندگی افزایش سطح دوپامین خون تا ۲۰ درصد بیشتر از کوکائین است. از طرفی خستگی مفرط و اختلال خواب را از شاخص‌ترین عوارض مصرف این دارو می‌توان عنوان کرد. داروی ریتالین توسط داروخانه‌های خاص و لزوماً با نسخه پزشک ارائه می‌شود اما متأسفانه می‌توان این دارو را مانند دیگر داروها از جاهای غیرمجاز نیز تهیه کرد.

با فشارهای مشابهی روبرو شوند. مثالی که برای دانشجویان پزشکی ملموس‌تر است، دستیارانی هستند که احتمال دارد جهت تخفیف نقایص شناختی حاصل از محرومیت از خواب بعد از کشیک آنکال، از تقویت‌کننده‌ها استفاده کنند.

این دارو از نظر شیمیایی جزو دسته‌بندی داروهای شبه آمفتامین است. وقتی افراد عادی خارج از مقدار درمانی مشخص آن را مصرف کنند، تبدیل به سوءاستفاده دارو می‌شود که در درازمدت علائم اعتیاد را نشان می‌دهد.

### عوارض مصرف خودسرانه ریتالین:

- عصبی شدن و بی‌خوابی
- حالت تهوع و استفراغ
- احساس سرگیجه و سردرد
- تغییرات ضربان قلب و فشارخون که معمولاً به‌صورت افزایش است ولی در مواردی نیز به شکل کاهش دیده می‌شود.
- خارش و بروز جوش‌های پوست
- دردهای شکمی، کاهش وزن و مشکلات معده
- بروز حالت‌های روان‌پریشی، جنون و علائم اعتیاد و وابستگی به ریتالین
- بروز افسردگی پس از قطع مصرف

واضح‌ترین دلیل برای اعتراض نسبت به مصرف متیل فنیدات جهت تقویت افراد سالم این است که فواید شناختی آن حداقل هستند، حال آنکه خطرهای طبیی آن چنین نیستند.

### \* نکات: از عوارض آن:

- - عصبی شدن و بی‌خوابی
- - حالت تهوع و استفراغ
- - حالت‌های روان‌پریشی، جنون و علائم اعتیاد و وابستگی به ریتالین
- - بروز افسردگی پس از قطع مصرف
- - بروز حالت‌های پارانوئید، سوءظن، توهم و هذیان
- - احساس حرکت و جنبش حشرات در زیر پوست

# ریتالین، چرا نه!



مرکز مشاوره شماره ۱: بلوار دانججو، خیابان شهید اعرابی، جنب بیمارستان طالقانی، ساختمان شماره ۲، طبقه ۲

مرکز مشاوره شماره ۲: میدان قدس، زویوی شهرزادی، کوچه نخست، پلاک ۳۶

۲۲۲۰۶۶۲۱-۲۲۲۲۹۸۲۷-۲۲۸۷۲۲۰۶

دارویی که بتواند نتایج امتحانات شما را بهبود بخشد، و سوسه‌انگیز به نظر می‌رسد و آنچنان چاترجی (Anjan Chatterjee) استدلال می‌کند که خطرات آن جدی گرفته نشده است. دوپینگ فکری عده‌ای از دانشجویان در شب‌های امتحان موضوعی است که سلامت جسمی، فکری و صلاحیت علمی دانشجویان مرتکب را به مخاطره انداخته است.

در سال‌های اخیر مصرف خودسرانه داروی ریتالین در بین دانشجویان افزایش یافته و به‌ویژه در برخی گروه‌های خاص که نیاز به تمرکز بیشتر و پشتکار بیشتر دارند، مصرف بیشتر این دارو را شاهدیم؛ اما نکته مهم مشترک در بین همه مصرف‌کنندگان خودسرانه داروی ریتالین، این است که آن‌ها دانشجویانی هستند که در طول ترم درس نمی‌خوانند و برای یادگیری درسی که حداقل فراگیری آن به دو ماه زمان نیاز دارد، می‌خواهند فقط یک یا دو شب زمان بگذارند. به این ترتیب نیاز به شب‌بیداری، انرژی و تمرکز بیشتر در آن شب دارند که به سمت مصرف این داروی روان‌گردان زبان‌آور کشیده می‌شوند.

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

### ریتالین، آری یا نه!

به چه علتی باید به کسی اعتراض نمود که چرا می‌خواهد باهوش‌تر، دارای تمرکز بالاتر و مولدتر باشد؟ مطمئناً افزایش قوای شناختی فواید بسیاری برای جامعه و افراد خواهد داشت و توزیع‌کنندگان قانونی متیل فنیدات (ریتالین) نباید نسبت به این مسئله اعتراضی داشته باشند. متأسفانه، موضوع در مورد افراد سالمی که این دارو را مصرف می‌کنند، به این راحتی نیست. پزشکان به‌طور متداول بر اساس محاسبه خطرها و فواید نسبی، در مورد انجام یا عدم انجام یک مداخله تصمیم می‌گیرند. در مورد این موضوع خطرها بر فواید می‌چربد.

ممکن است برخی پزشکان به‌طور واکنشی تصور کنند پاسخ به



سؤال مورد بحث واضحاً "منفی" است. با همه این اوصاف، پزشکان درگیر امر درمان بیماری‌ها هستند نه افزایش دادن قابلیت‌های طبیعی. اگر بخواهیم دقیق‌تر ارزیابی کنیم، ثابت می‌شود که چنین تمایزی غیرقابل اعتماد خواهد بود خصوصاً هنگامی که شرایط فاقد مرزهای طبقه‌بندی‌کننده واضح باشد. به‌عنوان مثال، اگر بتوان افراد کوتاه‌قامت را با هورمون "رشد" درمان کرد، آیا تفاوتی دارد که کوتاهی قامت آن‌ها ناشی از کمبود هورمون رشد باشد یا ناشی از سایر علل؟ علاوه بر این، استفاده فراگیر از جراحی زیبایی جهت ارتقای ویژگی‌های فیزیکی طبیعی نشان می‌دهد بسیاری از پزشکان با توجه به چارچوب فرهنگی و انگیزه‌های صحیح، با مداخلات غیردرمانی کنار آمده‌اند.

واضح‌ترین دلیل برای اعتراض نسبت به مصرف متیل فنیدات جهت تقویت افراد سالم این است که فواید شناختی آن حداقل هستند حال آنکه خطرهای طبی آن چنین نیستند. در ایالات متحده اداره دارو و غذا برای متیل فنیدات به دلیل احتمال بالای آن جهت سوء مصرف و وابستگی و خطرهای نظیر مرگ ناگهانی و عوارض جانبی قلبی-عروقی خطرناک، یک "جعبه سیاه" در نظر گرفته است که در واقع هشداردهنده‌ترین اخطار ممکن است. به‌علاوه، بروز آریتمی‌های قلبی خطرناک احتمالاً در افراد مسن دچار مراحل اولیه بیماری‌های قلبی-عروقی (گروهی که احتمالاً این داروها را برای افزایش عملکرد استفاده می‌کنند) بیشتر است. غیرپزشکانی که مصرف متعهدانه ریتالین توسط افراد سالم را ترویج می‌کنند، به این خطر توجه کافی نمی‌کنند.

علاوه بر عوارض جانبی طبی، از نظر مسائل شناختی نیز باید این دارو را سبک و سنگین کرد. به‌عنوان مثال، تمرکز بیشتر ناشی از مصرف طولانی‌مدت ریتالین، احتمالاً باعث فقدان خلاقیت که به‌طور معمول نیازمند آزاد شدن مرزهای ذهنی است، خواهد شد. این موارد به‌ندرت مورد توجه قرار گرفته یا بررسی شده‌اند.

فشارهای ضمنی برای بهتر کردن جایگاه فرد در برخی مراتب اجتماعی، مجرای طبیعی خود را در مقوله تقویت قابلیت‌های شناختی پیدا خواهد کرد. چنین فشارهایی در محیط‌های "همه‌چیز مال برنده است" (که در آن‌ها افراد بیشتری برای تعداد کمتری جایزه بزرگ‌تر رقابت می‌کنند) افزایش می‌یابند. افراد شاغل در ایالات متحده ۶۰، ۸۰ یا بیش از ۱۰۰ ساعت در هفته کار می‌کنند و سلامت خود را به آب‌و‌آتش می‌زنند. کودکان در مدارس خصوصی سطح بالا، متیل فنیدیت و نظایر آن را به‌صورت همه‌گیر مصرف می‌کنند. این گرایش در میان دانشجویان و حتی میان استادان در حال رشد است. بهره‌نگرفتن از امکان ارتقاء می‌تواند به معنای عقب ماندن از دیگران باشد. اگر عملکرد برتر توسط عده اندکی، جهت ارتقای بهتر الزامی قلمداد شود، تحمیل می‌تواند صریح‌تر شود همانند آنچه ممکن است در ارتش روی دهد. ممکن است خلبانان و پلیس‌ها