

Substance Abuse or Dependence

Substance abuse is a pattern of using alcohol or drugs that leads to problems in a person's life. These problems can:

- Put others at risk for harm when driving, working with tools or watching children
- Cause problems with family or friends
- Cause trouble with the law, or at work or school

Substance dependence is the need for alcohol or drugs. A person continues to drink or use drugs in spite of problems in his or her life. The person often needs more alcohol or drugs over time to get the same effect. As dependence grows, the person slips further away from family and friends. Performance at work or school drops and health problems occur. This person may not be able to see how alcohol or drug use is affecting his or her life. There may be signs of physical or emotional distress when the person cuts back or stops use. This is called withdrawal.

Substances Most Often Abused

Alcohol is the most often abused drug. Substance abuse can be the use of legal or illegal substances. Substances most often abused include:

- Alcohol such as beer, wine and liquor
- Nicotine in cigarettes and chewing tobacco

تعاطي مواد الإدمان أو الاعتماد عليها

تعاطي مواد الإدمان هو نمط استخدام الكحوليات أو المخدرات الذي يؤدي إلى مشاكل في حياة الشخص، ويمكن لهذه المشاكل أن:

- تُعرض الآخرين للخطر عند القيادة واستخدام الأدوات ومراقبة الأطفال
- تسبب مشاكل مع الأسرة أو الأصدقاء
- تسبب مشاكل مع القانون أو في العمل أو المدرسة

الاعتماد على مواد الإدمان هو الحاجة إلى الكحوليات أو المخدرات. ويواصل الشخص شرب الكحول أو تعاطي المخدرات رغم المشاكل التي تسببها في حياته. وغالبًا ما يحتاج الشخص إلى مزيد من الكحوليات أو المخدرات بمرور الوقت للحصول على نفس التأثير. وبينما يزداد الاعتماد عليها، يبتعد الشخص أكثر عن الأسرة والأصدقاء. كما يتدنى الأداء في العمل أو المدرسة وتظهر مشاكل صحية. وقد لا يتمكن الشخص من معرفة كيف أن تعاطي الكحوليات أو المخدرات يؤثر على حياته. وقد تظهر أعراض الاضطراب البدني أو العاطفي عندما يُقلل الشخص من التعاطي أو يتوقف عنه نهائيًا. وهذا يطلق عليه الانسحاب.

المواد الأكثر تعاطيًا

الكحول هو المُخدّر الأكثر تعاطيًا، ويمكن أن يشمل تعاطي مواد الإدمان تعاطي مواد قانونية أو غير قانونية. من بين المواد الأكثر تعاطيًا:

- الكحول، مثل البيرة والخمر والمشروبات المُسكرّة
- النيكوتين في السجائر وتبغ المضع

- Street or club drugs, such as marijuana, bath salts, cocaine or crack, or other inhalants such as glue, gas or paint.
- Prescription or over the counter medicines
- Muscle relaxants and medicines for anxiety or sleep
- Anabolic steroids

Signs of Substance Abuse or Dependency

Talk to your doctor, nurse or counselor about getting help if you have any of these signs:

- I get high or intoxicated on a regular basis.
- I lie about use, especially about how much or often I drink or use drugs.
- I become defensive or angry when confronted about my use.
- I avoid my family and friends.
- I prefer the company of other drinkers or users.
- I am less involved in activities that I used to enjoy.
- I talk a lot about alcohol or drugs.
- I pressure others to drink or use.
- I have been in trouble with the law.
- I take risks, such as driving when high or drunk, or take sexual risks.
- I perform poorly at work or school due to using before, during or after work or class.
- I feel depressed, hopeless, or suicidal.

- مخدرات الشوارع أو النوادي، مثل الماريجوانا أو أملاح الاستحمام أو الكوكايين أو الكراك، أو غيرها من المستنشقات مثل الغراء أو الغاز أو الطلاء.
- الأدوية التي تُصرف بروشتة وتلك التي تصرف بدون رويشتة
- مُرخيات العضلات أو أدوية علاج القلق أو النوم
- الهرمونات البنائية المنشطة

أعراض تعاطي مواد الإدمان أو الاعتماد عليها

تحدث إلى طبيبك أو ممرضك / ممرضتك أو مستشارك بشأن الحصول على المساعدة إذا ظهرت عليك أي من هذه الأعراض:

- إذا كنت تشعر بالانتشاء أو التمل بصفة منتظمة.
- إذا كنت تكذب بشأن التعاطي، وخصوصاً بشأن مقدار أو عدد مرات الشرب أو تعاطي المخدرات.
- إذا أصبحت ميالاً للدفاع أو الغضب إذا تمت مواجهتك بشأن التعاطي.
- إذا كنت تنسحب بعيداً عن الأسرة والأصدقاء.
- إذا كنت تفضل صحبة الآخرين من المغمورين أو المتعاطين.
- إذا أصبحت أقل اشتراكاً في الأنشطة التي اعتدت على الاستمتاع بها.
- إذا كنت تتحدث كثيراً عن الكحوليات أو المخدرات.
- إذا كنت تضغط على الآخرين من أجل الشرب أو التعاطي.
- إذا كنت تواجه مشاكل قانونية.
- إذا كنت تخاطر، مثل القيادة أثناء كونك مننشياً أو مغموراً، أو إذا كنت تُقدم على المخاطر الجنسية.
- إذا كان أداؤك في العمل أو المدرسة سيئاً بسبب التعاطي قبل العمل أو دخول الفصل أو أثناءه أو بعده.
- إذا كان يبتابك شعور بالاكتئاب أو اليأس أو الرغبة في الانتحار.

Hotlines

There is help available 24 hours a day for the person using alcohol or drugs, as well as for family members and friends.

Organization	Website	Phone Number
Alcoholics Anonymous	www.aa.org	1-877-515-1255
Al-Anon / Alateen		1-888-425-2666
Ohio Tobacco Quitline		1-800-784-8669
Cocaine Hotline	www.ca.org	1-800-347-8998
Marijuana Anonymous	www.marijuana-anonymous.org	1-800-766-6779
Narcotics Anonymous	www.na.org	1-818-773-9999
Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)	www.findtreatment.samhsa.gov	1-800-662-4357

2008 – 6/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

الخطوط الساخنة

تتوافر المساعدة على مدار الأربع وعشرين ساعة للشخص الذي يتعاطى المخدرات أو الكحوليات، وكذلك لأفراد الأسرة والأصدقاء.

رقم الهاتف	الموقع الإلكتروني	المؤسسة
1-877-515-1255	www.aa.org	مؤسسة المدمنين المجهولين (Alcoholics Anonymous)
1-888-425-2666		برنامج Al-Anon / Alateen
1-800-784-8669		خط الإقلاع عن التدخين بولاية أوهايو (Ohio Tobacco Quitline)
1-800-347-8998	www.ca.org	الخط الساخن لمدمني الكوكايين (Cocaine Hotline)
1-800-766-6779	www.marijuana-anonymous.org	مؤسسة Marijuana Anonymous
1-818-773-9999	www.na.org	مؤسسة Narcotics Anonymous
1-800-662-4357	www.findtreatment.samhsa.gov	إدارة تعاطي الكحوليات وخدمات الصحة النفسية (SAMHSA)

2008 – 6/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Substance Abuse or Dependence. Arabic.