

العلاج بالميثادون في فيكتوريا

كتيب معلومات المستخدمين

الحصول على المنشور في تنسيق مناسب

إذا كنت ترغب في الحصول على هذا المنشور في شكل استعماله،، يرجى الاتصال بالرقم 03 9096 5057 وذلك باستخدام « خدمة الاتصال المتعاقب الوطنية » على الرقم 13 36 77 إذا لزم الأمر، ثم طلب « موظف تنمية العلاج الصيدلاني » .

قامت بنشر هذا الكتيب « الشعبة المجتمعية للمشاركة والرياضة والترفيه والصحة والرفاهة، بوزارة الصحة والخدمات البشرية، بحكومة ولاية فيكتوريا، ملبورن، فيكتوريا » .

صرحت به حكومة ولاية فيكتوريا، 50 شارع لونسديل، ملبورن .

© حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة الصحة والخدمات البشرية بولاية فيكتوريا 2016.

هذا المنشور محفوظ بحق التأليف والنشر، ولا يجوز انتاج أي جزء من أجزائه بأي طريقة إلا وفقا لأحكام قانون حقوق التأليف والنشر لعام 1968 .

تمت الطباعة على ورق مستدام بواسطة « كومبليت كَلر » .

المحتويات

2	مقدمة
3	السرية
4	فوائد العلاج بالميتادون
5	الميتادون : العقار
5	مدة تأثيره
5	كيفية تعاطيه
5	قانونه
5	تكلفته
6	الآثار الجانبية للميتادون
7	تفاعلات الميتادون مع العقاقير الأخرى
10	نظام الميتادون بولاية فيكتوريا
10	فريقك المعالج
11	بدء العلاج
12	الروتين
13	الحمل
14	فيروس نقص المناعة البشرية والإيدز والتهاب الكبد الوبائي
15	العطلات والسفر والجرعات المنزلية
16	الانسحاب من الميتادون
17	وقف العلاج
18	المشاكل والشكاوى
19	تحذير من جرعة الميتادون المفرطة
23	العلاج بالعقاقير الأخرى
24	جهات للاتصال

مقدمة

العلاج بالميثادون هو وسيلة للتعامل مع العديد من المشاكل التي تتعرض لمواجهتها بسبب استخدامك للأفيونيات، مثل المورفين، أو الأوكسيكودون، أو البيثيدين، أو الكودايين أو الهيروين. يجب عليك مناقشة طبيبك فيما يخص المخدرات التي تستخدمها.

الميثادون ليس علاجاً للاعتماد على الأفيونيات أو إدمانها. ومع ذلك، استعمال الميثادون يمكنه أن يزيل الضغط المصاحب لمواصلة استخدام المخدر الذي يسبب لك المشاكل. كما يمكنه أن يمنحك الوقت للتفكير والعمل وترتيب الأمور دون القلق على مدى إمكانية استمرارك في الحصول على إمداد المخدر الذي تستعمله.

ولقد كان الميثادون يستخدم لعلاج إدمان الأفيونيات على مدى حوالي 30 عاماً، على الرغم من أن طريقة استخدام الميثادون قد تغيرت كثيراً في تلك المدة. وهذا الكتيب يتحدث عن كيفية العلاج بالميثادون اليوم.

وهناك نوعان من برامج العلاج بالميثادون:

- **البرنامج المستمر (أو الطويل الأجل)** – وهذا هو النوع الأكثر شيوعاً، ويدوم لمدة أشهر أو سنوات، والهدف منه هو الحد من الأضرار المرتبطة باستخدام المخدر، وتحسين نوعية الحياة بصفة عامة.
 - **برنامج الانسحاب (أو القصير الأجل)** – هذا النوع من البرامج عادة ما يستمر أيام أو أسابيع، ويستخدم الميثادون هنا لتخفيف الاضطراب الناتج من الانسحاب من الأفيونيات.
- ومعظم المتعالمين يكون أداؤهم أفضل مع البرنامج المستمر، أكثر منه مع برنامج الانسحاب. وتتوقف نوعية البرنامج المناسب لك على احتياجاتك الخاصة وعلى وضعك، وهو الشيء الذي ينبغي عليك مناقشته مع طبيبك.

السرية

سرية المعلومات التي تعطى للطبيب، والمعلومات المسجلة في الاستمارات الحكومية، محمية بموجب القانون. وقد يتم مشاركة المعلومات مع أحد الأطباء أو الصيادلة بغية تنسيق علاجك وضمان الوصف الآمن له. كما يمكن تقاسمها مع أحد الصيادلة إذا كنت مؤهلاً للحصول على دعم الصرف الصيدلاني للعلاج، أو لأي سبب آخر يتطلبه القانون.

لديك حق الاطلاع على هذه المعلومات. المزيد من المعلومات حول «وزارة الصحة والخدمات البشرية»، و«قانون السجلات الصحية لعام 2001»، وغيره من تشريعات الخصوصية - يمكن الاطلاع عليها على الموقع الإلكتروني للوزارة: www.health.vic.gov.au/privstat.htm.

يمكن طلب الاطلاع على سجلات «وزارة الصحة والخدمات البشرية» بتقديم طلب «حرية المعلومات» إلى:

Freedom of Information Team
Department of Health and Human Services
GPO Box 4057
Melbourne 3001

فوائد العلاج بالميثادون

هناك «فوائد» عظيمة يمكن الحصول عليها من خلال العلاج بالميثادون، ولكن هناك أيضا بعض «الأمور» التي يتعين أخذها في الاعتبار بعناية. وفيما يلي الفوائد وتلك الأمور.

فوائد العلاج بالميثادون

- عندما تكون على الجرعة الصحيحة من الميثادون، فإن العلاج به سيمنع اشتياقك لاستخدام المادة الأفيونية المسببة للمشكلة، كما سيجنبك استخدامك القهري لها.
- يمكنك استقراراً يجعلك لا تعود لصرف الوقت في البحث عن المادة الأفيونية واستخدامها.
- يمكن أن يكلف أقل بكثير من تكلفة استخدام المخدر المسبب للمشكلة.
- يساعدك على اتباع أسلوب حياة أكثر صحة.
- إذا كنت تتعاطى المخدر عن طريق الحقن، فإن الميثادون يقلل من العرضة للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز، والتهاب الكبد ب، وجميم، حيث لن تحتاج إلى الحقن مع العلاج به.
- يمكنك من التحكم في الانسحاب المبدئي من المخدر بمشقة أقل.
- يزيل الحاجة إلى ارتكاب الجرائم لدى أولئك الذين يستخدمون المخدرات الأفيونية غير المشروعة.

مسائل يتعين أخذها في الاعتبار:

- أنت ملتزم بالحضور يوميا لأخذ جرعتك.
- قد تكون العطلات أو السفر أمراً صعباً، ويجب تنظيمها قبل أوانها بكثير من الوقت/مسيقاً.
- لن تعاني أو تصيبك أي آثار سسمية من جرعة الميثادون الخاصة بك.
- هناك آثار جانبية (انظر «الآثار الجانبية» ص 8).
- الميثادون هو مادة أفيونية، وبالتالي، فأنت مازلت معتمد على هذه المادة الأفيونية حين استعمالك الميثادون.
- الميثادون هو عقار قوي، ويمكن أن يكون خطيراً إذا ما استخدم بشكل غير صحيح.

ليس الميثادون للجميع. بعض المدمنين قد يناسبهم أكثر العلاج بالعقاقير الأخرى (انظر «العلاج بالعقاقير الأخرى» ص 22). كما يفضل آخرون البرامج السكنية أو برامج إزالة السموم. ويمكنك العثور على مزيد من المعلومات حول بدائل العلاج بالميثادون بالتحدث مع الطبيب، أو الإستشاري، أو الصيدلي المعنيين بأمرك أو الإتصال بخدمة «الخط المباشر» (راجع فصل «جهات للاتصال» في نهاية هذا الكتيب).

الميثادون : العقار

الميثادون هو مادة أفيونية مخدرة، ولذلك يمكن أن يكون بديلاً للمخدرات الأفيونية المسببة لمشاكلك . ومع ذلك ، يختلف الميثادون في الأمور التالية .

مدة تأثيره

الميثادون عقار مفعوله أطول من معظم المخدرات الأخرى . جرعة واحدة من الميثادون يمتد تأثيرها لحوالي 24 ساعة، مما يسمح بتناول جرعة واحدة في اليوم . يبدأ تأثير الميثادون خلال حوالي ساعة واحدة من تناول الجرعة؛ إلا أن تأثير العقار يصل إلى ذروته بعد 3 - 8 ساعات من الجرعة.

كيفية تعاطيه

يتم بلع الميثادون في شكل سائل .

قانونه

الميثادون متاح قانوناً بوصفه من طبيب، بشرط حصول الطبيب أولاً على تصريح من "وزارة الصحة والخدمات البشرية بولاية فيكتوريا".

تكلفته

ستطالبك الصيدليات وخدمات الميثادون المتخصصة بدفع رسم صرف، إما بالجرعة أو بالأسبوع.

الميثادون يسبب الإدمان كغيره من المخدرات، وعندما تنسحب منه سوف تشعر بأعراض الانسحاب أيضاً - إلا أن أموراً كثيرة تعتمد على كيفية الانسحاب من الميثادون . فبالانتقال إلى العلاج بالميثادون قد تكون قادراً على التحكم في اعتمادك على المادة المخدرة التي تستعملها، ولكنك ستظل معتمداً على الميثادون حتى تنسحب منه، وتصبح نظيفاً من أي نوع من المخدرات . ولأن الميثادون هو عقار طويل المفعول، فإن أعراض الانسحاب منه تدوم لفترة أطول منها مع الهيروين، إلا أنه يمكن التحكم في هذه الأعراض وتجنب حدوث ازعاج كبير (انظر «الانسحاب من الميثادون» ص 15) .

ويتم وصف الميثادون بجرعات مختلفة وفقاً للاحتياجات الفردية . فبعض الأشخاص يحتاجون إلى جرعات عالية (أكثر من 80 مجم يومياً)، بينما يستقر آخرون على جرعات أقل (أقل من 40 مجم يومياً) . وتبين الأدلة أن معظم المتعالجين يحتاجون إلى 60 مجم أو أكثر من الميثادون يومياً لتحقيق هدفهم المتمثل في التحكم في المشاكل الناجمة عن الاعتماد على المخدرات وإساءة استخدامها.

الآثار الجانبية للميثادون

يشعر الكثير من الأشخاص الذين يتم علاجهم بالميثادون، ببعض الأعراض الغير مرغوب فيها أثناء فترة العلاج. وبما يسبب هذه الأعراض عموماً، هو أما أن جرعة الميثادون تكون منخفضة عن اللازم أو مرتفعة عن اللازم، أو بسبب الآثار الجانبية الأخرى للعقار.

- أعراض جرعة الميثادون المنخفضة عن اللازم هي أعراض الإنسحاب من المخدرات: سيلان الأنف، وتقلصات البطن، والغثيان والقيء، والإسهال، وأوجاع الظهر والمفاصل، والتعرق، وتوتر المزاج، والحنين للمخدر.
 - أعراض جرعة الميثادون المرتفعة عن اللازم هي النعاس، والنوم سريعاً أثناء الجلوس، والغثيان والقيء، والتنفس الضحل، وضيق حدقة العين، وانخفاض ضغط الدم، والدوخة، وضعف الشهية. وللمزيد من التفاصيل، (انظر «الجرعة المفرطة» ص 18).
- ويمكن علاج تلك الأعراض عن طريق تعديل الجرعة وضبطها بناء على حاجتك – ولذلك، يجب أن تخبر الطبيب أو الصيدلي بمجرد بداية الشعور بها.

وللميثادون أيضاً آثار جانبية قد تكون لا علاقة لها بالجرعة. وليس كل شخص يشعر بآثار الميثادون الجانبية، ولكن من الشائع لدى المتعالمين الشعور بواحد أو أكثر من الأعراض التالية:

- التعرق كثيراً ما يزداد، خصوصاً في الليل.
- الإمساك أمر شائع جداً، مثلما يحدث مع جميع المخدرات. اشرب الكثير من الماء، وتناول المزيد من الفاكهة والخضراوات والخبز الأسمر والمنتجات المحتوية على النخالة (الردة). ومارس كثيراً من الرياضة.
- الام العضلات والمفاصل، قد تشعر بها، حتى عندما تكون جرعة الميثادون كافية. فقد أبلغ بعض المتعالمين عن الشعور بأوجاع شبيهة بأوجاع الروماتيزم وآلامه في أوقات مختلفة.
- انخفاض الرغبة الجنسية، ويحدث الشعور بذلك مع استخدام أي من المخدرات، بما في ذلك الميثادون والهيروين. إلا أن ذلك قد ينحسر تدريجياً.
- الطفح الجلدي والحكة يشعر بها بعض المتعالمين، ولكن عادة ما تنحسر تدريجياً.
- التخدر، (على سبيل المثال، النعاس، لا سيما سريعاً بعد تناول الجرعة). وهذا العَرَض عادة ما ينحسر خلال أسبوع أو نحو ذلك، ولكن الجرعة قد تحتاج إلى تعديل.
- احتباس السوائل، مما يسبب تورم أو «انتفاخ» اليدين أو القدمين.
- فقدان الشهية والغثيان والقيء، قد يحدث، ولكن هذه الأعراض عادة ما تنحسر سريعاً.
- الأم في البطن (تقلصات) قد تحدث، ولكنها عادة ما تنحسر بسرعة. وبعض هذه الأعراض كثيراً ما تُفهم خطأً بسهولة على أنها أعراض الانسحاب أو أعراض حالات طبية أخرى، ولذلك ينبغي أن تتحدث إلى الطبيب أو الصيدلي إذا شعرت بها.

وهناك مشاكل أخرى محتملة، وتشمل:

- تسوس الأسنان – الميثادون، شأنه في ذلك شأن جميع المخدرات، يقلل من إفراز اللعاب. واللعاب يحتوي على مواد مضادة للجراثيم تساعد على منع تدهور حالة الأسنان واللثة. كما يسهم أيضاً في حدوث تسوس الأسنان، الطعام غير المغذي أو غير المنتظم وعدم العناية الكافية بالأسنان. ولكن استخدام فرشاة الأسنان بانتظام ومضغ العلكة الخالية من السكر، يمكن أن يمنع تسوس الأسنان.
- تغيرات في الحيض – قد تلاحظ الكثيرات من النساء عدم انتظام الدورة الشهرية لديهن عند استخدامهن الهيروين أو المخدرات الأخرى. قد تعود الدورة الشهرية إلى طبيعتها أثناء العلاج بالميثادون عند بعض النساء بينما تستمر عند البعض الآخر غير منتظمة أثناء العلاج بالميثادون. وعند بدء برنامج للعلاج بالميثادون، يكون من المهم التفكير في منع الحمل، إذ قد تبدأين في الحيض مجدداً وتكونين عرضة للحمل.

وعلى المدى الطويل، لا يبدو ان الميثادون ينتج عنه أي مشاكل صحية كبيرة. أما الآثار الجانبية، فيجب أن تنتهي بمجرد الانسحاب من الميثادون.

التفاعلات مع العقاقير الأخرى

أنه من الخطر مزج الميثادون مع العقاقير الأخرى دون إشراف طبي .

فقد يؤدي هذا إلى فقدان الوعي ، بل وحتى الموت .

كل شخص يختلف في درجة تحمله ورد فعله للعقاقير . والناس يعرفون درجة تحملهم لها عادة ، ولكن قد يكون هذا صعب التقدير عند استخدام العقاقير المختلفة في نفس الوقت . فآثار استخدام العقاقير المختلفة أثناء العلاج بالميثادون قد تكون خطيرة ولا يمكن التنبؤ بمداهها (انظر « التحذير من الجرعة المفرطة » ص 18) .

يمكن للعديد من الأمور أن تسيء في اتجاه سيئ إذا داومت على استخدام العقاقير التي لا يعرف عنها طبيبك شيئاً (وهذا يشمل الكحول) ، ولا سيما في بداية برنامج علاجك .

● يعمل الميثادون، في بعض النواحي، بطريقة مختلفة عن معظم العقاقير الأخرى، ولذلك تذكر النقاط التالية:

– قد لا تشعر بآثار الميثادون لفترة تتراوح بين 6 إلى 10 ساعات بعد تناول الجرعة. فلا تستخدم أي أدوية أخرى حتى مرور بضع ساعات بعد تناول الجرعة، لمجرد أنك تفترض أن الميثادون لا يعمل. فقد يبدأ مفعول الميثادون، وتنتهي أنت بأعراض الجرعة المفرطة.

– يتراكم الميثادون في جسمك على مدى الأيام القليلة الأولى بعد بدء العلاج، ومن ثم لا تستخدم أدوية أخرى مفترضاً أن الميثادون سيكون له نفس التأثير اليوم كما كان تأثيره بالأمس.

– إذا استمرت في استخدام المخدرات الأخرى، فستكون بمثابة من يخلق عادة تعاطي مواد مخدرة أكبر وأقوى، حيث لن يستطيع الميثادون الذي تتناوله أن يتحكم في اشتياقك للمخدر أو استخدامك القهري له في حد ذاته.

● الميثادون هو مادة مخدرة، ومثل المخدرات الأخرى، فإنه يمكن أن يشكل خطراً كبيراً عليك إذا تعاطيته بكمية أكثر من اللازم، أو إذا خلطته مع عقاقير أخرى (مثل الكحول أو الحبوب المنومة أو المهدئة) .

إن خلط المسكنات وعقاقير معينة مع الميثادون، يضيف آثارها المهدئة بعضها إلى بعض مما يكون له أكبر الخطر عليك، إذ يؤدي هذا إلى نشوء أعراض الجرعة المفرطة . وسيجري وصف هذا أدناه .

الكحول

● شرب كميات كبيرة من الكحول خلال فترة زمنية قصيرة يمكن أن يصيبك بالنعاس، ويؤثر على قدرتك على قيادة المركبات . فالكحول يضيف إلى تأثير الميثادون ويزيد من فرصة التسمم بجرعة مفرطة، ولا سيما عندما يُخلط أيضاً بالمسكنات .

● شرب كميات كبيرة من الكحول على مدى يوم أو عدة أيام أو أسابيع يمكن أيضاً أن يقصّر من مدة تأثير الميثادون، مما يجعلك تشعر بالتوق إلى المخدر وإشتهاءه قبل حلول ميعاد الجرعة التالية .

المهدئات

إذا أُضيف إلى الميثادون، البنزوديازيبينات (وهي أدوية مسكنة شائعة الوصف أو الأقراص المنومة مثل السيريباكس والديازيبام والموجادون والنورميسون والألبرازولام والأتيفان والهيبنودورم إلخ أو العقاقير المضادة للصرع كالريفوتريل مثلاً)، فإن هذا يمكن أن يسبب النعاس، وفي بعض الحالات، يسبب فقدان الوعي ونشوء أعراض التسمم بالجرعة المفرطة. ولذلك، ينبغي عدم تعاطي هذه الأدوية أثناء تعاطيك الميثادون دون موافقة طبيبك .

المخدرات الأفيونية

المورفين، البيثيدين، الأوكسيكودون، الكوداين

- هذه العقاقير هي من المخدرات أيضاً مثل الهيروين والميثادون. إن استخدام هذه العقاقير أثناء العلاج بالميثادون أمر خطير، لأنها تزيد من العرضة للتسمم بجرعة مفرطة.

الهيروين

- الهيروين والميثادون كلاهما من المخدرات، وعند استخدامهما معا يمكن أن تزيد جداً العرضة للتسمم بجرعة مفرطة. وهذا ينطبق بشكل خاص إذا استخدمت الهيروين في الأيام الأولى القليلة من بدء برنامج الميثادون.

أقراص الفيزيستون

- يستخدم الميثادون نفسه كمسكن قوي، ويتم تسويقه كمسكن تحت اسم «فيزيستون». وينبغي عدم تعاطيه أثناء إعتماذك على برنامج الميثادون.

الديكستروبروبوكسيفين

هو مسكن يُصرف بوصفة طبيب. وإذا أُخذ بجرعات كبيرة أو أُخذ مع غيره من مخدرات الجهاز العصبي المركزي مثل الكحول والمهدئات والمخدرات (بما في ذلك الميثادون)، فإنه يمكن أن يسبب النعاس وفقدان الوعي وصعوبات في التنفس والتسمم بجرعة مفرطة. ويتم تسويقه تحت أسمى «دولوكسين» و«دايجيسيك» .

الفينيتوين

هو مضاد للتشنجات يُصرف بوصفة طبيب. ويستخدم في علاج الصرع، ويتم تسويقه تحت اسم «دايلانتين». ويقلل الفينيتوين من تأثير الميثادون، وقد يتسبب في رغبة في استخدام المخدرات الأخرى. تحدث في ذلك مع طبيبك .

العلاجات المضادة لفيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز والتهاب الكبد البوابي، قد تتسبب أيضا في بعض التفاعلات مع الميثادون، ويجب مناقشتها مع طبيبك .

بشكل عام، إذا كنت تعاطي أي عقاقير، لا تتردد في مناقشة الطبيب أو الصيدلي حول التفاعلات التي يمكن أن تحدثها تلك العقاقير مع الميثادون. وإذا كنت ستري طبيب آخر أو طبيب أسنان أو صيدلي أو ستذهب إلى المستشفى، فمن الضروري، لسلامتك، أن تخبرهم بأنك تعتمد على برنامج للعلاج بالميثادون.

قيادة المركبات

الميثادون يزيد من آثار الكحول ويمكن أن يسبب النعاس.

قد يؤثر الميثادون على قدرتك على قيادة السيارات وتشغيل الآلات ولعب الرياضة.

هذا مهم خاصة في الأسابيع القليلة الأولى من العلاج، حتى تصل إلى الاستقرار على جرعة ما، أو في بعض الأحيان، أثناء تعديل جرعتك إلى جرعة جديدة؛ حيث يجب أن تتجنب قيادة السيارات وتشغيل الآلات الثقيلة خلال هذه الأوقات.

إذا كنت تقود سيارة، فقد تعرض نفسك لإلغاء رخصة قيادتك، إذا كانت قيادتك غير متزنة. فإن « قانون سلامة الطرق لعام 1986 » (المادة 49، المعدلة عام 1990) يسمح للمحاكم بإلغاء رخصة القيادة، وتغريم (أو سجن) الأشخاص الذين يقودون تحت تأثير الكحول أو المخدرات « إلى الحد الذي يكون معه الشخص عاجزاً عن التحكم السليم في السيارة » .

كما أن الشرطة الآن لها سلطة إجراء اختبارات الدم الإلزامية، ولا سيما إذا كنت تقود سيارة متورطة في حادث، وهذه الاختبارات تغطي مجموعة من العقاقير بما في ذلك المخدرات (والميثادون) . ويعتبر رفض اختبار التنفس أو اختبار الدم، مخالفة للقانون .

كما أن سياسات التأمين على السيارات غالباً ما تفرد فقرة محددة للحوادث التي تتم تحت تأثير الكحول أو المخدرات . ويجوز رفض طلبات الحوادث، إذا كانت الشركة تعتقد أن قيادتك كانت تحت تأثير هذه المواد وقت وقوع الحادث . إلا أن هذا لا ينبغي أن يشكل أي مشكلة لك، إذا كنت مستقراً على جرعة من الميثادون . فإذا كنت تقود سيارة مؤمناً عليها، فاقراً بوليصه التأمين بعناية .

نظام الميثادون بفيكتوريا

فريقك المعالج

يمكن أن يقدم العلاج بالميثادون من قِبَل طبيب عام (GP) أو خدمة علاج تخصصي .

ويقوم نظام العلاج بالميثادون في فيكتوريا على صرف الجرعات تحت إشراف مهني، عادة ما يكون ذلك في إحدى الصيدليات، حيث لا يوفر الصيدلي الجرعة فقط، بل وأيضاً يكون مقتنعاً أن الجرعة قد تم تعاطيها بالشكل الصحيح. ولكن لاحظ أن الصيدليات ومراكز العلاج سوف تطالبك برسم يغطي خدمة صرف الجرعة والإدارة وحفظ السجلات المطلوبة قانوناً.

يضم فريقك المعالج طبيب وإستشاري وخدمة صرف للجرعات .

- الطبيب، هو المسؤول عموماً عن علاجك وهو الذي يصف جرعتك من الميثادون .
- الإستشاري، هو من يكون في بعض الأحيان طبيبك أيضاً، ويكون متاحاً لك لمناقشة ما يخصك من مشاكل وأهداف وأي شيء آخر يهملك .
- نقطة صرف الجرعات، (في كثير من الحالات تكون صيدلية محلية) هي التي تُحضّر جرعتك بدقة وتعطيها لك يومياً. وغالباً ما يكون موظفوها على استعداد لمناقشة أي مشاكل تواجهك .

وبصفة عامة، لا تقبل خدمات الميثادون المتخصصة إلا العملاء المؤهلين من الأطباء العموميون .

البداية

1. تحتاج للاتصال بخدمة علاج متخصصة أو طبيب عام، يقوم أيهما بخدمة وصف الميثادون. و«الخط المباشر» هو خدمة هاتفية على مدار ٢٤ ساعة لأغراض تقديم المشورة والإحالة، ويمكنها توصيلك بطبيب لتقييم حالتك. ومن المحتمل أيضا أن يكون عليك الاتصال بصيدلية محلية مصرّح لها بصرف جرعات الميثادون بإشراف منها. مرة أخرى، يمكن لـ«الخط المباشر» أن يساعدك، وستجد رقمه موجوداً في فصل «جهات للاتصال» في نهاية هذا الكتيب.
- في زيارتك الأولى، سيقوم الطبيب بتقييمك عن طريق أخذ تاريخ الحالة، وفحصك، وأخذ عينات دم وبول منك، وتعبئة الاستمارات الحكومية المطلوبة.
2. من المهم، لسلامتك الخاصة، أن تكون واضحاً وصادقاً بقدر المستطاع عن المخدرات التي كنت تستخدمها، ومعدل/تواتر استخدامها لها، وكميتها، وعن شعورك/حالتك الآن. كل شخص يختلف عن الآخر؛ ولذلك، يحتاج الطبيب إلى تحديد وضعك، وحالة جسمك، كي يَحسِن الحكم على احتياجاتك الخاصة كفرد. وإذا لم تكن متأكدًا من فكرة البدء في العلاج بالميثادون، اسأل عن غيره من خيارات العلاج.
- عادة ما يستغرق الأمر بضعة أيام قبل أن يمكنك الحصول على الجرعة الأولى من الميثادون.
3. يجب على طبيبك الحصول على تصريح رسمي لوصف الميثادون لك وإرسال الوصفات الطبية مع إحدى صورك الشخصية إلى الصيدلية قبل أن يمكنك الحصول على الجرعة الأولى. ويمكن لأحد خدمات البريد السريع تسريع هذا، ولكنها تكلف أكثر. وفي بعض الحالات، وللسلامتك، قد يبطئ الطبيب لانتظار نتائج اختبارات الدم قبل أن يبدأك على العلاج بالميثادون.
4. جرعة البداية: سيبدأ طبيبك على جرعة من الميثادون، اعتماداً على ما كنت تستخدمه، وعلى حالتك الصحية العامة. ونظراً لأن الميثادون يمكن أن يكون خطراً إذا أعطيت بجرعة عالية أكثر من اللازم (انظر «الأثار الجانبية للعلاج بالميثادون» ص ٤، و«تحذير الجرعة المفرطة»، ص 22)، لذلك، تكون جرعة البداية دائماً منخفضة لدواعي السلامة.
5. الميثادون، العقار: الميثادون عقار طويل المفعول، ويستغرق بضعة أيام قبل أن يتراكم ويصل إلى مستوٍ ثابت في الدم. وعادة، لا تُحدِث الجرعة أو الجرعتان الأولتان أثرهما الكامل - وكثيراً ما يستغرق الأمر عدة أيام قبل وصول الجرعة التي وُضعت عليها إلى مستوٍ ثابت في دمك، وتبدأ في العمل بشكل كامل.
- لا يصل تأثير جرعة الميثادون إلى ذروتها حتى عدة ساعات بعد تناولها، ولذلك يلزمك التحلي بالصبر، والتحكم في الرغبة الملحة في استخدام عقاقير أخرى للتحكم في أعراض الانسحاب أو التحكم في الاشتياق لاستخدام الأفيونيات الأخرى، وذلك حتى يصل تأثير الميثادون إلى ذروته. وقد يستغرق هذا فترة 3 - 8 ساعات بعد تناول الجرعة.
- عادة ما تحتاج الجرعة إلى تعديل في الأسابيع القليلة الأولى من العلاج، حتى لا تكون لديك الرغبة الملحة في العودة إلى المخدرات التي كنت تستخدمها، مما قد يعرضك للتسمم بجرعة مفرطة أو للعودة إلى الاستخدام المسبب للمشاكل.
- قد يستغرق الأمر عدة أسابيع حتى تشعر بالراحة على الميثادون.

فترة البدء هذه هي فترة حرجة، إذ يعتاد جسمك فيه على وجود الميثادون. ووظيفة طبيبك هو العثور على الجرعة الصحيحة المناسبة لك - وهي الجرعة التي تدوم معك لمدة 24 ساعة، وتقلل الرغبة القوية في تعاطي المادة المخدرة سبب مشكلك. والوصول إلى الجرعة المناسبة لك هو أمر يعتمد عليك أنت في إخبارك المنتظم للطبيب بحالتك وبما تشعر به، وما إذا كنت تتعاطى عقاقير أخرى (أو كحول أو حبوب).

وخلال هذا الوقت، قد تنشأ أعراض، لأحد الأسباب الآتية:

- عدم كفاية جرعة الميثادون (أعراض الانسحاب الأفيونية)
 - جرعة الميثادون أعلى من اللازم
 - آثار العقاقير الأخرى
- أو
- مشاكل صحية ليس لها علاقة بالميثادون.

خلال مرحلة بدء العلاج، ينبغي مراجعة الطبيب بانتظام.

من أجل سلامتك، يجب أن ترى الطبيب عدة مرات في الأسبوع الأول من العلاج، ومرات عديدة خلال الأسابيع القليلة الأولى، وتخبره كيف تسير معك الأمور. وإذا كنت لا تشعر بالراحة مع الجرعة التي تتعاطاها، أو كنت تشعر بالقلق إزاء أمور ما، فناقش هذه المسائل مع طبيبك. وينبغي على الطبيب أن ينبهك لما يجب عليك متابعته في حالتك خلال هذه الفترة - ما هو طبيعي وما هو غير طبيعي.

يمكن للعديد من الأمور أن تسير سيراً سيقاً، إذا استمررت في استخدام العقاقير التي لا يعرف طبيبك عنها شيئاً (وهذا يشمل الكحول)، ولا سيما في وقت مبكر من برنامجك. ومن المهم أن تتجنب استخدام العقاقير الأخرى، وتكون صادقاً وواضحاً فيما يخص استخدامك للعقاقير الأخرى. «انظر فصل «التفاعلات مع العقاقير الأخرى»».

الروتين

يلزمك العلاج بالميثادون بروتين من الحضور اليومي في صيدلية أو خدمة علاجية للحصول على جرعتك من الميثادون.

ويجب أن تكون منتظماً في رؤية طبيبك، الذي قد يرتب لك إجراء تحاليل للبول. وهذه التحاليل هي لإظهار أي مواد أفيونية تكون قد تعاطيتها، بما في ذلك الميثادون، فضلاً عن غيرها من العقاقير.

يمكنك أن ترى أيضاً مستشارك الخاص بشكل منتظم، على الرغم من أن هذا أمر اختياري في العديد من الخدمات.

إذا كان خدمة العلاج التي تتبعها ليس بها مشير، فيمكنك أن تطلب من الطبيب ترتيب مستشار لك، أو تتصل بـ «خدمة الخط المباشر» على 1800 888 236 لإحالتك لأحدهم.

الحمل

إن استخدام المخدرات أثناء الحمل، سواء كانت بوصفة طبية، أو كانت على هيئة أحد العقاقير الممزوجة بالكودايين التي يمكن شراؤها من الصيدلية دون وصفه طبية مثل «نيوروفين بلاس»، أو الهيروين - فإن هذا الاستخدام غالباً ما يسبب ضرراً لكل من الأم الحامل والجنين. كما أن فقر التغذية، وضعف الصحة، والتدخين بكثافة، وعدم الذهاب بانتظام للطبيب لمتابعة الحمل، يمكن أيضاً أن يسبب مشاكل في حملك. عندما يكون لديك رغبة في استخدام المخدرات، كذلك يكون جنينك. ففترات الانسحاب المفاجئ من المخدرات التي غالباً ما تحدث أثناء محاولة الاستمرار في عادة تعاطي الهيروين، يمكن أن تضر الجنين وقد تسبب ضعف نموه، أو إجهاضه تلقائياً (سقوط الحمل) أو حدوث المخاض المبكر.

استمرار استخدام المخدرات خلال الحمل يتسبب في الآتي:

- حدوث المخاض المبكر: 25 في المائة من المواليد يولدون مبكراً، مما يجعلهم بحاجة إلى دخول العناية المركزة في المستشفى.
 - تأخر نمو الجنين: 20 في المائة من المواليد يعانون من نقص الوزن.
 - أعراض الانسحاب في الوليد: 90 في المائة من المواليد يعانون من أعراض الانسحاب (وهذا يسمى «متلازمة الامتناع الوليدية»، مما يجعل الكثير منهم في حاجة إلى رعاية خاصة، عادة في مستشفى. وقد يحتاجون أيضاً للأدوية.
- عادة ما تبدأ أعراض الانسحاب في هؤلاء المواليد خلال 72 ساعة من الولادة، ولكن يمكن أن تبدأ بعد الولادة بمدة تصل إلى أسبوعين. وقد تستمر الأعراض لمدة تصل إلى ستة أشهر، ولكن تكون في أشدها في الأسابيع الأربعة الأولى. فيصاب المواليد بتعكر المزاج والتوتر، والبكاء، والارتجاج، ومشاكل المص والبلع، وربما يعانون من الإسهال والجفاف.

الاستمرار على الميثادون كثيراً ما يكون أفضل فرصة لحمل طبيعي وطفل سليم.

هذا بسبب الآتي:

- لا تحدث فترات أعراض الانسحاب غير المتوقعة والتي تكون ضارة لطفلك، أثناء استعمالك جرعة يومية منتظمة؛
 - تصبح حياتك أكثر انتظاماً، الشيء الذي يعني لكثير من النساء صحة أحسن وتغذية أفضل وإجهاد أقل؛
 - بالنسبة لمتعاطي الهيروين، من الجيد معرفة أن الميثادون لا يستبدل بأي شيء.
- ويتم تثبيت الأمهات اللواتي على برامج الميثادون على جرعة مريحة منه أثناء الحمل، وهذا يستمر إلى ما بعد الولادة. والأطفال الذين يولدون لأمهات مستقرات على الميثادون أثناء الحمل، من الشائع إصابتهم بأعراض الانسحاب، التي غالباً ما تحتاج إلى علاج في المستشفى. ولكن إجمالاً، يسبب الميثادون مشاكل أقل أثناء الحمل مقارنة بالاستعمال غير الطبي والمسبب للمشاكل للأفيونيوات الصيدلانية أو الهيروين.

إجراء فحوصات متكررة مع الطبيب أو الممرضة أثناء الحمل يمكن أن يساعدك على العناية بنفسك وطفلك.

الانسحاب تماماً من إشكالية استخدام الأفيونيوات الصيدلانية أو الهيروين أثناء الحمل، إنما ينطوي على تعرضك لمخاطر المخاض المبكر أو تعرض الجنين لمخاطر ما يسمى بـ«الضائقة الجنينية». فمن المهم أن تحاولي تجنب الانسحاب من الميثادون أثناء الحمل، وتأخير الانسحاب حتى مرور ثلاثة أشهر على الأقل بعد ولادة طفلك. ويجب عليك الاستمرار على أي جرعة ميثادون مريحة لك وتساعدك على التقليل من استخدام الأفيونيوات الأخرى.

يوصى بالرضاعة الطبيعية للأطفال حديثي الولادة، حيث لا يمر في حليب الثدي إلا القليل جداً من الميثادون.

ويظهر أن التأثير طويل الأجل للميثادون على أطفال الأمهات اللواتي يتم علاجهن به، يكون تأثيراً غير ملحوظ، حيث أظهرت معظم الدراسات أن الأداء العقلي والبدني لهؤلاء الأطفال يكون ضمن النطاق الطبيعي.

إذا كنت حاملاً فسُتُعْطَى الأولوية للعلاج بالميثادون إذا تم تقييمك أنك مناسبة للعلاج به.

أيضاً، إذا كان زوجك يستخدم الهيروين، فعليكما التفكير في دخول برنامج للميثادون معاً، إذ أنه من الصعب أن تتوقفي عن استخدام المخدر إذا كان مازال حولك من يستخدمه.

للحصول على المساعدة، يرجى الاتصال بـ «وحدة خدمة المرأة للكحول والمخدرات (وادز- WADS)» التابعة لـ «مستشفى النساء الملكي» على رقم 3931 8345 (03).

فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز والتهاب الكبد الوبائي

إن فيروس نقص المناعة البشرية (الذي يسبب مرض الإيدز) وفيروس التهاب الكبد الوبائي ب، وجم (الذين يسببان أمراض الكبد - هذه الفيروسات غالباً ما تنتقل من شخص إلى آخر عن طريق تشارك إبر الحقن وغيرها من معدات الحقن، عند أولئك الذين يتعاطون الهيروين أو الأفيونيات الموصوفة طبيياً عن طريق الحقن.

إن اختيار العلاج بالميثادون يسمح للأشخاص بتجنب أسهل لتبادل الإبر، وعليه، يحسن من فرصك في تجنب مثل هذه الإصابات الفيروسية. ومثل أي شخص آخر، فإنك تحتاج أيضاً إلى ممارسة "الجنس الآمن" للحد من التعرض للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز أو فيروسات التهاب الكبد. وهذا يشمل استخدام الواقي الذكري دائماً.

وإجراء اختبارات فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز و التهاب الكبد ب وجم ليس شرطاً مسبقاً للعلاج بالميثادون. فالاختبار طوعي - ويمكن لطبيبك ترتيب هذا جنباً إلى جنب مع تقديم المشورة المناسبة. ولكن إذا قررت عدم إجراء الاختبار، فإن هذا لن يؤثر على إمكانية حصولك على الميثادون من عدمها.

إذا كنت تعتمد على الأفيونيات، وكنت مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية، فسوف تكون مؤهلاً أن تُعطى الأولوية للدخول إلى برنامج العلاج بالميثادون، شريطة أن يكون هذا هو أفضل شكل للعلاج لك. وتشير الدلائل الحديثة إلى أن العلاج بالميثادون يمكن أن يؤدي إلى تحسين الاستجابة المناعية، وتحسين الصحة العامة للمصابين بفيروس نقص المناعة البشرية من المتعاطين للهيروين أو غيرها من المخدرات بالحقن.

إذا كان اختبارك إيجابياً لفيروس التهاب الكبد الوبائي ب، فسوف يحسّن الميثادون من صحتك أيضاً. ومن المحتمل أن يقل استخدامك للمخدرات، وأن تتبع نظاماً غذائياً أفضل، وتحصل على المزيد من الراحة، وتكون أقل إجهاداً بصورة عامة. وربما تساعد جميع هذه العوامل على تقليل من الأعراض المتصلة بالمرض.

العطلات والسفر والجرعات المنزلية

في بداية برنامجك، يجب عليك الحضور يومياً من نقطة الصرف المحددة لك لتناول جرعة الميثادون. ولكن مع مرور الوقت، قد يكون من الممكن الترتيب لصرف جرعات منزلية لك - مما يَمَكِّنك من أخذ جرعة الميثادون معك إلى المنزل مقدماً. وعموماً، لا تتوفر جرعات الميثادون المنزلية في أول شهرين من العلاج، ولا حتى بعد أن يكون الطبيب قد قام بتقييم دقيق لحالتك وتأكد من ملاءمتك لصرف الجرعات المنزلية. فالحصول على الجرعات المنزلية ليس حقاً تلقائياً، ولا يمكن التصريح به إلا إذا كنت تلبّي معايير معينة مصمّمة لضمان سلامتك وسلامة الآخرين.

يمكنك السفر أو تقضية العطلات، ولكن تحتاج أنت وطبيبك إلى مناقشة التفاصيل مقدماً، وأحياناً قبلها بأسابيع. فقد يكون من الممكن نقل موقع استلام جرعتك إلى صيدلية قريبة من المكان الذي ستكون مقيماً به أثناء عطلتك. ويحتاج ذلك إلى إشعار مدته ما بين أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع ضمن ولاية فكتوريا.

للتنقل بين الولايات، يحتاج هذا النقل إشعاراً بثلاثة أسابيع على الأقل، مع عدم وجود أي ضمان لنجاح هذا النقل. ويستطيع طبيبك أن ينصحك بخصوص احتياجات السفر بين الولايات. أما السفر إلى الخارج، فقد لا يكون ممكناً دائماً للعديد من البلدان، ويحتاج إلى الكثير من التخطيط. وربما تستطيع «خدمة العلاج الصيدلاني والدعوة الحقوقية والوساطة والدعم (PAMS)» مساعدة العملاء فيما يختص بالسفر إلى الخارج (راجع «جهات للاتصال»).

إذا كان يلزمك الذهاب إلى المستشفى للجراحة أو العلاج لمدة تزيد عن يوم واحد، فيستطيع طبيبك ترتيب الأمر لك لتمتكن من الحصول على الجرعة في المستشفى.

الجرعات المنزلية. الجرعات المنزلية خطيرة جداً بالنسبة للآخرين. فلا تعطي الجرعة الخاصة بك للآخرين، ولا تتعاطى جرعة مجهولة المقدار. إذا كان لديك جرعة منزلية، فاحفظها في مكان آمن.

عندما يُستخدم الميثادون بشكل غير سليم، فإنه قد يسبب ضرراً خطيراً قد يصل إلى الموت. وقد تبين لـ«مكتب قاضي الطب الشرعي الفيكتوري» حدوث 147 وفاة في فيكتوريا من عام 2010 إلى 2013، تتضمن كل منها على تعاطي جرعة ميثادون منزلية (في 89 من هذه الوفيات، حدثت الوفاة نتيجة تعاطي الشخص جرعاته المنزلية الخاصة به، وفي 58 حالة، حدثت الوفاة نتيجة تعاطي الشخص جرعة منزلية مصروفة لشخص آخر). إن القلق كله هو حول السلامة في وجود الجرعات بالمنزل، فالأمر يدور حول تحميل أنت مسؤولية الجرعات المنزلية الموصوفة لك أنت، لحماية سلامة نفسك والآخرين.

- فإذا كان لديك جرعة منزلية، احفظها في خزانة آمنة أو مغلقة في جميع الأوقات لدواعي السلامة. الوقت الوحيد الذي ينبغي إخراجها فيه من الخزانة الآمنة أو المغلقة هو قبل تناولها فوراً.
- لا تترك الجرعات المنزلية حيث يمكن لشخص آخر أن يراها أو يصل إليها (كتركها مثلاً في الثلاجة، أو في كيس، أو على رف، أو على منضدة).
- يجب عدم تخزين الجرعات المنزلية في الثلاجة. فهي لا تحتاج لحفظها في ثلاجة، بل ويجب عدم تخزينها فيها، وذلك لمنع مخاطرة تناول شخص آخر لها، أو تناول طفل لها بطريق الخطأ ظناً منه أنها مشروب سكري عادي.
- إنه لأمر بالغ الأهمية أن يُحرص على حفظ الجرعات المنزلية بعيداً عن متناول الأطفال. فقد يجذب الأطفال إلى الميثادون ظناً منهم أنه مشروب سكري عادي (شربات). ويجب دائماً تخفيف جرعات الميثادون المنزلية إلى 200 مليلتر. فكثيراً ما توفي الأطفال بسبب شربهم الميثادون الخاص بالديهم.

الانسحاب من الميثادون

بعد فترة من الوقت، يميل المتعالجون في التفكير في الخروج/الانسحاب من الميثادون. وليس هناك وقت معين للقيام بذلك.

وبصفة عامة، ليس هناك فائدة كبيرة من الانسحاب من الميثادون إذا كنت من المرجح أن تعود إلى الاستعمال غير الطبي للأفيونيات الصيدلانية أو الهيروين مرة أخرى. فإيقاف الميثادون في وقت مبكر جداً قد يجعلك تخسر أشهر أو سنوات من الإنجازات. فتحدث مع طبيبك مستشارك حول الميعاد المناسب للانسحاب من الميثادون وما تنطوي عليه هذه العملية.

أفضل طريقة للخروج من الميثادون هو خفض الجرعة ببطء على مدى أشهر؛ وتعتمد المدة على الجرعة التي بدأت بها البرنامج.

فيخفض الجرعة ببطء، فإنك تسمح لجسمك تدريجياً بالتعود على وجود مستوى أقل من الميثادون في الدم. وهذا يتطلب بعض التخطيط، وزيارات منتظمة للطبيب. ولكن، إذا وجدت نفسك غير قادر على تحمل خفض الجرعة، فارفعها، أو ابطئ معدل خفضها آخذاً فترة أطول من الوقت، واسمح لجسمك بقسط من الراحة. بهذه الطريقة، يتمكن معظم المتعالجين من الخروج من الميثادون وتجنب العودة إلى استخدام الهيروين.

يجد بعض المتعالجين أن الانتقال من الميثادون إلى البوبرينورفين، ثم الخروج من البوبرينورفين، أمرٌ أكثر راحة من الخروج من الميثادون نفسه. ولكن، لا يمكن تحقيق الانتقال من جرعات عالية من الميثادون. وبالتالي، سوف تحتاج إلى مناقشة هذا الخيار مع طبيبك، وأن تكون على استعداد للعمل معه خلال ما قد يكون عملية طويلة لتحقيق النجاح في النهاية.

وأثناء وجودك على الميثادون، فأنت لا تزال مدمناً للأفيونيات، ولذلك، يجب أن تتوقع أنك ستمر بالأعراض الانسحابية عند الخروج منه، إلا أن هذه الأعراض يمكن التحكم فيها إلى حد كبير إذا كان الانسحاب يُدار بعناية.

وتكون الأعراض هي نفسها أعراض الانسحاب من أي مادة أفيونية أخرى، بما في ذلك الأفيونيات الصيدلانية أو الهيروين، وهي:

- سيلان الأنف، وتدمع العينين، والتثاؤب
- فقدان الشهية والإحساس بالغثيان والتقيؤ في بعض الأحيان
- الإسهال
- الام في البطن (تقلصات)
- توتر في العضلات يؤدي إلى الصداع والام الظهر وتقلصات في الساق
- أوجاع بالمفاصل
- التعرق
- اضطراب النوم
- تعكر المزاج
- الاشتياق للأفيونيات
- الافتقار إلى الطاقة.

وتحدث هذه الأعراض بسبب محاولة الجسم التعود على الوضع الجديد، أي عدم وجود ما يكفي من المخدرات في أجهزته. وكلما حاول جسمك إجراء هذا التغيير بشكل أسرع (أي على مدى أقصر)، كلما ازدادت شدة الأعراض وعدم الراحة.

وإذا نجحت في الخروج من الميثادون وعدم استخدام أي من الأفيونيات وامتنعت تماماً عنها، فهناك احتمال متزايد لحدوث تسمم بجرعة مفرطة من الأفيونيات (قد يصل إلى الموت) إذا عدت إلى تعاطي أي مادة أفيونية مرة أخرى، ما لم يتم إدارة هذه العودة بعناية.

إن وقف العلاج بالميثادون فجأة ينتج عنه أعراض انسحابية هائلة، لا سيما إذا كنت على جرعة تزيد عن 20-30 مجم يومياً. ولذلك، فمن المستحسن ألا تقوم بهذه القفزة الفجائية خروجاً من برنامج العلاج بالميثادون، إذ أن الاضطراب الذي يحدث يدفع معظم من يحاولون ذلك، إلى العودة إلى استخدام الهيروين.

أيضاً سيؤدي التخفيض السريع جداً إلى أعراض انسحابية أشد بكثير، الشيء الذي يجده الكثيرون أكثر صعوبة في تحمله مقارنة بالانسحاب من الهيروين.

إن استكمال خفض جرعة الميثادون يعني أنك لم تعد بحاجة للذهاب لاستلام جرعة منه فيما بعد؛ ولكن يمكن أن تستمر في رؤية طبيبك و/أو مستشارك، إذا رغبت؛ إذ يجد بعض الأشخاص أنه من المفيد خلال فترة ما بعد الانسحاب الاستمرار في رؤية الطبيب و/أو الإستشاري، كما يحصل الكثيرون على دعم قيّم من خلال الانضمام إلى إحدى مجموعات المساعدة الذاتية.

وقف العلاج

يجب عليك الذهاب يومياً للحصول على جرعتك، والحفاظ على المواعيد مع الطبيب والإستشاري، والحفاظ على القواعد المحددة بينك وبين فريقك المعالج. فقد يؤدي أي مما يلي إلى وقف برنامج علاجك:

- العنف أو التهديدات للعملاء الآخرين أو الموظفين.
- الاتجار بالمخدرات.
- تحويل الجرعة إلى شخص آخر، على سبيل المثال، بيع جرعتك للآخرين أو إعطائها لهم أو تقاسمها معهم.
- الجرعات الفائتة (إذا فاتك أربع جرعات متتالية، فلن تتلقى الميثادون فيما بعد إلا بعد إعادة تقييمك من طبيبك المعالج).
- عدم حضور مواعيد الطبيب بشكل متكرر.
- عدم دفع رسوم صرف جرعات الميثادون.

الصعوبات والشكاوى

إذا كنت تواجه صعوبة ما في أي جانب من جوانب علاجك، فيمكنك مناقشتها مع طبيبك أو فريقك المعالج. وإذا لم ينجح هذا فعليك بالاتصال بـ PAMS. وهي خدمة لدى هيئة «الحد من الضرر فيكتوريا»، وهي تخدم كل من هم على برنامج للعلاج الصيدلاني مثل الميثادون أو البوبرينورفين أو النالتريكسون. وهي تقدم مساعدة سرية للأشخاص الذين يعانون من مشاكل مع برامجهم، ويمكنها المساعدة في التوسط في المشاكل التي تنشأ بين مقدمي الخدمات والعملاء.

يمكنك أيضاً الاتصال بـ«الخط المباشر» على رقم 1800 888 236. وسيقوم «الخط المباشر» بمناقشة المشكلة معك، وأيضاً، إذا كان الأمر مناسباً، سيتخذ الترتيبات اللازمة لنقل العلاج إلى طبيب أو صيدلي أو إستشاري آخر.

إذا كان لديك شكوى كبيرة، فيمكنك الاتصال بـ«مفوض الخدمات الصحية» على الرقم 1300 582 113.

التحذير من جرعة الميثادون المفرطة

يكون خطر التسمم بجرعة ميثادون مفرطة في ذروته عند بدء العلاج به ، عندما لا تكون أنت والطبيب قد توصلتما بعد إلى الجرعة الصحيحة لحكم الأعراض الانسحابية لديك ، أو كانت الجرعات مازالت أكبر من اللازم . كما ينشأ هذا الخطر أيضاً من علاج الأشخاص لأعراضهم بأنفسهم باستخدام عقاقير مسكنة أخرى ، أو الاستمرار في إساءة استخدام الميثادون أو خلطه مع غيره من الأفيونيات ، أو مجرد الاستمرار في إساءة استخدام المخدرات و/ أو الكحول .

وتزداد فرصة حدوث للتسمم بجرعة ميثادون مفرطة إذا تم خلطه مع غيره من المخدرات أو الكحول .

يمكن أن يحدث تسمم الجرعة المفرطة من الأفيونيات (كالمخدرات من خشخاش الأفيون أو العقاقير المخلقة ذات التأثير المشابه) ، ليس فقط من وجود جرعات منها في جسمك أكبر مما يستطيع جسمك التعامل معه ، ولكن أيضاً من آثار تعاطي العقاقير المختلفة في نفس الوقت . ومثلما يمكن أن يصاب الناس بسمية الأفيونيات الموصوفة طبيياً أو من الهيروين إذا تناولوا جرعة كبيرة منها أو مزجوها مع عقاقير أخرى ، يمكن أن يحدث نفس الشيء مع الميثادون . فتأثيرات الأفيونيات المختلفة تتجمع مع بعضها البعض وتزيد من فرصة حدوث السمية الخطيرة . والخطر الرئيسي من الجرعة المفرطة من الأفيونيات هو الهبوط / الفشل التنفسي .

يسبب الهبوط / الفشل التنفسي - بطء التنفس ، وضلته ، وقد يشمل أيضاً انهيار وانغلاق الممرات الهوائية في الحلق مما يعيق التنفس . وفي كلتا الحالتين ، فإنه يمنع وصول الأوكسجين الكافي إلى الرئتين ، مما يحرم الجسم والدماغ منه .

يمكن أن تتجمع تأثيرات العقاقير التي تخمد الجهاز العصبي (مثل الكحول والمهدئات والمنومات وبعض مضادات الاكتئاب والأفيونيات ومسكنات الألم الأخرى) عندما تؤخذ مع الميثادون ، مما يزيد من فرصة الإصابة بتسمم الجرعة المفرطة ، مسببة النعاس والغيبوبة والفشل التنفسي ، وفي نهاية المطاف .. الموت .

كما تزيد فرصة حدوث التسمم الشديد عندما تكون مصاباً بمرض في الكبد أو الكلي ، مثل التهاب الكبد ، لأن في هذه الحالات يتم تنقية الدم من المخدرات بمعدل أبطأ من المعتاد .

وتشمل آثار جرعة الميثادون العالية جداً والسمية ، ما يلي :

- بطء أو ضعف الكلام
- بطء الحركة
- الترنح أثناء المشي
- عدم التوازن والدوخة والنعاس والنوم بسرعة
- الغثيان والقيء .

وأثناء النوم ، يمكن نشوء سمية شديدة حيث يحدث الآتي للشخص :

- ضحالة التنفس
- فقدان الوعي جزئياً أو كلياً
- عدم إمكانية إيقاظه
- الشخير بصوت عالٍ عن المعتاد أو الغرغرة أو الغمغمة
- ضيق حدقة العين .

وتعتبر هذه الحالة حالة طوارئ طبية خطيرة، ويجب أن تخبر عائلتك وأصدقائك عن هذا، حتى يتمكنوا من التعرف على علامات السمية الخطيرة إذا حدثت، والاتصال بالإسعاف فوراً. إنه خطأ جسيم في هذه الحالة أن تترك الشخص للنوم على اعتقاد أنه سيتخلص أثناءه من هذه الأعراض تلقائياً. ففي العديد من وفيات الجرعة المفرطة، وصف الشهود كيف كان الشخص ضحل التنفس أو كان يصدر صوت شخير عالٍ أو غرغرة وغمغمة، وكيف قرر من حوله أن يتركه ليتخلص من هذه الأعراض تلقائياً بالنوم، ليجدوه ميتاً بعدها بعدة ساعات.

الميثادون المأخوذ بالفم، يكون بطيء الوصول لذروة تأثيره، عادة 3 إلى 8 ساعات بعد تناول الجرعة، وأحياناً بعد ما يكون الشخص قد ذهب إلى السرير، وغط في نومه. وهذا يتناقض مع البداية سريعة الأثر التي تحدث مع غيره من الأفيونيات، لا سيما التي يتم تعاطيها بالحقن.

إذا صار مستخدم المخدرات أو مريض الميثادون فاقداً للوعي (لا يمكن تمييزه، أو يصدر أصوات شخير أو غرغرة أو غمغمة غير عادية)، فاتصل بالإسعاف فوراً وطمأنه قائلاً: «لنعم (الإنعاش القلبي الصدري) دورات تعلم الإنعاش متاحة لدى فرقة إسعاف سانت جون».

النالكسون

يمكن عادة عكس آثار جرعة الميثادون أو الهيروين المفرطة بحقنه بسيطة من النالكسون، ولذلك فمن المهم الاتصال بالإسعاف أو اصطحاب المريض إلى المستشفى على الفور. الأطباء والممرضات ورجال الإسعاف بحاجة إلى معرفة ما هي الأدوية التي تعاطاها المريض المصاب بتسمم الجرعة المفرطة (بما في ذلك الميثادون).

النالكسون بمثابة ترياق مضاد لآثار جرعة الأفيونيات المفرطة، الناجمة عن تعاطي الهيروين أو المورفين أو الميثادون أو الأفيونيات الموصوفة طبيياً. وهو معروف أيضاً باسم العلامة التجارية «ناركان® Narcan». وليس هناك احتمال لإساءة استعماله.

النالكسون يعكس خمود الجهاز العصبي المركزي المهتد للحياة الذي يتسبب في الغيبوبة وقلة التنفس، وذلك بسبب التصاقه بقوة أكبر بالمستقبلات الأفيونية مقارنة بقوة الالتصاق الضعيفة نسبياً للعديد من الأفيونيات بتلك المستقبلات.

قد يساعد استخدام النالكسون على الحد من خطر الموت أو منع بعض المضاعفات والحالات الطبية الأخرى التي تحدث في حالات تسمم الجرعة المفرطة غير المميت، مثل تلف المخ بسبب نقص الأكسجين أو الالتهاب الرئوي. وعمل التنفس الصناعي مع إعطاء النالكسون لشخص في غيبوبة ناتجة عن جرعة مفرطة من الأفيونيات يكون نفسه بطيء وضحل، قد يمنع مثل هذه المضاعفات.

النالكسون يعمل فقط إذا كان جسم المريض به مواد أفيونية.

النالكسون يدفع الأفيونيات بعيداً عن المستقبلات لفترة قصيرة (حوالي 30 إلى 90 دقيقة)، مما يعكس حالة الغيبوبة ويعيد التنفس الطبيعي. ومع ذلك، لأن تأثير الميثادون على الجسم يدوم لمدة أطول بكثير، فحتى لو تعافى الشخص من الغيبوبة بعد حقنه النالكسون، ينبغي أن يؤخذ إلى المستشفى فوراً نظراً لأنه من المحتمل جداً أن يسقط مرة أخرى في غيبوبة ويتعرض لخطر الموت من الجرعة المفرطة أو من خمود التنفس الذي يسبب تلف المخ.

الأشخاص الذين يبدأون العلاج بالميثادون أو يواصلونه، قد يكونون في خطر متزايد من تسمم الجرعة المفرطة في الأيام القليلة الأولى من العلاج، أو إذا كانت الجرعة أكبر من اللازم، أو إذا مزجوا معه عقاقير أخرى تخدم الجهاز العصبي مثل الكحول أو البنزوديازيبينات. وقد يستفيدون من تعاطي النالكسون المتوفر للاستخدام، إذا حدث وتعاطوا جرعة مفرطة بالفعل.

وفي أستراليا، تحت نظام الفوائد الصيدلانية (PBS)، يتوفر النالوكسون على شكل محاقن معبأة جاهزة للاستعمال (تحت اسم «مينيجيت Minijet» من إنتاج شركة «يو سي بي» UCB) تحتوي على جرعة 400 ميكروجرام في 1 ملليلتر محلول. وكل وصفه طبية (تحتوي على خمسة محاقن «مينيجيت») سوف تكلف حامل «بطاقة الرعاية الصحية» 6.20 دولار (أو 38.30 دولار لشخص لا يحمل بطاقة الرعاية الصحية) (وذلك بحسب التكاليف الحالية في يناير 2016). كما أن «مينيجيت» النالوكسون ذات الاستخدام الواحد متاحة أيضا الآن للشراء دون وصفه طبية، كدواء يصرفه الصيدلي بمعرفته فقط. وتعتبر محاقن الـ«مينيجيت» مثالية للحقن العضلي.

قد يعرض الطبيب عليك أن يصف لك النالوكسون، أو يمكن أن تطلب منه وصفه لك.

يمكنك العثور على مزيد من المعلومات حول كيفية استخدام النالوكسون عن طريق زيارة هذا الموقع الأسترالي على الإنترنت، والذي يشرح لك هذا: www.copeaustralia.com.au

التحذير من السمية أو الجرعة المفرطة

هناك خطر السمية (الجرعة المفرطة) والموت إذا تم تعاطي العقاقير الأخرى التي تخفف من نشاط الدماغ أو تخمدته، بكميات غير خاضعة للإشراف الطبي، مع الميثادون.

وقد توفي عدد من الأشخاص أثناء وجودهم على الميثادون بسبب السمية المجتمعة للميثادون والعقاقير الأخرى. العقاقير التي يجب تجنبها هي:

- الكحول
- المهدئات (مثل: روهينول، سيريباكس، فاليوم، موجادون، نورميسون، يوهينوس، زاناكس وغيرها)
- الباربيتورات
- مسكنات الألم مثل ديجيسيك أو دولوكسين
- الهيروين
- خلطات أي من هذه العقاقير معاً، أو أخذها بجرعات أكبر من الموصى بها للأغراض الطبية.

قد يصف الطبيب بعض الأدوية المسكنة تخفيفاً للأعراض المزعجة، ولكن من المهم أن تتعاطاها فقط بالكميات التي حددها لك. فالجرعات العالية والخلطات الاعتيادية للعقاقير والكحول مع الميثادون تسبب العديد من الوفيات كل عام في فيكتوريا.

خلط العقاقير والكحول مع الميثادون خطر كبير.

سمية الميثادون أو الجرعة المفرطة : الأعراض

عادة ما تنطوي سمية الجرعة المفرطة على خلط الميثادون مع عقاقير أخرى مثل الكحول أو الحبوب المهدئة أو المنومة الموصوفة طبيياً .
احتمال حدوث سمية الجرعة المفرطة يكون في ذروته في الأسبوع الأول من العلاج بالميثادون .
إذا شعرت بأعراض الجرعة المفرطة (الموصوفة هنا)، فلا تأخذ جرعة أخرى من الميثادون إلا بعد مناقشة الأمر مع طبيبك .
تختلف الأعراض من شخص إلى آخر، ويمكن أن تشمل واحد أو أكثر من الأعراض التالية :

المرحلة الأولى : ناقش الأمر مع طبيب أو صيدلي دون تأخير ، أو إذا كنت غير متأكد مما يجب فعله ، فأطلب 000 فوراً .

- الكلام المضغوم
- المشي بترنح، وضعف الاتزان
- النعاس
- ضيق حدقة العين
- بطء الحركة، وبطء الأكل
- الثمالة (غياب الذهن، وارتباك الفكر)

المرحلة الثانية : تعتبر هذه حالة طوارئ خطيرة : استدع سيارة إسعاف فوراً ولا تترك الشخص أبداً اعتقاداً منك أنه سيتخلص من هذه الحالة بالنوم . طلب 000

- حالة عدم القابلية للتنبيه (لا يمكن إيقاظه، شخير عالٍ بشكل غير عادي، أو غرغرة أو غمغمة أو بصق عند التنفس)
- رخاوة/طراوة الأطراف والجسم والرقبة
- بطء التنفس أو ضحالته
- زرقة الشفاه والأصابع

إذا كان لديك النالوكسون متاحاً، فاعطه للمريض فوراً؛ ولكن هذا لن يُحدث إلا عكس مفعول مؤقت لجرعة الميثادون (30-90 دقيقة) . ولأن الميثادون يدوم أثره في الجسم لمدة 24 ساعة أو أكثر بعد تعاطيه، لذلك تأكد من نقل المريض إلى المستشفى بأسرع ما يمكن

العلاج بالعقاقير الأخرى

هناك عدد من الأدوية الجديدة لعلاج إدمان الهيرويين والأفيونيات الأخرى، التي أصبحت متاحة في السنوات الخمس الأخيرة. وليس هناك دواء واحد يناسب الجميع. كما أن لكل فوائده ومساوئه المختلفة. فضلاً عن أن لها أشكال مختلفة من الآثار الجانبية التي قد تكون مهمة لبعض الناس.

البوبرينورفين، له مزايا بالنسبة للبعض، بما في ذلك أولئك الذين يريدون الانسحاب من استخدام الأفيونيات.

النالتريكسون، يحتاج أولاً إلى انسحاب الشخص من الأفيونيات مثل الهيرويين، وعندئذٍ، يمكنه منع تأثير هذه الأدوية إذا تم تعاطيها. فاستخدام هذا الدواء يعتمد على الامتناع الكامل عن تعاطي الأفيونيات. وقد يكون هناك احتمال أكبر للتسمم بجرعة مفرطة إذا تم إيقافه.

الانتقال بين الميثادون وهذه العقاقير الأخرى، يمكن أن يكون معقداً، ويتطلب عناية خاصة لمنع الآثار المناوئة. ويمكنك الانتقال بين الميثادون وهذه العقاقير، ولكن هذا الانتقال يجب أن يتم بعناية تحت إشراف الطبيب.

يجب عليك مناقشة خياراتك وملاءمتك لمختلف العلاجات الطبية مع الطبيب أو الصيدلي المشرفين على علاجك. ويمكنك مراجعة اختيارك في أي وقت أثناء فترة العلاج، لا سيما إذا نشأت مشاكل مع العقاقير التي تتلقاها.

جهات للاتصال

بعض مصادر أخرى للمعلومات والمشورة :

مؤسسة دايركتلاين - Directline

الهاتف : 1800 888 236

الموقع : www.directline.org.au

خدمة 24 ساعة لتوفير المعلومات والمشورة والإحالة بخصوص كل ما يتصل بالمخدرات، بما في ذلك الاتصالات مع الأطباء والصيديات والمشيرين الذين يقدمون خدمات العلاج بالميثادون، ومواقع استبدال الإبر والمحاقن.

مؤسسة التهاب الكبد الوبائي فيكتوريا

الهاتف : 1800 703 003

الموقع : www.hepvic.org.au

مجلس الإيدز فيكتوريا

الهاتف : (03) 9865 6700

الموقع : www.vac.org.au

مؤسسة الحياة بإيجابية فيكتوريا

خط الاتصال بفريق « فيروس نقص المناعة البشرية والصحة

الجنسية » : 1800 038 125

الموقع : www.livingpositivevictoria.org.au

« الحياة بإيجابية فيكتوريا » هي مؤسسة مجتمعية غير ربحية، تمثل جميع الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية في ولاية فيكتوريا منذ عام 1988، وهي ملتزمة بالنهوض بحقوق الإنسان والرفاهية لجميع الناس الذين يعانون من فيروس نقص المناعة البشرية.

مركز معلومات السموم

الهاتف : 13 11 26

حالات الطوارئ: 000 (ثلاثة أصفار)

خدمة 24 ساعة لتوفير المعلومات عن آثار العقاقير، مع تقديم المشورة للإسعافات الأولية في حالة التسمم.

مؤسسة شارك SHARC مركز قدرات المساعدة الذاتية للإدمان - مسجلة رسمياً

140 Grange Road, Glenhuntly 3163

الهاتف : (03) 9573 1700

هاتف « شارك » للمساعدة العائلية في مسائل العقاقير :

1300 660 068

الموقع : www.sharc.org.au

« شارك SHARC » هو مركز للموارد، وشبكة من مجموعات المساعدة الذاتية. وسوف يجعلك على اتصال مع إحدى مجموعات المساعدة الذاتية المحلية.

مؤسسة مدمنو المخدرات مجهولو الاسم

GPO Box 2470V Melbourne 3000

الهاتف : (03) 9525 2833 (خط النجدة 24 ساعة)

الموقع : www.navic.net.au

« مدمنو المخدرات مجهولو الاسم » هو زمالة من الرجال والنساء الذين يساعدون بعضهم البعض على البقاء في حالة نظيفة من المخدرات. وهو يوفر أكثر من 40 اجتماعاً أسبوعياً ذاتي المساعدة في جميع أنحاء ضواحي ملبورن.

مستشفى النساء الملكي

خدمة المرأة للكحول والمخدرات (WADS)

Locked Bag 300, Parkville 3052

الهاتف : (03) 8345 3931 أو (03) 8345 2996

تقدم الخدمة المشورة، والمشورة المتخصصة، والرعاية للنساء الحوامل، المدمات كيميائياً.

هذه الخدمة هي خدمة الكحول والمخدرات الوحيدة على مستوى الولاية التي توفر خدمات طبية إكلينيكية متخصصة للنساء الحوامل اللاتي تعانين من مشاكل الإدمان المعقدة للمخدرات.

مؤسسة الحد من الضرر فيكتوريا (HRV)

128 Peel Street, North Melbourne 3051

الهاتف : (03) 9329 1500

الفاكس : (03) 9329 1501

البريد الإلكتروني : admin@hrvic.org.au

الموقع : www.hrvic.org.au

توفر الخدمة مجموعة واسعة من المعلومات المتعلقة بالمخدرات . كما توفر دعم الأقران، والتثقيف عن طريق الأقران، والإحالات، واستبدال الإبر، والدعوة الحقوقية لمتعاطي المخدرات، مع تشجيع المستخدمين والمجتمع على الحد من الضرر .

خدمة العلاج الصيدلاني والمرافعة الحقوقية والوساطة والدعم (PAMS)

الهاتف : 1800 443 844 أو (03) 9329 1500

الموقع : www.hrvic.org.au/pharmacotherapy

خدمة PAMS هي خدمة متاحة لعملاء العلاج الصيدلاني والواصفين أو الصيادلة، للمساعدة في حل المشاكل المتعلقة بالحصول على العلاج الصيدلاني أو تقديمه . وتساعد خدمة PAMS في الوساطة للوصول إلى حلول لهذه المشاكل . وهي تشجع مقدمي الخدمات على الاتصال بها قبل اتخاذ قرار إيقاف تقديم الخدمة للعملاء المعنيين .

معلومات العقاقير (دراج إنفو)

الهاتف : 1300 858 584

إن « دراج إنفو » هي خدمة معلومات مجتمعية تقدمها « الجمعية الأسترالية للمخدرات »، وهي توفر معلومات حول المخدرات للمستخدمين، وطلاب دراسة المخدرات والمعددين للمشاريع، وتقوم بعمل الإحالة للمشورة .

خط المشورة للشباب حول المخدرات والكحول

(يودالين) (YoDAALine)

الهاتف : 1800 458 685

البريد الإلكتروني : advice@yodaa.org.au

خدمة على مدى الـ 24 ساعة تقوم بتقديم المعلومات والمشورة والإحالة فيما يخص احتياجات الشباب أزاء المخدرات والكحول . الخدمة مفتوحة للشباب وأسرهم، وعمال الصحة والخدمات الاجتماعية، والمدارس، وأي شخص قلق بشأن أي شاب .

