

فهم الحدّ من الضرر: استخدام وتعاطي المواد المخدّرة Understanding harm reduction: Substance use

ما هو الحدّ من الضرر؟

- برامج دعم الأقران التي يديرها ويحضّرها أشخاص يستخدمون أو يتعاطون المواد المخدّرة. يجب أن تتلقى البرامج تمويلًا كافيًا لتقديم الخدمات بشكل مستمر

ما هي فوائد الحدّ من الضرر المتعلق باستخدام أو تعاطي المواد المخدّرة؟

- الحدّ من الضرر له فوائد عديدة للأشخاص الذين يستخدمون أو يتعاطون المواد المخدّرة. كما أنه يساعد أسرهم وأصدقائهم ومجتمعاتهم المحلية. تظهر الأبحاث أن أنشطة الحدّ من الضرر يمكن أن:
 - تحدّ من الوصم المجتمعي بالعار
 - تزيد إمكانية الوصول إلى برامج الدعم والخدمات الصحية والاجتماعية
 - تحدّ من مشاركة أدوات استخدام وتعاطي المواد المخدّرة
 - تحدّ من أنواع العدوى، مثل التهاب الكبد الوبائي C وفيروس نقص المناعة البشرية
 - تحدّ من الوفيات والأضرار الناجمة عن التسمم باستخدام المواد المخدّرة وتعاطيها
 - تزيد الوعي حول الممارسات الأكثر أمانًا لاستخدام المواد المخدّرة وتعاطيها
 - تزيد الوعي حول الممارسات الجنسية الأكثر أمانًا والصحة الجنسية

هل ينبغي أن تكون لدي مخاوف بشأن الحدّ من الضرر؟

- يعبّر بعض الأشخاص عن وجود مخاوف لديهم بشأن الحدّ من الضرر. من المخاوف الشائعة أن أنشطة الحدّ من الضرر تشجع الناس على استخدام المواد المخدّرة وتعاطيها. تظهر الأبحاث أن أنشطة الحدّ من الضرر لا تشجع على استخدام المواد المخدّرة وتعاطيها. بل في الواقع يمكنها تشجيع الأشخاص الذين يستخدمون المواد المخدّرة أو يتعاطونها على حماية صحتهم، من خلال فحص تعاطي المواد المخدّرة الإشكالية والحصول على العلاج على سبيل المثال.

الحدّ من الضرر نهجّ للصحة العامة حيال سياسة استخدام وتعاطي المواد المخدّرة (بما في ذلك الكحول والقنب والمواد الأخرى). الهدف من الحدّ من الضرر هو دعم صحة وعافية الأشخاص الذين يستخدمون ويتعاطون المواد المخدّرة. يهدف الحدّ من الضرر إلى الوصول إلى الأشخاص "في أماكن وجودهم"، سواء كانوا في حالة التعاطي النشط للمواد المخدّرة أو الامتناع عن تعاطيها.

يشمل الحدّ من الضرر برامج وخدمات للتخفيف من الأضرار المتعلقة بسياسة استخدام وتعاطي المواد المخدّرة، بما في ذلك أنواع العدوى المنقولة بالدم والتسمم بالمخدرات (الجرعة الزائدة) والتجريم والوصم المجتمعي بالعار. الحدّ من الضرر هو أيضًا نهج لتقديم الخدمات يعطي الأولوية للأدلة وحقوق الإنسان ومكافحة الوصم المجتمعي بالعار.

تتضمن بعض الأمثلة على الخدمات المتاحة لمنع الأضرار الناجمة عن استخدام وتعاطي المواد المخدّرة ما يلي:

- برامج منع القيادة تحت تأثير المواد المخدّرة. تعمل هذه البرامج على زيادة الوعي بمخاطر القيادة تحت تأثير المواد المخدّرة
- برامج التوعية والدعم
- معلومات وموارد حول الطرق الأكثر أمانًا لاستخدام وتعاطي المواد المخدّرة، بما في ذلك تعاطي الكحوليات والمواد الأفيونية والمنشطات والمواد المخدّرة الأخرى
- برامج توزيع الإمدادات واستعادة الإبر
- خدمات فحص المواد لمعرفة ما قد يكون في عينة أحد المخدرات غير المشروعة
- خيارات لعلاجات بدائل المواد الأفيونية (النواهض) مثل الميثادون أو سوبوكسون
- مجموعات النالوكسون التي تُؤخذ إلى المنزل. وتشمل المجموعات أدوية مضادة للتسمم بالأفيون. يساعد ذلك على منع إصابة الدماغ والوفاة
- خدمات الوقاية من الجرعة الزائدة. تساعد هذه الخدمات على منع الوفيات الناجمة عن التسمم بالمواد المخدّرة (الجرعة الزائدة). يمكنها أيضًا ربط الأشخاص بالخدمات الصحية والاجتماعية
- برامج ومراكز دعم الصحة والشفاء النفسي

لمزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات حول الحد من الضرر والناوكسون، اقرأ ما يلي:

- [HealthLinkBC File #102b](#) الحد من الضرر لعائلات وأصدقاء ومقدي الرعاية لمستخدمي ومتعاطي المواد المخدرة
- [HealthLinkBC File #118](#) النالوكسون: علاج جرعات الأفيون الزائدة
- وزارة الصحة والإدمان - المساعدة تبدأ هنا: الحد من الضرر <https://helpstartshere.gov.bc.ca/substance-use/harm-reduction>

لمزيد من المعلومات حول التعرف على الجرعة الزائدة والوقاية منها
وبرنامج النالوكسون الذي يُؤخذ للمتل Take Home
(Naloxine (THN)، قم بزيارة:

- [Toward the Heart](https://towardtheheart.com) (نحو القلب)
<https://towardtheheart.com>
- نحو القلب - أفضل ممارسات الحد من الضرر: توزيع الإبر على
<https://towardtheheart.com/assets/uploads/167570703610qNfHXHfEjtekAcVjCflkzKBLIs/167570703610qNfHXHfEjtekAcVjCflkzKBLIs/cqN05yGYuSjF.pdf>



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

لمزيد من مواضيع HealthLinkBC يُرجى زيارة www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files أو وحدة الصحة العامة المحلية في منطقتك. للحصول على المشورة ومعلومات صحية حول الحالات غير الطارئة في مقاطعة بريتيش كولومبيا تفضل بزيارة www.HealthLinkBC.ca أو اتصل بالرقم 8-1-1 (مجاناً). للصم وضعاف السمع، يرجى الاتصال بالرقم 7-1-1. تتوفر خدمات الترجمة بأكثر من 130 لغة عند الطلب.