

## درک بهتر روند کاستن از آسیب: مصرف مواد Understanding harm reduction: Substance use

### کاستن از آسیب به چه معناست؟

- تعداد دسترسی به برنامه‌های حمایتی و خدمات بهداشتی و اجتماعی را افزایش دهند
- استفاده اشتراکی از لوازم مخصوص مصرف مواد را کاهش دهند
- آمار ابتلا به عفونت‌ها، از جمله هپاتیت C و HIV را کاهش دهند
- مرگ‌ها و آسیب‌های ناشی از مسمومیت با مواد مخدر و مصرف مواد را کاهش دهند
- اطلاعات و آگاهی درباره روش‌های امن‌تر مصرف مواد را افزایش دهند
- اطلاعات و آگاهی درباره رابطه جنسی ایمن و سلامت جنسی را افزایش دهند

### آیا باید نگران طرح کاستن از آسیب باشیم؟

بعضی از افراد دغدغه‌هایی را درباره طرح کاستن از آسیب مطرح کرده‌اند. یک دغدغه رایج این است که فعالیت‌های مرتبط با کاستن از آسیب، باعث تشویق افراد به مصرف مواد می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که فعالیت‌های مرتبط با کاستن از آسیب، باعث افزایش یا تشویق به مصرف مواد نمی‌شوند. در واقع، این فعالیت‌ها می‌توانند از طریق غربالگری برای مصرف مواد مشکل‌ساز و به طور مثال دریافت درمان، افراد مصرف‌کننده را به محافظت از سلامت خود تشویق کنند.

### برای کسب اطلاعات بیشتر

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره طرح کاستن از آسیب و نالوکسان، منابع زیر را مطالعه کنید:

- [HealthLinkBC File #102b طرح کاستن از آسیب برای خانواده‌ها و مراقبان و دوستان افرادی که مواد مصرف می‌کنند](#)
- [HealthLinkBC File #118 نالوکسان: درمان پیش‌مصرفی مواد مخدر](#)
- وزارت بهداشت و امور اعتیاد- کمک از اینجا آغاز می‌شود: کاستن از آسیب- <https://helpstartshere.gov.bc.ca/substance-use/harm-reduction>
- برای کسب اطلاعات بیشتر درباره شناسایی و پیشگیری از بیش‌مصرفی مواد و برنامه نالوکسان در خانه (THN)، به این آدرس مراجعه کنید:
- برنامه <https://towardtheheart.com> Toward the Heart
- برنامه <https://towardtheheart.com/assets/uploads/167570703610qNfHXHfEjtekAcVjCflkzKBLlcqN05yGYuSjF.pdf> Toward the Heart - بهترین روش‌های کاستن از آسیب: توزیع سرنگ



کاستن از آسیب، رویکردی در زمینه بهداشت عمومی برای مصرف مواد (از جمله الکل، حشیش و سایر مواد) و سیاست‌های مخدر است. هدف از روند کاستن از آسیب، حمایت از سلامت و تندرستی افرادی است که از مواد استفاده می‌کنند. هدف از رویکرد کاستن از آسیب این است که به افراد «درست در همان جایی که هستند» رسیدگی شود، چه در حال مصرف فعال مواد باشند و چه در حال پرهیز کامل از مصرف آن.

کاستن از آسیب شامل برنامه‌ها و خدماتی برای کاستن از آسیب‌های مربوط به مصرف مواد و سیاست‌های مربوط به مواد مخدر است، از جمله عفونت‌های منتقل شونده از طریق خون، مسمومیت‌های ناشی از مصرف مواد (مصرف بیش از حد)، جرم‌انگاری و انگ زدن. کاستن از آسیب نیز رویکردی برای ارائه خدمات است که شواهد، حقوق بشر و مقابله با انگ زدن را در اولویت قرار می‌دهد.

بعضی از نمونه‌های خدمات موجود برای جلوگیری از بروز آسیب ناشی از مصرف مواد عبارتند از:

- برنامه‌های جلوگیری از رانندگی تحت تاثیر مواد. این برنامه‌ها باعث افزایش آگاهی از خطرات رانندگی تحت تاثیر مواد می‌شود
- برنامه‌های توسعه دسترسی و حمایتی
- اطلاعات و منابع درباره روش‌های ایمن‌تر مصرف مواد، شامل مصرف الکل، مخدرها، محرک‌ها و سایر مواد
- برنامه توزیع وسایل و بازیافت سرنگ تزریق
- خدمات بررسی مواد برای فهمیدن اینکه چه چیزی ممکن است در نمونه مواد مخدر غیرقانونی باشد
- گزینه‌هایی برای درمان جایگزین مواد مخدر (آگونیز) مانند متادون یا سابوکسون
- همراه بردن کیت‌های نالوکسان به خانه. این کیت‌ها حاوی داروهایی برای معکوس کردن مسمومیت با مواد مخدر هستند. این روند به جلوگیری از آسیب مغزی و مرگ کمک می‌کند
- خدمات جلوگیری از بیش‌مصرفی. این خدمات به جلوگیری از موارد مرگ و میر ناشی از مسمومیت با (بیش‌مصرفی) مواد کمک می‌کند. این خدمات همچنین ارتباط افراد را با خدمات بهداشتی و اجتماعی برقرار می‌کند.
- برنامه‌ها و مراکز سلامت روانی و پشتیبانی از روند بهبود
- برنامه‌های حمایتی گروهی که افراد مصرف‌کننده مواد آن را اداره می‌کنند و در آن حضور دارند. این برنامه برای ارائه خدمات منسجم و ادامه‌دار به بودجه نیاز دارد

### طرح کاستن از آسیب مربوط به مصرف مواد چه مزایایی دارد؟

طرح کاستن از آسیب برای افرادی که مواد مصرف می‌کنند، مزایای زیادی دارد. این طرح همچنین به خانواده‌ها، دوستان و جوامع محلی آنان نیز کمک می‌کند. تحقیقات نشان داده که فعالیت‌های هم‌راستا با کاستن از آسیب می‌توانند:

- کاهش انگ و برچسب‌های منفی