



جمعیت خیریه تولد دوباره

مرکز اقامتی میان مدت

چیتگر بزرگسالان



آدرس: اتوبان تهران-کرج، خروجی پیکان شهر،

روبروی ورودی غربی پارک چیتگر،

تلفن: ۴۴۱۹۱۹۱۱ - ۴۴۱۸۱۱۱۹

۷- کلاس‌های تفریحی و ورزشی: فضای بسته مراکز اقامتی میان مدت، نیاز به برنامه‌های شاد و سرگرم کننده همچنین ورزش را ضروری می‌سازد و به همین دلیل در مرکز چیتگر بزرگسالان وسایل ورزشی فراوانی در دسترس بیماران است و در فضایی بسیار زیبا برنامه‌های مفرح دیگری برای آن‌ها در نظر گرفته شده است.

۸- جلسات آموزش خانواده: تحقیقات نشان داده است که نقش خانواده در فرایند بهبودی و ماندگاری در درمان بسیار موثر است. این در حالی است که متأسفانه خانواده‌ها به دلیل عدم شناخت کامل از بیماری اعتیاد، با رفتارها و حمایت‌های ناسالم خود ناخواسته موجبات لغزش و عود اعتیاد را مهیا می‌سازند. به همین دلیل مرکز چیتگر جلسات آموزش خانواده را به صورت هفتگی - در روزهای پنجشنبه - در دستور کار خود قرار داده و با آموزش خانواده‌های بیماران بستری شده اطلاعات لازم را در اختیار آن‌ها قرار می‌دهد. تدریس این جلسات بر عهده مددیاران اعتیاد و خانواده است.

۹- تمدید دوره بیماران: بیمارانی که یک دوره درمانی خود را در مرکز سپری کرده‌اند و هنوز آمادگی حضور در اجتماع را ندارند، می‌توانند با تمدید دوره و شرکت در کارگاه‌های آشنایی با «برنامه دوازده قدم»، خود را برای ورود به اجتماع آماده کنند.

۱۰- پیگیری پس از ترخیص: دوره پس از خروج از مرکز برای بیمار و همچنین خانواده وی چالش‌های فراوانی را برعهده دارد و حضور فردی متخصص را برای راهنمایی به شدت می‌طلبد. در همین راستا علاوه بر ارتباط مستمر مددیاران مرکز با خانواده بیماران، تمامی بیماران ترخیص شده در سه مرحله یک‌ماهه، سه‌ماهه و شش‌ماهه پیگیری می‌شوند. این بخش از فعالیت‌های مرکز تاثیر بسزایی در پایش خدمات درمانی مرکز دارد.

می‌کنند. در این جلسات مددیاران اعتیاد که خود نیز رهایافته از اعتیاد هستند و درد بیمار را به خوبی درک می‌کنند تجارب خود را به بیماران انتقال می‌دهند و به توضیح درباره مسائل مربوط به اعتیاد می‌پردازند.

۴- مشاوره فردی و خانوادگی: در موارد زیادی بیماران بستری شده در مراکز اقامتی با مشکلات حقوقی، فردی و خانوادگی مواجه هستند و لازم است به این مشکلات رسیدگی شود. مددکار اجتماعی به همراه مددیاران اعتیاد و مددیاران خانواده این بخش از خدمات را به بیماران و خانواده آن‌ها ارائه می‌دهند.

۵- برگزاری کلاس‌های آموزشی ماتریکس: این کلاس‌ها مخصوص بیمارانی است که هم مواد محرک و هم مواد مخدر مصرف کرده‌اند. آشنایی با برنامه ماتریکس، تأثیر مواد بر سیستم مغز و اعصاب، آشنایی با مشوق‌های درونی و بیرونی، چگونگی مواجهه با وسوسه و ... تنها بخشی از موضوعاتی است که در این جلسات مطرح می‌شود.



۶- برگزاری کلاس‌های مهارت‌های زندگی: اعتقاد بر این است که زندگی مجدد سالم نیازمند آشنایی با مهارت‌های فراوانی است و به همین دلیل در مراکز اقامتی میان مدت از جمله مرکز چیتگر بزرگسالان کلاس مهارت‌های زندگی با موضوعات مختلف کنترل خشم، حل مسأله، ارتباط بین فردی، برقرار ارتباط موثر و ... به صورت روزانه برای بیماران برگزار می‌شود.

چیتگر بزرگسالان در یک نگاه

مرکز چیتگر بزرگسالان اولین مرکز اقامتی میان مدت در کشور است که فعالیت رسمی خود را با اخذ مجوز از سازمان بهزیستی از سال ۱۳۸۱ در زمینه ترک اعتیاد و ارائه خدمات درمانی به بیماران مصرف کننده مواد، آغاز نموده است. روش درمانی این مرکز «پرهیز مدار- ایمان مدار» است و بهبودی بدون مصرف دارو در دستور کار قرار دارد. از شرایط اصلی پذیرش در این مرکز شرط سنی بالای ۲۵ سال و تمایل خود بیمار برای گذراندن دوره بستری است.

بیمار پس از طی پذیرش و مصاحبه اولیه، سیر بهبودی خود را که عموماً با علائم فیزیکی ترک همراه است در بخش سم زدایی مرکز آغاز می کند و در این مرحله بدن بیمار از مواد مخدر پاک می شود. پس از مرحله سم زدایی که معمولاً یک هفته طول می کشد، بیمار تا پایان دوره درمان در خوابگاه عمومی به سر می برد. در مراکز اقامتی میان مدت از جمله مرکز چیتگر بیشترین تلاش مربوط به ایجاد فضایی شبه خانواده برای تطابق بهتر بیمار با محیط واقعی زندگی، پس از ترخیص است. در طول دوره درمان برگزاری کلاس های آموزشی متعدد مهارت های



زندگی، قدم های دوازده گانه و مددیاری در کنار آموزش خانواده ها شرایط را برای خروج بیمار - پس از اتمام دوره درمانی ۲۸ روزه- آماده می سازد. لازم به ذکر است در

برخی موارد، فرد بیمار به واسطه سوء مصرف شدیدی که داشته است و شدت آسیب های وارده به دوره های بستری بیشتری نیاز دارد؛ لذا با رضایت بیمار و تشخیص متخصصین دوره درمان وی تمدید می شود.

آشنایی با روش «پرهیز مدار- ایمان مدار»

اعتیاد یک بیماری چندوجهی جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی است. اعتقاد بر این است که بیماری اعتیاد قابل درمان نیست ولی قابل کنترل است. برای درمان اعتیاد روش های مختلفی وجود دارد که یکی از این روش ها، مدل درمانی «پرهیز مدار- ایمان مدار» است. اساس فعالیت مرکز اقامتی چیتگر بزرگسالان نیز بر این رویکرد درمانی می باشد.

برنامه درمان اقامتی «پرهیز مدار- ایمان مدار» از سال ۱۳۸۰ بر اساس تجربیات فروهر تشویقی (مؤسس جمعیت تولد دوباره) معرفی شد و پروتکل درمانی آن در سال ۸۵ به تصویب سازمان بهزیستی کشور رسید. روش درمانی «پرهیز مدار- ایمان مدار» یک برنامه ی درمانی گروهی ارزان قیمت است که بر مداخله غیر دارویی در دوران اقامت فرد بیمار تاکید دارد. مبنای مداخلات این روش درمانی، تسهیل گری مشاور همتا (مددیار) و برنامه دوازده قدمی است. این روش درمانی، یک برنامه مشارکتی و گروهی کم هزینه است که در آن وابستگی به مواد به عنوان یک ناخوشی غیرقابل درمان، اما مهار شدنی و قابل بهبودی در نظر گرفته می شود.

کسب مهارت و حضور در گروه های شبه خانواده، امکان شروع دوباره و احساس امنیت را به فرد بیمار داده و شرایط را برای جبران مشکلات گذشته، تجربه زندگی در خانواده و دریافت توجه و محبت از طرف اعضای خانواده فراهم می سازد. همه این موارد روش درمانی پرهیز مدار

-ایمان مدار را به یک مدل اجتماعی (Social Model) تبدیل کرده که نهایتاً به حضور موفق فرد بیمار در اجتماع و زندگی سالم وی منجر می شود.

شرایط پذیرش بیمار در مرکز:

- ۱- سن بالای ۲۵ سال
- ۲- تمایل بیمار برای اقامت در مرکز
- ۳- به همراه داشتن کارت شناسایی بیمار و بستگان درجه یک بیمار
- ۴- به همراه داشتن وسایل مورد نیاز شخصی (لباس حمام، کفش، پتو و ...)
- ۵- مدت هر دوره درمانی ۲۸ روز و هزینه هر دوره، طبق تعرفه سازمان بهزیستی است.

توجه: پذیرش بیماران در مرکز چیتگر بزرگسالان همه روزه از ساعت ۹ صبح الی ۷ شب صورت می گیرد.

خدمات مرکز:

خدماتی که در طی دوره بستری به بیماران ارائه می شود عبارتند از:

- ۱- **ویزیت پزشکی:** بیماران پس از پذیرش توسط پزشک ویزیت شده و همچنین به صورت هفتگی معاینه می شوند.
- ۲- **سم زدایی:** این دوره در هفته اول ورود بیمار به مرکز صورت می گیرد. در طول این دوره یک هفته ای بیمار از نظر جسمی از ماده مخدر پاک می شود. در این مرحله فرد بیمار تا یک هفته در یک مکان ایزوله استراحت می کند و تحت مراقبت پزشک و مددیار قرار گرفته تا بدن وی از وجود مواد مخدر پاک شود.
- ۳- **جلسات مددیاری:** بیماران پس از گذراندن دوره سم زدایی، هر روز در جلسات قدم و مددیاری شرکت