

# از مواد روان‌گردان جدید (NPS) دور بمانیم.

«کتابچه اطلاعاتی»

ترجمه: دکتر داود میرزائی مقدم

عنوان و نام پدیدآور: از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بهمانیم: کتابچه اطلاعاتی/تهیه کننده اداره مرکزی مواد مخدر سنگاپور؛ ترجمه داود میرزایی مقدم.

مشخصات نشر: تهران: سخنوران، ۱۴۰۴.

مشخصات ظاهری: ۳۴ ص.: مصور (رنگی)، جدول.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۳۵۶-۸۲-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیاپا

یادداشت: کتاب حاضر ترجمه یک کتابچه با عنوان "an information booklet staying free from new psychoactive substances" ارائه شده توسط اداره مرکزی مواد مخدر سنگاپور است.

یادداشت: کتابنامه: ص. ۳۴.

موضوع: Hallucinogenic drugs - داروهای توهم زا؛ سنگاپور: Hallucinogenic drugs -- Singapore - میرزایی مقدم، داود، ۱۳۵۱- مترجم

شناسه افزوده: سنگاپور. اداره مرکزی مبارزه با مواد مخدر

شناسه افزوده: Singapore. Central Narcotics Bureau

رده بندی کنگره: HV۵۸۲۲/د۲

رده بندی دیویی: ۳۶۲/۲۹۹

شماره کتابشناسی ملی: ۱۰۱۳۳۸۸۰

## ■ از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بهمانیم.

مترجم: داود میرزایی مقدم

صفحه بندی و طراحی جلد: سخنوران

ناشر: سخنوران

سال و نوبت چاپ: ۱۴۰۴/اول

شمارگان: ۱۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۳۵۶-۸۲-۲

قیمت: ۱۷۰۰۰۰ تومان

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، ابتدای خیابان حافظ، شماره ۳۲۰، واحد ۵

تلفن: ۰۹۱۹۳۶۱۶۶۱۳

نشانی فروشگاه اینترنتی: [www.svnpub.com](http://www.svnpub.com)

حق چاپ و نشر برای مؤلف محفوظ است.

این کتاب را تقدیم می‌کنم به

❖ نازنین همسر مهربان و همراهم

❖ دختران شایسته‌ام

❖ آنان که برای سلامت همه‌جانبه‌ی نوجوانان و جوانان میهنم تلاش می‌کنند.

## مقدمه مترجم



صاحب نظران معتقدند، نوجوانی و جوانی یکی از دوران های رشد چالشی در ادوار زندگی هر فرد است که می تواند با رفتارهای مخاطره انگیز و تهدیدکننده سلامت روحی و جسمی انسان و هنجارشکنی های اجتماعی، همراه باشد. جوانان با تأکید بر دریافت پاداش فوری، بی آنکه به عواقب رفتارهای مخاطره انگیز بیانديشند دست به انتخاب رفتارهای پرخطر می زنند. بررسی ها نشان می دهد نوجوانان و جوانان، سازه های اجتماعی و فیزیکی فراروی خود در زندگی را بر اساس نظام فایده مندی تعریف کرده و دانش آنها بر اموری بنا نهاده می شود که در نظام هزینه - منفعت، سود آن برای شان ثابت شده باشد و بر همین بنیان، نظام شناختی و کنشی خود را توسعه می بخشند. جوان امروز با استفاده از تجارب تغییرات بنیادین اجتماعی در ساحت های متفاوت، مانند جوان پرورش یافته در جامعه سنتی، اندیشه و کنش خود را در پناه یک



نظم اجتماعی یکپارچه، تنظیم نمی‌کند از همین رهگذر، معنابخشی به واقعیات حاکم بر سبک زندگی جوانان در دنیای مدرن کنونی، تبدیل به یک چالش می‌شود. متأسفانه شواهد و تحقیقات میدانی نشان می‌دهد، استفاده از ماری‌جوانا (گل، حشیش و نام‌های بازاری دیگری که برای کانابیس در کشورهای مختلف انتخاب می‌شود) در میان بسیاری از مصرف‌کنندگان؛ به خصوص جوانان به بخشی «عادی» از تجربه روزمره و سبک زندگی آنان تبدیل شده است و فعالیت‌های روزمره و آینده آنان به شدت تحت تأثیر این روند، قرار می‌گیرد.<sup>۱</sup> این امر در تمام دنیا تبدیل به یک چالش و نگرانی بزرگ شده است و کشور ما نیز از این روند، مصون نمانده است. اگر تا دیروز نگرانی جامعه درباره مصرف تریاک، شیشه و هروئین بود امروز الگوی مصرف مواد به خصوص در جوانان به سمت مواد روان گردان جدید (NPS) رفته است، موادی که تنوع بسیار زیادی داشته، آگاهی و شناخت دقیقی از آنها وجود ندارد و لطمات ذهنی، روحی و جسمی فراوانی به مصرف‌کنندگان وارد کرده<sup>۲</sup> و در حوزه درمان در زمره بیماری‌های اعصاب و روان، دسته بندی می‌شود.

در اکتبر سال ۲۰۲۴ (مهر ۱۴۰۳) برنده یک جایزه علمی در زمینه اعتیادپژوهی در کشور سنگاپور شدم. در این سفر

۱. میرزائی مقدم، داود و همکاران (۱۴۰۳). معناکاوی سبک زندگی جوانان مصرف‌کننده مواد اعتیادآور در فرحزاد تهران: مطالعه کیفی با رویکرد نظریه زمینه‌ای. فصلنامه علمی اعتیادپژوهی، ۱۸ (۷۱)، ۵۵-۸۴

۲. میرزائی مقدم، داود، شیرینی، طهمورث، رضاعلی، محسنی. (۱۴۰۲). بررسی تجارب زیسته جوانان مصرف‌کننده مواد در فرحزاد تهران: یک مطالعه پدیدارشناختی. فصلنامه اعتیادپژوهی. ۱۷ (۶۹). ۳۹-۶۶.

مطالعاتی که به دعوت اداره مرکزی موادمخدر (CNB) و وزارت خارجه (MFA) سنگاپور، با حضور نمایندگان ۲۳ کشور و با حمایت ستاد مبارزه با موادمخدر ریاست جمهوری صورت گرفت با موفقیت‌های این کشور توسعه‌یافته در آسیای جنوب شرقی از نزدیک آشنا شدم. یکی از منابعی که در حوزه پیشگیری در این سفر مطالعاتی ارائه شد، کتابچه اطلاعاتی تحت عنوان «An Information Booklet on Staying Free From New Psychoactive Substances» است که ترجمه آن پیش‌روی شماست. اگرچه شرایط و واقعیات زندگی نوجوانان و جوانان کشور سنگاپور، با کشور ما متفاوت است اما مواجهه با رویکردهای موفق کشورها می‌تواند برای ما راهگشا باشد. هدف‌های کاربردی من از ترجمه این کتاب به شرح زیر است:

۱. آشنائی با تجارب کشورهای موفق در زمینه پیشگیری

از اعتیاد

۲. الگوگیری از اقدامات و برنامه‌های موفق برای مصون

نگه‌داشتن نوجوانان و جوانان از موج مرگبار و فزاینده

مصرف NPS

۳. ارائه یک کتابچه کاربردی درباره آشنائی ساده و قابل

فهم با مواد روان گردان جدید (NPS)

۴. ارائه ایده‌های ساده برای آغاز گفتگو با نوجوانان و

جوانان درباره NPS

پس از مطالعه کتاب، خواهید دید، مطالب، ساده، گویا و باورپذیر و با رویکرد تعاملی مطرح شده است. تقاضا دارد، مخاطبان ارجمند، والدین گرامی، مربیان محترم آموزشی و

مطالعه کنندگان بزرگوار، پس از مطالعه آن، با بازخوردهای خود  
(از طریق ایمیل [davudm1351@yahoo.com](mailto:davudm1351@yahoo.com))، مسیر تکمیل  
و انتشار اثر را هموار سازند. به امید سربلندی کشور عزیزمان  
و دوری از آسیب های اجتماعی.

داود میرزائی مقدم

دکترای تخصصی جامعه شناسی گروه های اجتماعی

کارشناس متخصص پیشگیری از اعتیاد

تیر ماه ۱۴۰۴

## فهرست مطالب



مقدمه مترجم .....	۴
مقدمه .....	۱۰
آیا میدانستی؟ .....	۱۲
مواد روانگردان جدید (NPS) چیستند؟ .....	۱۲
چرا مواد روانگردان جدید (NPS) خطرناک است؟ .....	۱۲
موضع و رویکرد سنگاپور درخصوص NPS .....	۱۴
آمار و روندها؛ روندهای جهانی .....	۱۶
نمای کلی وضعیت موادمخدر سنگاپور در سال ۲۰۲۰ ...	۱۸
نکات .....	۱۹
راههای کمک به جوانان برای دور ماندن از موادمخدر ...	۲۰
شروع و آغاز گفتگو .....	۲۱
پیشنهادهای پیشگیری از مصرف مواد (PDE) .....	۲۶
منابع .....	۲۷
● اینفوگرافی‌ها .....	۲۷

۲۸	● ویدئوها.....
۲۹	● مقالات مورد علاقه و جذاب.....
۳۰	● پوسترها.....
۳۱	● پوسترها.....
۳۴	● فهرست منابع.....

## مقدمه

وضعیت جهانی مواد روان‌گردان جدید (NPS) همچنان چالش برانگیز است. بر پایه گزارشی که در آوریل ۲۰۲۰ توسط دفتر سازمان ملل متحد در امور موادمخدر و جنایت (UNODC) منتشر شد، تا دسامبر ۲۰۲۰ وجود ۱۰۰۰ نوع NPS در ۱۲۶ کشور، گزارش شده است، این در حالی است که انواع جدید آن را می‌توان به راحتی با انجام تغییرات جزئی در ساختارهای شیمیایی موجود، تولید کرد.

مصرف NPS می‌تواند باعث واکنش‌های نامطلوب جسمی و روانی مثل پارانویا (ترس و سوء ظن شدید)، تشنج، توهم‌ها و حتی مرگ شود. اینها شامل انواع تغییرات شیمیایی متیلندی اکسی‌مت‌آمفتامین (MDMA)، مت‌آمفتامین، کتامین، ال‌اس‌دی و کانابینوئیدهای صنعتی، هم می‌شود.

از سال ۲۰۱۸ در سنگاپور NPS در زمره یکی از سه نوع موادمخدر مصرفی، قرار گرفته است. در سال ۲۰۱۹ در میان

مصرف‌کنندگان جدید دستگیر

شده، NPS از کانابیس به عنوان

دومین ماده مخدر پر مصرف، سبقت

گرفت. این امر نگران‌کننده است.

اداره مرکزی موادمخدر (CNB)

سنگاپور به طور منظم استراتژی‌های

خود را برای بهبود تشخیص و



تنظیم چگونگی مواجهه با NPS را مرور و به روز می‌کند، از جمله فهرست گونه‌های جدید به عنوان موادمخدر کنترل شده تحت قانون سوء استفاده از موادمخدر (MDA) را تهیه کرده است. در حالیکه بخش قابل توجهی از NPS گزارش شده در خارج از کشور در حال حاضر، تحت قانون سوء استفاده از موادمخدر (MDA) فهرست شده‌اند، این امر به عنوان یک چالش باقی می‌ماند زیرا مجرمان دائماً انواع مختلفی را ارائه می‌دهند که هنوز فهرست نشده‌اند تا از کنترل قانونی، فرار کنند.

برای رفع این چالش‌ها به تقویت قوانین خود ادامه می‌دهیم تا به اداره مرکزی مواد مخدر (CNB) اجازه دهیم اقدامات قاطعانه‌ای علیه سوء استفاده و قاچاق طیف وسیع‌تری از NPS و موارد جدید را انجام دهد.

مهم است که جوانان خود را به سمت انتخاب‌های درست (Right Choices) و یک سبک زندگی سالم و بدون موادمخدر، هدایت کنیم. من امیدوارم این کتابچه مطالعاتی، بتواند افراد تحت نفوذ را به اطلاعات واقعی درباره NPS مجهز کند تا بتوانیم با هم جامعه‌ای دور از مواد بسازیم، جایی که همه با خیال راحت بتوانند زندگی، کار و بازی کنند.

ان‌جی سر سونگ

مدیر اداره مرکزی موادمخدر سنگاپور



## آیا می دانستی؟

### مواد روان گردان جدید (NPS) چیستند؟

مواد روان گردان جدید (NPS)، اثرات مواد کنترل شده را شبیه-سازی می کند، مواد مخدری مثل کانابیس، کوکائین، اکستازی، مت آمفتامین و هروئین. آنها با ایجاد تغییرات جزئی در ساختارهای شیمیائی مواد روان گردان جدید موجود و مواد تحت کنترل با هدف ایجاد تغییرات جدید برای موادی که هنوز کنترل نشده اند، تولید می شوند. برخی از نام های رایج عبارتند از اسپایس، K2، نمک حمام، کروونیک، قارچ و سینتیک وید.

### چرا مواد روان گردان جدید (NPS) خطرناک است؟

مواد روان گردان جدید (NPS)، معمولاً به عنوان «نشئه کننده مجاز» به بازار عرضه می شوند، زیرا ممکن است هنوز توسط مقام های مجاز، کنترل نشده باشد و اثرات آن ناشناخته باشد و این تصور اشتباه را به وجود می آورد که مصرف آنها بی خطر است، اگرچه که این طور نیست.

برعکس، NPS ماهیت غیرقانونی دارد و واضح است که به صورت تفریحی مورد سوء استفاده قرار می گیرد، به طور مخفیانه ساخته شده و با مرگ و میر ناشی از مصرف بیش از حد یا عوارض جانبی، همراه است. به طور کلی در مورد اثرات داروشناسی و سمی بودن آنها اطلاعات کافی وجود ندارد.



## از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بمانیم

در سنگاپور ممکن است NPS در ترکیبات سیگارهایی که با مواد گیاهی پوشانده شده است، یا در قرص‌هایی که با عنوان اکستازی فروخته می‌شود، پیدا شود.

مواد روان گردان جدید (NPS) ناشناخته‌اند، اثرات سم‌شناسی خطرناکی دارند، آنها به عنوان مواد کنترل شده، اعتیادآور و مضر هستند، مصرف آنها می‌تواند منجر به مسمومیت‌های شدید، پارانوئیا (ترس و سوء ظن شدید)، مشکلات نامطلوب عروقی، تشنج، واکنش سمی شدید منجر به مرگ، توهم‌ها و نارسایی کلیه شود.

واکنش سمی  
شدید منجر به  
مرگ



مسمومیت‌های  
شدید



توهم‌ها



ترس، بدگمانی و  
سوءظن شدید



نارسایی کلیه



مشکلات قلبی  
عروقی



تشنج



## موضع و رویکرد سنگاپور در خصوص NPS



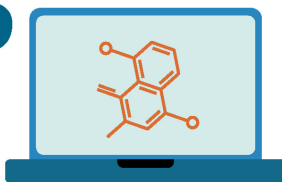
اداره مرکزی موادمخدر (CNB) به طور منظم استراتژی‌های خود را برای بهبود تشخیص و تنظیم اقدامات کنترلی NPS بررسی می‌کند. این امر شامل فهرست منظم مواد روان‌گردان جدیدی است که به طور غیرقانونی و ناشناخته در بازار جهانی ظاهر شده‌اند. بخش قابل توجهی از NPS در خارج از کشور، گزارش شده است، حتی اگر به صورت محلی شناسایی نشده باشند، در حال حاضر به عنوان مواد کنترل شده تحت قانون سوء استفاده از موادمخدر (MDA) فهرست شده‌اند

2010



در ماه می ۲۰۱۳ یک رویکرد فهرست‌بندی عمومی معرفی شد که به CNB اجازه داد تا تعداد زیادی از مواد مرتبط نزدیک را که ساختار مولکولی اصلی و الگوهای جایگزینی یکسانی دارند، کنترل کند.

2013



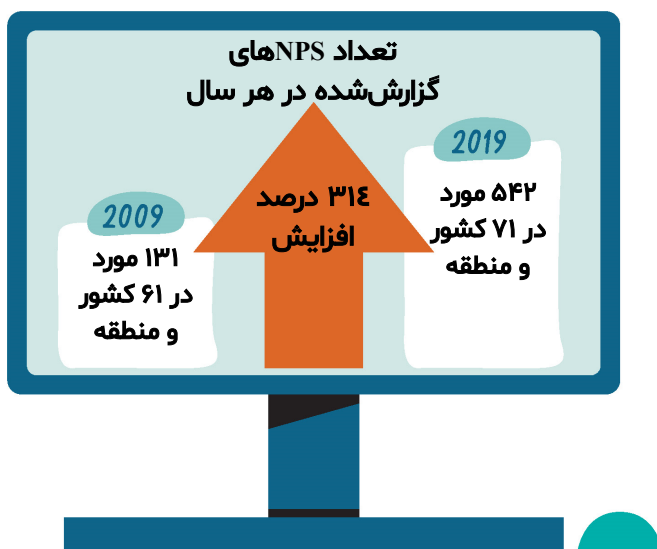
از تاریخ اول ماه می ۲۰۲۱، سنگاپور ۱۳ ماده روان‌گردان جدید دیگر را به عنوان موادمخدر کنترل شده تحت عنوان کلاس A فهرست کرده است. در حال حاضر ۱۲ گروه عمومی و ۸۰ نوع NPS با نام‌های جداگانه تحت MDA فهرست شده‌اند، این امر به CNB اجازه می‌دهد تا علیه هرگونه واردات و در اختیار داشتن این مواد به عنوان جرایم تحت قانون MDA اقدامات لازم را انجام دهد.

2021



## آمار و روندها؛ روندهای جهانی

بر اساس گزارش دفتر سازمان ملل متحد در امور موادمخدر و جنایت (UNODC) در تاریخ دسامبر ۲۰۲۰ تا آوریل ۲۰۲۱ در مجموع ۱۰۴۷ نوع NPS توسط ۱۲۶ کشور و منطقه به UNODC گزارش شده است.



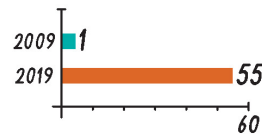
## از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بمانیم

NPS برای اولین بار در سال ۲۰۰۴ در اروپا ظاهر شد و از آن زمان تاکنون در انواع مختلف رشد کرده است. بین سال‌های ۲۰۱۲ و ۲۰۱۴، موادی که برای اولین بار گزارش شد، بیشتر کانابینوئیدهای صنعتی بودند.

بر اساس گزارش جهانی مواد مخدر در سال ۲۰۲۰، تعداد زیادی کانابینوئیدهای صناعی از ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۹ در سطح جهانی شناسایی شده‌اند:



هم‌چنین نگرانی افزایش شدید، در تعداد مواد روان گردان جدید افیونی، به صورت سالانه گزارش شده است.



"شامل فنتانیل‌های آنالوگ

و مواد افیونی مصنوعی در دسته‌بندی شیمیایی است. به ویژه ثابت شده که مضر است و مصرف NPS منجر به مرگ و میر در آمریکای شمالی و به میزان کمتری در اروپا گزارش شده است " با این حال، گزارش جهانی ۲۰۲۱ موادمخدر تأکید کرد که تعداد NPS‌های موجود در سطح جهانی در سال‌های اخیر، ثابت مانده است. مقادیر نانو ذرات مصنوعی توقیف شده، از جمله کانابینوئیدهای مصنوعی نیز کاهش یافته است. سازمان‌های ملی و بین‌المللی کنترل موادمخدر، موفق شده‌اند از گسترش NPS ممانعت کنند و در کشورهای با درآمد بالا، انواع مختلفی از قوانین، اعمال شده است.

## نمای کلی وضعیت موادمخدر سنگاپور در سال ۲۰۲۰

نسبت مصرف کنندگان جدید موادمخدر دستگیر شده ۳۸٪ از کل مصرف کنندگان موادمخدر است.

حدود ۶۲٪ از مصرف کنندگان جدید موادمخدر دستگیر شده زیر ۳۰ سال

هستند.



21%

معتادان جدید  
دستگیر شده

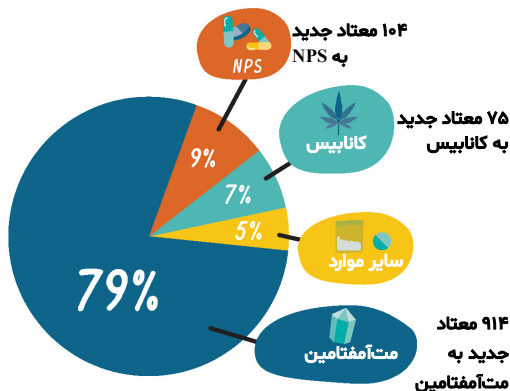


13%

کل معتادان جدید  
دستگیر شده

مصرف کنندگان جدید موادمخدر بر اساس نوع مواد مصرفی

مت آمفتامین، NPS و کانابیس سه گروه پرتراکم در مصرف کنندگان جدید مواد هستند که در سال ۲۰۲۰ دستگیر شده اند. (آخرین آمار سالانه در وبگاه CNB در دسترس است)



## نکات



آیا نشانه‌های مصرف موادمخدر در دانش-آموزان/فرزندان خود را می‌شناسید و می‌دانید چگونه می‌توانید به آنها کمک کنید تا از آن خطرات، جلوگیری شود. در اینجا چند نشانه وجود دارد که می‌تواند نشانگر درگیری آنها با مصرف مواد باشد:

### علائم را بشناسید



وقت‌گذرانی با  
دوستان نامتعارف



اُفت ناگهانی  
نمرات مدرسه



نوسانات خلقی  
شدید



ناهماهنگی  
بدنی



قرمزی چشم



فرار از مدرسه

## راه‌های کمک به جوانان برای دور ماندن از مواد مخدر

به آنها گوش دهید وقتی که احساس استرس می‌کنند و مهارت‌های مقابله‌ای را آموزش دهید. فعالیت‌های گروهی سالم را برای گسترش حلقه اجتماعی آنها، پیشنهاد دهید.

آنها را مجهز کنید به مهارت‌هایی که پیشنهادهاى مصرف مواد را رد کنند. این ممکن است شامل مهارت‌های تصمیم‌گیری برای ارزیابی پیامدهای نظرات متفاوتی که با آنها مواجه می‌شوند و هم-چنین تفکر خلاق و مهارت‌های حل مسأله باشد.



لحظه‌های مناسب آموزش را پیدا کنید تا تأکید کنید که مصرف مواد، راه درستی برای پذیرش آن نیست.



خودآگاهی خود را توسعه دهند تا بتوانند نقاط قوت و ضعف خود را بشناسند. در جایی که باید و لازم است، جایزه بدهید.



آنها را درگیر کنید با کارهایی که مستلزم مسئولیت‌پذیری بالاتری است تا به کارهای مفید و سودآور مشغول شده و احساس ارزشمندی کنند.



## شروع و آغاز گفتگو

اینجا برخی از فعالیت‌های توصیه شده برای مشارکت جوانان در سطوح مختلف آورده شده است. در صورت امکان، می‌توانید دانش‌آموزان را در بحث‌های کلاسی یا مناظره‌های دوستانه برای بحث در مورد موضوع موادمخدر درگیر کنید و از آنها بخواهید برای حمایت و اثبات گزاره‌های خود، تحقیق کنند.

مقطع ابتدایی

- وقتی کسی به شما موادمخدر یا ماده ناشناخته‌ای را پیشنهاد می‌کند چه می‌کنید؟
- آیا درباره موادمخدر شنیده‌اید؟
- چه تفاوتی با داروهای پزشکی دارند؟
- اثرات مضر آنها چیست؟

### ■ فعالیت‌ها

یک پوستر طراحی کنید درباره اینکه چگونه به موادمخدر «نه» بگوییم.

من به موادمخدر نه می‌گویم زیرا آنها باعث می‌شوند به راحتی بیمار شوم.  
من به مواد مخدر نه می‌گویم تا با اثرات بد آن درگیر نشوم.



۲۱

**بازی نقش:** به نوبت نقش‌ها را بازی کنید: (۱) دوستی که توسط دوستان خارج از مدرسه با NPS آشنا شده است. (۲) دوستی که اثرات مضر موادمخدر را می‌داند.

چگونه دوست خود را از مصرف مواد، منصرف می‌کنید؟  
چگونه به دوست خود توضیح می‌دهید که تسلیم نشدن در برابر فشار همسالان اشکالی ندارد و مصرف موادمخدر شما را با حال/بزرگ شده، نشان نمی‌دهد؟



**از طریق بازی یاد بگیرید:** امتحان کنید: دوستان ضد موادمخدر؛ یک برنامه بازی موبایل واقعیت افزوده تولیدی CNB را انتخاب و از طریق تجربه بازی (Gameplay) در مورد اثرات مضر موادمخدر بیاموزید.



## مقطع متوسطه؛ پیش فعالیت؛ شروع گفتگو

آیا دوستانی دارید که به مصرف مواد فکر می کنند؟ اگر چنین است، چگونه آن را نشان می دهند؟

چرا برخی از مردم، مواد مخدر مصرف می کنند؟

### فعالیت ها



سه راه برای غلبه بر استرس را بنویسید/  
آن را با دوست یا گروه خود به اشتراک بگذارید.

### کدام تکنیک های مقابله با استرس را می شناسید؟

**مشکل محور:** شما تمایل دارید روی حل مشکلات با برخورد مستقیم با آن و بعضی مواقع با شکستن مشکلات به قسمت های کوچکتر و ذره ذره برخورد کردن با آن تمرکز کنید. شما به دنبال مشاوره و راه حل های عملی از یکی از اعضای خانواده یا دوستان نزدیک هستید.

**تمرکز بر احساسات:** شما تمایل دارید با دیدن خوبی ها در یک موقعیت منفی و جستجوی حمایت عاطفی از دیگران، یک طرز فکر مثبت ایجاد کنید.

**جداسازی:** تمایل به تسلیم شدن دارید، فعالانه از رویارویی با مشکل اجتناب می کنید یا تصمیم می گیرید به چیز دیگر فکر کنید.

### ۲ آیا می دانستی؟

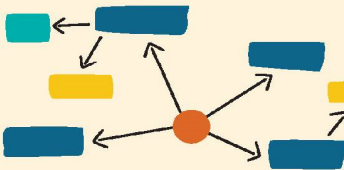
اتخاذ انواع تکنیک های مقابله ای، خوب است. با این حال، رهایی از عوامل استرس زا در زندگی، مشکل شما را حل نخواهد کرد. برخی ممکن است به روش های افراطی یا خطرناک برای مقابله با مشکل، مانند مصرف موادمخدر روی بیاورند تا ذهن خود را از مشکل، منحرف کنند. مصرف موادمخدر، مشکل شما را حل نمی کند، برعکس، آنها فقط به درد سرهای شما اضافه می کنند.



## از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بمانیم

چه نوع برداشت‌های نادرستی در مورد  
موادمخدر در فرهنگ/رسانه‌های عمومی به  
تصویر کشیده می‌شود؟

چقدر درباره اثرات مضر موادمخدر و  
NPS می‌دانید؟



زندگی را جشن بگیرید! نقشه ذهنی  
از کارهایی که دوست دارید انجام  
دهید/ یاد بگیرید، ترسیم کنید.

### بازی نقش: به نوبت نقش بازی کنید:

- ۱- دوستی که از امتحانات آینده، استرس دارد و تحت تأثیرات بد، متقاعد شده است که NPS مصرف کند.
  - ۲- دوستی که می‌داند موادمخدر به رفع استرس امتحانات کمک نکرده و به نوبه خود منجر به اعتیاد خواهد شد.
- موارد زیر را در نظر بگیرید:
- آیا قادر به اجرای استندآپ (نمایش) درباره تأثیرات بد و دور ماندن دوستانتان از مصرف مواد هستید؟
  - آیا به اندازه کافی درباره اثرات بد NPS می‌دانید تا قادر به راهنمایی دوستتان برای دور ماندن از آن باشید؟



## مقطع فوق متوسطه؛ پیش‌فعالیت؛ شروع گفتگو

آیا به اندازه کافی در مورد  
اثرات مضر NPS می‌دانید  
که بتوانید دوست خود را  
از آنها دور کنید؟

چرا سنگاپور در برابر مواد  
مخدر و مصرف آن، موضعی  
با «تحمّل صفر» اتخاذ  
می‌کند؟

اگر مصرف مواد مخدر در کشور قانونی  
شود، سرنوشت جامعه ما چه خواهد شد؟

چگونه می‌توانیم با اطلاعات نادرست (اخبار  
جعلی) درباره مواد مخدر مقابله کنیم؟ اخباری  
مثل اینکه برخی از مواد، اعتیادآور نیستند.

### فعالیت‌ها

بحث/مناظره در مورد پیامدهای اجتماعی-  
اقتصادی و فرهنگی سوء مصرف مواد مخدر  
در سنگاپور



سه راه برای داشتن یک سبک زندگی بدون  
مواد مخدر بنویسید. شما می‌توانید فعالیت-  
هایی را برای خود یا دوستانتان در نظر  
بگیرید تا در این خصوص انجام دهند.



از چه راه‌های خلاقانه‌ای می‌توانید برای  
متقاعد کردن دوست یا یکی از عزیزانتان  
در برابر مصرف NPS استفاده کنید؟



### سایر فعالیت‌های توصیه شده

گرامیداشت روز جهانی مبارزه با مصرف و قاچاق موادمخدر (۲۶ ژوئن) در مدارس:

دانش‌آموزان مقطع ابتدائی و متوسطه می‌توانند زمانی را صرف فعالیت سالانه **ناگرددن روبان ضد موادمخدر** کنند و در مورد اثرات مضر موادمخدر، اطلاعات کسب کنند.

دانش‌آموزان مقطع متوسطه می‌توانند در پروژه‌های یادبود دیگری با بخش ارتباطات CNB همکاری کنند.



### دروس آموزشی شخصیت و شهروندی (CCE) یا جلسات بعد از مدرسه:

از این زمان برای اشتراک‌گذاری اطلاعات مفید برای افزایش دانش و اطلاعات و مهارت‌های اجتماعی و زندگی و مهارت‌های امتناع از مصرف مواد در دانش‌آموزان استفاده کنید. درباره آموزش پیشگیری از مصرف مواد (PDE) اداره مرکزی مواد مخدر (CNB)، پیشنهادهایی در بخش بعد و پیام‌های پیشگیری در برنامه درسی MOE در بخش منابع، بیشتر بخوانید و بدانید.



### طرح درس و وسایل کمک آموزشی:

اینها برای مربیان، توسعه یافته‌اند و به صورت آنلاین در دسترس هستند (هم در وبسایت CNB و هم در پورتال منابع انضباط MOE).



## پیشنهاد‌های پیشگیری از مصرف مواد (PDE: Preventive Drug Education)

### ■ آیا می‌دانستی؟

CNB پیشنهاد‌های پیشگیری را برای آموزشگران، مشاوران و والدین و به خصوص دانش - آموزان، دنبال می‌کند تا نقش فعال در حفظ و دور نگهداشتن خود از موادمخدر ایفا کنند.

### مقطع پیش دبستانی و ابتدایی

- کتاب تعاملی «مراقب باش، مَکس» (برای ۴ تا ۶ ساله‌ها)
- کتاب فعالیت «کاپیتان شکارچی مواد؛ دکتر واکو: ریشه و منشأ» (برای ۵ تا ۸ ساله)
- کتاب مصور «کاپیتان شکارچی مواد در مقابل دکتر واکو: مرحله نهائی مسابقات» (برای ۷ تا ۹ ساله)
- فعالیت سفیر مبارزه با موادمخدر (برای ۱۰ تا ۱۱ ساله‌ها)
- برنامه بازی موبایل واقعیت افزوده «دوستان شکارچی مواد» (برای ۷ تا ۱۲ ساله‌ها)

### مقطع متوسطه

- کتاب طنز (کمیک) «کاپیتان شکارچی مواد در مقابل دکتر واکو: اولین برخورد»
- گروه جلسات کوچک به اشتراک‌گذاری نظرات مصرف-کنندگان قرص اکس (برای دانش‌آموزان آسیب‌پذیر)
- نمایشگاه واقعیت افزوده
- برنامه داوطلبانه بعد از مدرسه
- بازی رومیزی «تسخیر»

### عمومی

- خبرنامه الکترونیکی ماهانه (برای حمایت از معلم و والدین)
- جعبه ابزار (برای آموزشگران، مشاوران و والدین)
- کتابچه اطلاعاتی «کانابیس را بشناسید» (برای آموزشگران، مشاوران و والدین) \*
- کارت‌های پیام (برای آموزشگران، مشاوران و والدین)
- سفرهای یادگیری (برای دانش-آموزان، آموزشگران و مشاوران)
- مذاکرات و گفتگوها (برای دانش-آموزان، آموزشگران، مشاوران و والدین)
- ایده‌های تعاملی (برای دانش‌آموزان)
- نمایشگاه‌ها (برای دانش‌آموزان)
- ویدئوها در دسته رسانه‌های اجتماعی CNB (@CNB>DrugFreeSG).

### مقطع بعد از متوسطه

- برنامه مدافع ضد موادمخدر (ADA)
- همکاری در پروژه‌های ضد مواد به عنوان بخشی از برنامه درسی
- فعالیت‌های همکاری بر علیه موادمخدر
- حمایت مالی از همکاری برای فعالیت‌های عناصر ضد موادمخدر

\* توسط مترجم همین کتاب، ترجمه و به چاپ رسیده است.

## از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بمانیم

### آیا می دانستی؟

CNB منابع پیشگیری از مصرف مواد (PDE) زیر را برای افزایش آگاهی در مورد NPS و کمک به افراد تأثیرگذار مانند مربیان، مشاوران و والدین تولید کرده است.

### منابع

#### © اینفوگرافی ها

سری نمونه های ضد NPS ابتدایی، متوسطه، فوق متوسطه



## © ویدئوها

### △ سری افسانه شکن NPS

ابتدائی متوسطه فوق متوسطه



در این سری افسانه شکن، ما به دنبال کشف حقایق بیشتر در باره NPS هستیم. مهم نیست که NPS چقدر فانتزی به نظر می‌رسد. همه آنها به یک سرنوشت تلخ مشترک، منجر می‌شوند.

### △ ویدئوی به اشتراک گذاشته شده از یک مصرف کننده قرص اکس و یک دانش آموز

متوسطه فوق متوسطه



CNB با تیم HBYD به عنوان برنده رقابت رویداد سنگاپور دور از مواد در سال ۲۰۲۰ (دسته بزرگسالان و جوانان) برای تهیه مصاحبه تصویری از Matthew (مصرف کننده قرص اکس) و Aqil (یک دانش آموز) برای به اشتراک گذاری نظراتشان درباره NPS و سوء مصرف مواد، همکاری نمود.

### △ مواد روان گردان جدید چیستند؟

۲۸

متوسطه فوق متوسطه



یک ویدئو که توسط مرکز پایش اروپائی برای مواد مخدر و اعتیاد (EMCDDA) به منظور توضیح و آشنائی با NPS تهیه شده است.



● از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بمانیم

## ● مقالات مورد علاقه و جذاب



△ مبارزه با تهدید فزاینده مواد روان گردان جدید

متوسطه فوق متوسطه

منبع: TO DAY



△ قوانینی که در نیمه اول سال ۲۰۲۱ اصلاح شدند تا امکان مقابله سریع تر علیه مواد روان گردان جدید فراهم شود.

متوسطه فوق متوسطه

منبع: The Straits Times Online



△ پیشروی در شناسایی نسل جدید موادمخدر در سنگاپور با نام های ادویه دوست داشتنی

متوسطه فوق متوسطه

منبع: The Straits Times Online



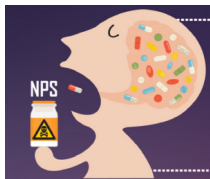
▪ △ CNB بیش از یک کیلوگرم از مواد روان گردان جدید که در قالب تنباکو مبدل شده بود، کشف و ضبط کرد.

متوسطه فوق متوسطه

منبع: SNA Online

## گُشونده یا قانونی؟ آیا مطمئنی درباره NPS می دانی؟

### NPS چیست؟



حاوی ترکیبات شبیه به اثرات مواد کنترل شده است. آنها اثرات سم شناسی ناشناخته و خطرناکی دارند و به اندازه مواد غیرقانونی، اعتیادآور و مضر هستند.

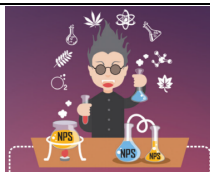
بیش از ۱۰ نوع NPS در لیست کلاس A مواد کنترل شده، قرار گرفته است.

### طراح خطرناک



آنها با عباراتی مانند «نشئه کننده قانونی» به بازار عرضه می شوند؛ اغلب نام های خیالی و جذاب برای جذب جوانان دارند.

### فرمولاسیون و مواد تشکیل دهنده NPS



ترکیب شیمیایی NPS مداوم در حال تغییر است. شما به سادگی نمی فهمید چه مواد شیمیایی یا ترکیبات بدی برای ایجاد این مواد، استفاده می شود.

### عواقب مصرف NPS

مسمومیت های شدید، واکنش های سمی گُشونده، پارانویا (سوء ظن شدید)، توهم، تشنج، مشکلات نامطلوب قلبی و نارسائی



### مجازات های NPS

<b>تولید غیر قانونی:</b> حبس به مدت ۱۰ سال و ۵ ضربه شلاق	<b>قاچاق:</b> حبس به مدت ۵ سال و ۵ ضربه شلاق
<b>تصاحب غیر قانونی:</b> جریمه نقدی بیش از ۲۰۰۰۰ دلار یا حبس بیش از ۲۰ سال، یا هر دو	<b>واردات و صادرات غیر قانونی:</b> حبس به مدت ۵ سال و ۵ ضربه شلاق
<b>مصرف:</b> حبس به مدت حداقل یک سال یا تعهد برای حضور در یک مؤسسه تأیید شده برای درمان و توانبخشی	

## ● پوسترها

### متوسطه

### فوق متوسطه

**ظاهر مواد می تواند فریبنده باشد... دیگران در مورد مواد مخدر دروغ می گویند فقط برای اینکه شما را درگیر کنند. گول نخورید.**

**ساعت ۱۰ شب یکشنبه است.** آغاز شب است و خیابان با حضور جوانان، پر از زندگی می شود. حالا که ۱۸ سالته، والدینت می دانند که غیر ممکن است شما را دائماً در کنار خود داشته باشند. همراه دوستان خود و همراهان ایشان، شما به شیک ترین نقطه شبانه شهر می روید. **مندی** چیزی در گوش شما زمزمه می کند:

**کانابیس؟! تعجب می کنی، البته نه!**

تاکنون درباره مضرات کانابیس و مواد مخدر زیاد شنیده اید. ذهن شما تعداد افراد مشهوری را به یاد می آورد که قربانی بلای مواد مخدر شده اند. **مندی** می گوید: «اگر کانابیس واقعی نبوده و نمونه ایمن باشه چی؟ "قانونی و بی ضرر"». از وجود چنین چیزهایی تعجب می کنید و نمی دانید که آیا او صرفاً دارد شما را فریب می دهد. اگر چه که در مورد این ادعا قبلاً چیزی نشنیده اید، به شدت کنجکاو هستید؟

دستش را در جیبش برده و بسته ای را بیرون می آورد که شبیه سبزی های خشک شده است، عبارت K2 روی آن برچسب شده است. **مندی** که از حالت چهره شما از خنده در حالت نیمه خفه قرار گرفته، بسته را جلوی صورت شما تکان می دهد در حالیکه شما دقیق تر به آن نگاه می کنید، به نوعی هنوز شک و تردید دارید، سر خود را تکان می دهید.

آفرین! شما فقط خودتان را از مشکلات زیادی نجات دادید، زیرا ...

مواد داخل آن بسته در واقع کانابیس صنعتی است که به عناوین K2، ادویه و علف نیز شناخته می شود. آنها به دسته ای از مواد به نام مواد روان گردان جدید (NPS) تعلق دارند که از نظر شیمیایی برای تقلید اثرات مشابه مواد کنترل شده، اصلاح شده اند.

● ..... از مواد روان گردان جدید (NPS) دور بمانیم

**بزرگترین تصور غلط در مورد NPS این است که آنها از مواد غیرقانونی، ایمن تر هستند! این گونه نیست...**

تولیدکنندگان و فروشندگان موادمخدر، سعی می کنند، اغلب، NPS را بی ضرر و قانونی معرفی کنند. با این حال، این مواد شیمیایی تغییریافته به ویژه مضر و اعتیادآور هستند، زیرا مصرف کنندگان نمی دانند چه مواد شیمیایی یا سمی، مصرف می کنند! مخلوطی از NPS که به طور ناآگاهانه توسط کاربران، خریداری می شود، منجر به اثرات غیرقابل پیش بینی و گاهی فاجعه آمیز مانند مسمومیت های شدید، توهم و ترس شدید (پارانویا)، نارسایی های قلبی و عروقی و نارسایی کلیوی و تشنج می شوند.

پیام اصلی در اینجا این است که استفاده از NPS غیرقانونی است. در واقع، از ماه می ۲۰۱۴، اداره مرکزی مواد مخدر (CNB)، NPS را به عنوان موادمخدر کنترل شده کلاس A فهرست کرده است. این بدان معناست که این مواد، غیر قانونی هستند و هیچ تفاوتی با سایر مواد کنترل شده مانند حشیش، هروئین و متامفتامین ندارند! توسط دیگرانی که ادعاهای نادرستی در مورد این مواد دارند، همراه نشوید.

**آگاه باشید، با انتخاب درست از خود محافظت کنید.**

## یادداشت‌ها



#آیا می‌دانستید که رنگ‌های روبان مبارزه با مواد مخدر که یک  
روبان سبز روی نوار سفید است نشان دهنده "سلامت"، "نشاط" و  
"قدرت" است؟

## فهرست منابع

1. United Nations Office on Drugs and Crime. (2020). NPS: New Psychoactive Substances [Brochure].  
<https://www.unodc.org/documents/scientific/NPS-Leaflet-WEB-2020.pdf>.
2. United Nations Office on Drugs and Crime. (2019). Current NPS Threats (Vol.1, March 2019).
3. United Nations Office on Drugs and Crime. (2020). Current NPS Threats (Vol.2, January 2020).
4. United Nations Office on Drugs and Crime. (2020). Current NPS Threats (Vol.3, October 2020).
5. United Nations Office on Drugs and Crime. (2020). The growing complexity of the opioid crisis (Global SMART Update (Vol.24, October 2020).
6. United Nations Office on Drugs and Crime. (2021). Regional Diversity and the Impact of Scheduling on NPS Trends (Global SMART Update (Vol.25, April 2021).
7. UNODC Early Warning Advisory (EWA) (2021). Early Warning Advisory on New Psychoactive Substances.
8. UNODC Research (2020). World Drug Report 2020. United Nations Office on Drugs and Crime.
9. UNODC Research (2021). World Drug Report 2021. United Nations Office on Drugs and Crime.
10. UNODC (2021). "Listen First initiative.
11. European Drug Addiction Prevention trial (EU-Dap). (2016). UNPLUGGED Area: Education Material.