



THE BALANCE

لا اعتماد على البنزوديازيبينات والمهدئات

العلاج الخاص

دليل للأفراد والعائلات

رعاية مخصصة لعميل واحد في كل مرة

MALLORCA / ZURICH

ما ينبغي معرفته قبل العلاج

01 قد ينشأ الاعتماد الجسدي مع الاستخدام الموصوف، بينما يتضمن الإدمان نمطاً أوسع من ضعف السيطرة والاستمرار رغم الضرر.

02 قد يكون الإيقاف المفاجئ خطراً؛ لذا يتطلب خفض الجرعة إشرافاً طبياً فردياً ووتيرة مرنة تراعي الأعراض والمخاطر والحالة الأصلية.

03 يوفر THE BALANCE تقييماً وعلاجاً سكنياً خاصاً لعميل واحد في مايوركا أو زيورخ، مع تنسيق الرعاية المستمرة عند الحاجة.

استمرارية الرعاية	رعاية منسقة	عميل واحد
تؤخذ الخطوات التالية في الاعتبار طوال فترة العلاج.	تعمل التخصصات السريرية ضمن خطة فردية واحدة.	إقامة خاصة وفريق تُنظّم رعايته حول احتياجاتك.

فهم احتياجاتك

الاعتماد الجسدي ليس هو الإدمان ذاته

الاعتماد الجسدي هو تكييف بيولوجي متوقع يمكن أن يحدث حتى عند تناول البنزوديازيبين تماماً وفقاً للوصفة الطبية. وقد تظهر أعراض الانسحاب إذا خُفّضت الجرعة بسرعة مفرطة. أما الإدمان أو اضطراب استخدام المهدئات فينطوي على نمط أوسع من ضعف السيطرة، والاستخدام القهري، والاستمرار في الاستخدام رغم الضرر.

ما الأدوية التي قد تكون معنية؟

تشمل البنزوديازيبينات أدوية مثل ألبرازولام، وديازيبام، ولورازيبام، وكلونازيبام، وتيمازيبام، وغيرها. وقد يشمل الاعتماد على المهدئات أيضاً أدوية Z المستخدمة لعلاج الأرق، أو الباربيتورات، أو مزيجاً من عدة أدوية ومواد.

تختلف الأسماء التجارية، والأشكال الدوائية، وأنصاف الأعمار، وتكافؤ الجرعات، ومدى التوافر بين البلدان. ويلزم إجراء مراجعة شاملة للأدوية. وينبغي للعميل إحضار الوصفات الطبية، وسجلات الصيدلية، والعبوات، وسجل الجرعات، ومعلومات عن الأدوية التي تم الحصول عليها من أكثر من طبيب أو من خارج الرعاية النظامية.

التقييم قبل التوصية بالعلاج

التقييم والتخطيط العلاجي يتناولان الدواء الحالي، والجرعة، وتوقيت تناولها، ومدة الاستخدام، وسبب الوصف، والمحاولات السابقة للخفض، وتاريخ الانسحاب، واستخدام الكحول والمخدرات الأخرى، والحمل عند الاقتضاء، والتاريخ العصبي، والنوم، والألم، والأعراض النفسية.



يسأل الفريق أيضًا عما يحدث بين الجرعات، وعما إذا كان القلق أو الأرق يعكس الحالة الأصلية، أو الانسحاب، أو أعراض الارتداد، أو اضطراباً طبياً أو نفسياً آخر، أو مزيجاً من ذلك. وقد يؤثر هذا التمييز في الوتيرة والأولويات العلاجية.

السلامة واختيار البيئة المناسبة

يمكن أن يؤدي الخفض السريع أو الإيقاف المفاجئ إلى قلق شديد، وأرق، وهياج، واضطراب حسي، ورعاش، وارتباك، وتغيرات إدراكية، ونوبات، وهذيان، أو مضاعفات خطيرة أخرى. ويتفاوت الخطر وفقاً للدواء والجرعة ومدة الاستخدام ونمطه وأعراض الانسحاب السابقة والحالة الصحية الجسدية والمواد المستخدمة بالتزامن. قد تتطلب الجرعات العالية، أو الانسحاب السابق المعقد، أو النوبات، أو الهذيان، أو المرض الطبي غير المستقر، أو الاستخدام الشديد المتعدد للمواد، أو الحمل، أو الانسحاب المتزامن من الكحول أو المهدئات الأخرى، بيئة مستشفى أو بيئة متخصصة بإدارة طبية.

رعاية تتمحور حولك

خفض الجرعة الفردي القائم على اتخاذ القرار المشترك

تؤكد الإرشادات الحديثة متعددة التخصصات أن خفض الجرعة ينبغي أن يكون فردياً وأن يستند إلى اتخاذ القرار المشترك. وقد يلزم إبطاء الوتيرة، أو إيقافها مؤقتاً، أو تغييرها استجابةً للأعراض والمخاطر. ويحتاج بعض الأشخاص إلى مسار طويل بدلاً من انسحاب سريع في الإقامة السكنية.

قد تدعم الإقامة السكنية الخاصة التقييم، والاستقرار، والمرحلة المبكرة من الخطة، أو علاج المخاوف المتزامنة. ولا ينبغي تقديمها باعتبارها دليلاً على أن كل حالات الاعتماد يمكن حلها خلال عدد محدد مسبقاً من الأيام.

العلاج النفسي والاعتماد

لا يلغي العلاج النفسي الانسحاب الفسيولوجي، لكنه قد يساعد في التعامل مع الخوف، والتفسير الكارثي، والأرق، والتجنب، والتكيف، والصدمات، والسلوكيات المحيطة باستخدام الدواء. ولا ينبغي أن يوحي النهج بأن الأعراض «نفسية بالكامل». قد يتناول العلاج أيضاً السعي إلى الحصول على صفات طبية عبر عدة أطباء، أو السرية، أو استخدام الدواء للهروب العاطفي، أو الخوف من القدرة على الأداء دون الدواء. وتكون العلاقة العلاجية القائمة على التعاون عمومًا أكثر فائدة من المواجهة أو الوصم.

من التقييم إلى خطة مشتركة

توضح التوصية البيئة المقترحة والأولويات والفريق ووتيرة العلاج، وكيفية مراجعة الخطة معك.

تجربة الرعاية

يوفر العلاج السكني في مايوركا وزنورخ مساحة للرعاية والراحة والتأمل. أما إقامة الصحة النفسية المنفصلة في لندن، بإشراف معالجين، فتقدم دعماً وإقامة يتم الاتفاق عليهما بشكل فردي.

مساحة خاصة للتوقف واستعادة الهدوء

خصوصية وتنسيق متحفظ وإيقاع يومي يتناسب مع
الاحتياجات السريرية.

رعاية تتيح مجالاً للتعافي

تتوازن المواعيد الفردية مع الراحة والوجبات والحركة
والوقت اللازم لاستيعاب التجربة.

دعم عملي

يساعد مدير رعاية شخصي في تنسيق المواعيد والترتيبات
اليومية.



صور فريق الرعاية والإقامة من دليل القبول لدى THE BALANCE، تؤكد الإقامة المحددة بصورة فردية.

مايوركا

رعاية سكنية خاصة في بيئة جزيرية تساعد
على الاستراحة.

زنورخ

رعاية سكنية خاصة مع تنسيق سريري
سويسري.

لندن

إقامة خاصة للصحة النفسية بإشراف معالجين.

من التقييم إلى الحياة اليومية

01

محادثة سرية

يستمع فريق القبول إلى ظروفك ويشرح عملية المراجعة السريرية.

02

تقييم وتوصية

ينظر الفريق في الملاءمة والأولويات والبيئة والخطوة الفردية.

03

علاج شخصي

تُراجع الرعاية وتُعدّل مع تغيير احتياجاتك وقدرتك على المشاركة.

04

الانتقال واستمرارية الرعاية

يربط تسليم الرعاية العلاج بالأشخاص والروتين والدعم اللازم في المنزل.

الاستعداد للعودة إلى المنزل

قد يستمر خفض الجرعة أو مراجعة الدواء لأشهر بعد المرحلة السكنية. ويجب أن تحدد خطة الخروج الواصف المسؤول، وإمكانية الوصول إلى الصيدلية، والمتابعة، والرعاية النفسية، وعلاج النوم، وترتيبات السفر، وما ينبغي فعله إذا تفاقمَت الأعراض. تختلف قواعد الوصف العابر للحدود والأدوية الخاضعة للرقابة. ولا يمكن افتراض أن مواعيد الفيديو الدولية توفر وصفاً قانونياً للأدوية أينما سافر العميل. راجع استمرار الرعاية الدولية.

التفكير في الخطوة التالية

هل الاعتماد على البنزوديازيبينات هو نفسه الإدمان؟

لا. قد ينشأ الاعتماد الجسدي أثناء الاستخدام الموصوف المناسب. وينطوي الإدمان على نمط أوسع من ضعف التحكم واستمرار الاستخدام رغم الضرر. ويميز التقييم الدقيق بينهما.

هل يمكنني التوقف عن البنزوديازيبينات فجأة؟

قد يكون التوقف المفاجئ خطيراً وقد يسبب انسحاباً شديداً، بما في ذلك النوبات أو الهذيان. وينبغي تخطيط أي تغيير مع طبيب واصف مؤهل على نحو مناسب.

كم يستغرق الخفض التدريجي للبنزوديازيبينات؟

لا يوجد إطار زمني موحد. فالدواء والجرعة ومدة الاستخدام والانسحاب السابق والمواد الأخرى والأعراض والمخاطر الطبية كلها عوامل مهمة. وتتطلب بعض حالات الخفض التدريجي عملية مطوّلة في العيادات الخارجية.

هل يمكن إتمام الخفض التدريجي خلال العلاج بالإقامة؟

قد تدعم مرحلة الإقامة أحياناً التقييم أو الاستقرار أو جزءاً من الخفض التدريجي. ولا ينبغي افتراض إمكانية معالجة كل حالات الاعتماد بأمان خلال إقامة واحدة محددة المدة.

ابدأ بمحادثة

تحدث بسرية مع فريق القبول حول ظروفك والخيارات المتاحة. لا يترتب على الاستفسار أي التزام بالمضي قدماً.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

صفحة الحالة الكاملة

إذا كنت أنت أو شخص آخر في خطر فوري، فاطلب الرعاية الطارئة المحلية. لا تنتظر إجراءات القبول المعتادة أو السفر.

معلومات عامة؛ تُحدّد الرعاية الفردية بعد التقييم.