

## વ્યસનથી થતી સમસ્યાઓ :

- કેફી પદાર્થ સમયસર ન મળવાથી ગભરામણ, બેચેની, હાથ-પગ ખેંચાવા, ઉંઘ ન આવવી.
- કેફી પદાર્થ ન મળવાથી થાક લાગવો, સુસ્તી કે આળસ લાગવી, કામ કરવાની ઈચ્છા ન થવી.
- કેફી પદાર્થ ન મળવાથી ઉબકા-ઉલ્ટી થવા, ભૂખ ન લાગવી, વજનમાં ઘટાડો / વધારો થવો.
- કેફી પદાર્થ ન મળવાથી આંખ લાલ રહેવી, જીભના લોચા વળવા, અસ્થિર રીતે ચાલવું, હાથ-પગમાં ધ્રુજારી થવી, શરીર તૂટવું.
- કેફી પદાર્થ ન મળવાથી સ્વભાવ ચીડીયો થવો, વધારે પડતો ગુસ્સો આવવો, સહનશીલતામાં ઘટાડો થવો.
- કેફી દ્રવ્યોનું સેવન કર્યા બાદ અપરાધભાવ કે ગુનાહિતતાની લાગણી અનુભવવી, હતાશા-નિરાશા કે ક્યારેક આપઘાતના વિચારો આવવા કે પ્રયત્ન કરવો.
- કેફી દ્રવ્યોના સેવનથી કૌટુંબિક કે સામાજિક જવાબદારીઓ પ્રત્યે બેદરકાર બનવું.
- કેફી દ્રવ્યોના સેવનથી ઝઘડા કરવા, મારપીટ કરવી કે ગાળા ગાળી કરવી.
- કેફી દ્રવ્યોના સેવનથી સામાજિક કે જાહેર પ્રસંગોમાં જવાનું ટાળવું અથવા તમારા વર્તનના કારણે તમારા પરિવારનું શરમજનક પરિસ્થિતિમાં મુકાવું.
- કેફી દ્રવ્યોના સેવનથી નોકરી-ધંધા પ્રત્યે બેદરકાર રહેવું અને આર્થિક નુકસાની ભોગવવી.
- જો વ્યસનના કારણે ઉપર પૈકીની કોઈપણ સમસ્યા તમે અથવા તમારા પરિવારજનો અનુભવતા હોય અથવા તમારા પ્રયત્નો છતાં તમે વ્યસન મુક્ત ન થઈ શકતા હો તો અમારો સંપર્ક કરો.

## કન્સલ્ટન્ટ સાઈકીયાટ્રીસ્ટ

- ડૉ. ધર્મેશ પટેલ
- ડૉ. રાજેશ મણીઆર
- ડૉ. હિમાંશુ દેસાઈ
- ડૉ. સુહાસ દોશી
- ડૉ. પ્રદીપ વઘાસીયા

## એસોસિએટેડ સાઈકીયાટ્રીસ્ટ

- ડૉ. મૈત્રેય પરીખ
- ડૉ. પુનિતા ગોવર

## સાઈકોલોજીસ્ટ

- સુનીતા નાયર
- નિલીમા પરીખ
- અદ્યુજા કારખાનીસ
- એશા ઝવેરી
- સ્નેહા પંચાલ
- ધારા પટેલ



- ક્લીનિક :** જીપ્સ સાઈકીયાટ્રીક ક્લીનિક અને વ્યસનમુક્તિ કેન્દ્ર  
પહેલો માળ, દેવ કોમ્પ્લેક્સ,  
પરિમલ ગાર્ડન ચાર રસ્તા, અમદાવાદ-૬.  
ફોન : ૦૭૯-૨૬૪૨ ૩૧૩૧ / ૪૦૦૭ ૦૦૦૧
- હોસ્પિટલ :** જીપ્સ, શ્રીનાથ કોમ્પ્લેક્સ (સેટેલાઈટ હોસ્પિટલ), ઉમિયા વિજય રોડ,  
સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૧૫.  
ફોન : ૦૭૯-૨૬૬૦ ૮૪૮૫
- જીપ્સ વાસણા :** પુંજાભાઈ ચેમ્બર્સ, વાસણા બસ સ્ટેન્ડની સામે, અમદાવાદ.  
ફોન : ૦૭૯-૨૬૬૦ ૯૪૧૭
- જીપ્સ બાપુનગર :** ૧, સુખસાગર કોમ્પ્લેક્સ, દિનેશ ચેમ્બર્સની સામે, બાપુનગર, અમદાવાદ-૨૫.  
ફોન : ૦૭૯-૨૨૨૦ ૦૧૦૭
- જીપ્સ સોલા રોડ :** નરોત્તમ કોમ્પ્લેક્સ, ભુયંગદેવ ચાર રસ્તા પાસે, સોલા રોડ, અમદાવાદ-૬૧.  
ફોન : ૦૭૯-૨૭૪૯ ૦૫૮૪



# GIPS Psychiatric Clinic & De-addiction Center



**“વ્યસન”  
આદત કે બિમારી ?**





## વ્યસન એટલે શું ?

કોઈપણ એવો નશીલો પદાર્થ કે જેના સેવનનું પ્રમાણ ધીમે ધીમે વધતુ જાય, જે પદાર્થ વગર ચાલે નહીં અને જો તે પદાર્થ લેવામાં ન આવે તો શારિરિક - માનસિક સ્થિતિ બદલાય / ખોરવાય તેને નશીલા/માદક પદાર્થનું ખંધાણ અથવા વ્યસન કહેવાય.

## વ્યસનના પ્રકાર અને તેની અસરો

### દારૂ (આલ્કોહોલ)

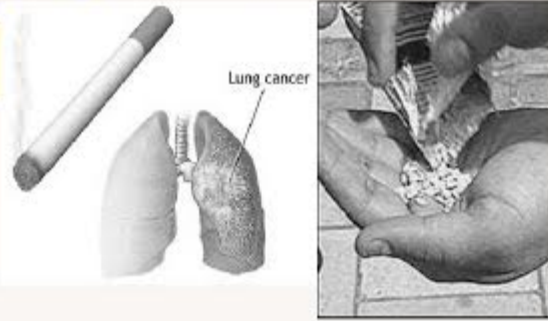


આ એક નશીલુ પ્રવાહી પીણું છે. જે સામાન્ય રીતે દેશીદારૂ - બીયર - લીકર - વાઈન - વીસ્કી - રમ- જીન વગેરે નામે ઓળખાય છે.

અસરો : લીવર, કીડની, હૃદય, મગજને નુકસાન, હાથની ધ્રુજારી, પગની નસો સૂકાઈ જવી, આપઘાતના વિચારો અથવા પ્રયત્ન, જીભ લથડવી, ઉલ્ટી થવી, સેક્સમાં તકલીફ, ખેંચ, ગર્ભાધાન દરમ્યાન માતા જો દારૂનું સેવન કરે તો બાળક મંદબુદ્ધિવાળું જન્મવાની શક્યતા.

### તમાકુ

એક પ્રકારનો છોડ કે જેના પાનનો વિવિધ



સ્વરૂપે ઉપયોગ થાય છે. ચાવીને, સૂંધીને, ધુમ્રપાન

સ્વરૂપે, દાંત પર ઘસીને વગેરે.

અસરો : બ્લડ પ્રેસર, ફેફસાનાં રોગ, લોહીનું વહન કરતી નળીના રોગ, ગેન્ગ્રીન, નપુંસકતા, હોઠ, જડબુ, જીભ, ગળુ, શ્વાસનળી, ફેફસા, આંતરડાનું કેન્સર

### અફીણ, પોસડોડા, ડ્રાઉનસ્યુગર, હેરોઈન, મોર્ફીન

ખસખસના છોડના જુંડવામાંથી બને છે. સામાન્ય રીતે પાણીમાં



ઓગાળીને, ગોળી સ્વરૂપે, ઈન્જેક્શન કે ધૂમ્રપાન સ્વરૂપે ઉપયોગ થાય છે.

અસરો : અશક્તિ, નપુંસકતા, હાથ-પગ પેટના સ્નાયુ ખેંચાવા, કબજીયાત અથવા ઝાડા, અનિદ્રા, આંખ, નાકમાંથી પાણી ગળવું, બગાસા આવવા, શ્વાસન ક્રિયા મંદ થવી, વધુ પડતા ડોઝથી કોમામાં જવું અથવા મૃત્યુ થવું.

### ગાંજો - ચરસ, હેશ, પોટ, ડોપ

એક પ્રકારનો છોડ છે. જેના પાંદડા તેમજ રસનો ઉપયોગ નશા તરીકે થાય છે.

અસરો : લાંબાગાળે ચાદદાસ્ત ઓછી થવી, જોવાની, સાંભળવાની સમયની અને સ્પર્શ સંબંધી સમસ્યાઓ, ધબકારા વધી જવા, ચિંતા વધવી, કેન્સર થવું.

### કોકેઈન

એક પ્રકારના છોડના પાંદડા અને બીજા અન્ય પદાર્થ ઉમેરીને બનાવાય છે.



અસરો : જ્ઞાન તંતુઓની ઉત્તેજના, શારીરિક-માનસિક તકલીફો, લોહીવહન કરતી નળીઓને નુકસાન, ટેમ્પરેચર, ધબકારા, બ્લડપ્રેશર વધવું, અનિદ્રા, ભૂખ ન લાગવી, ચિંતા - બેચેની થવી, ઉન્માદની સ્થિતિ.

### સિન્ટેટીક ડ્રગ્સ

મેડીકલ તરીકે વપરાતી ગોળી, ઈન્જેક્શન, સિરપ કે જેનો ડૉક્ટરની સલાહ વગર દૂરઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

અસરો : કામકાજમાં અનિયમિતતા, હાથ-પગ તૂટવા, શરીરમાં દુઃખાવો, આંખ-નાકમાંથી પાણી ગળવું.

### ઈન્હેલન્ટ્સ

સામાન્ય વપરાશના પદાર્થને વારંવાર બીનજરૂરી રીતે સુંઘીને નશો કરવામાં આવે છે.

અસરો : ઉબકા-ઉલ્ટી, જીભ થોથવાવી, વજન ઘટવું, સ્નાયુની નબળાઈ, બેધ્યાન બનવું, ડીપ્રેશન.