



צילום אילוסטרציה

על ספיגה איטית של הסמים, שגורמים לריכוזים גבוהים יותר של החומרים המסוכנים בדם.

לאור זאת יש צורך לפתח דרכי התערבות שיתנו מענים לגורמי הסיכון המיוחדים של נערות, להפחית סיכונים ולהגביר גורמים מגנים. ישנה חשיבות לעשות אינטגרציה ולתת מענים המותאמים לתפקידי מגד, לנטייה של נערות להפנמה, לאוריינטציה החזקה שלהן ליחסים, ולחוסר השיוויון שקיים ביחסים אינטימיים.

תכניות הטיפול והמניעה צריכות לספק מרחב שבו הנערות תוכלנה להתייחס לנושאים החשובים בחייהן ולבחון אותם מחדש. מטפלים יכולים לחזק את האומץ של הנערות ולסייע להן לגלות מחדש את עצמן, לספר את סיפוריהן, ולתת תמיכה למה שנמצא מתחת לפני השטח. בטיפול ניתן ללמוד לבנות מערכת יחסים כנה, שיוויונית ומזינה, שמספקת חיסון מפני בעיות נפשיות. הדגש בטיפול הוא על העצמה של המטופלת וסיוע ללמידת אסטרטגיות הישרדות חדשות ועילות יותר בדרך להגשמה עצמית, ללא תחרות בעולם הפטריאכלי.

את הדימוי העצמי והביטחון העצמי, להשיג הערכה חברתית, להגדיל תחושות של בגרות וביטחון, להתמרד, להפחית לחצים, ולשמור על משקל גוף נמוך.

ההשפעה הגופנית של שימוש בסמים הרסנית יותר על נשים מאשר על גברים, במינונים נמוכים יותר, ובמשך זמן קצר יותר. כמות רקמות השומן הגבוהה יותר ואחוזי המים הנמוכים יותר בגוף האישה משפיעים



צילום אילוסטרציה

על נערות כוללים: חוסן גופני נמוך, הפנמה של לחצים, שינויים חדים במצב רוח ודיכאון, היעדר תמיכה משפחתית, הפרעות אכילה, התנהגויות הקשורות לאובדנות, והתנהגות מינית מסכנת. בנוסף לכל אלו משפיעים גם דימוי עצמי והערכה עצמית שליליים, דאגה לגבי משקל ודיאטה, התעללות מינית ופיסית, התבגרות מינית מוקדמת, רמות גבוהות של חרדה ושימוש בסמים של בני זוג.

## ”ההשפעה הגופנית של שימוש בסמים הרסנית יותר על נשים מאשר על גברים, במינונים נמוכים יותר, ובמשך זמן קצר יותר.”

נערות יותר מנערים, מדוחות כי הן משתמשות בחומרים ממכרים כדי לשפר