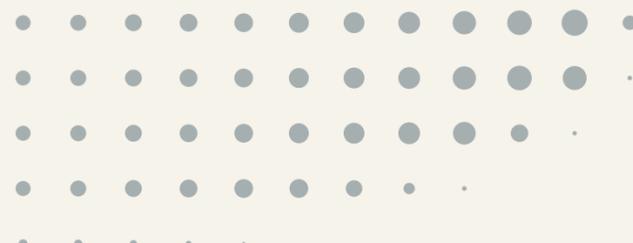


ПСИХОЛОГИЯ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ

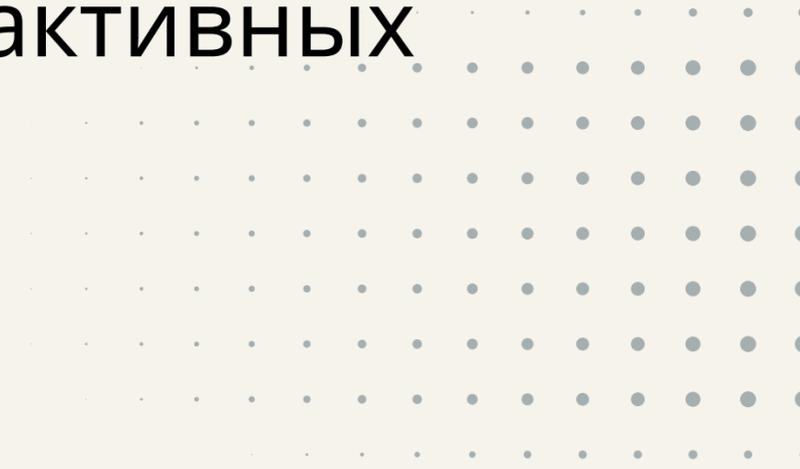


ГУЗ «Тульский областной центр медицинской
профилактики и реабилитации им.
Я.С. Стечкина»

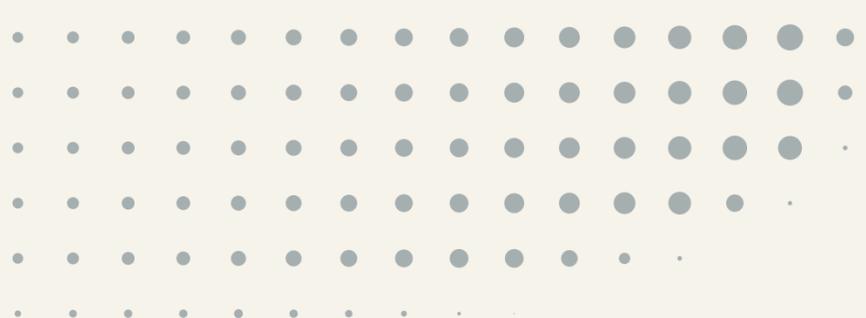


Зависимость (или аддикция) –
это хроническое рецидивирующее психическое
расстройство - непреодолимая потребность в повторном
употреблении определенного вещества или повторении
конкретного действия, несмотря на негативные последствия
для здоровья и жизни

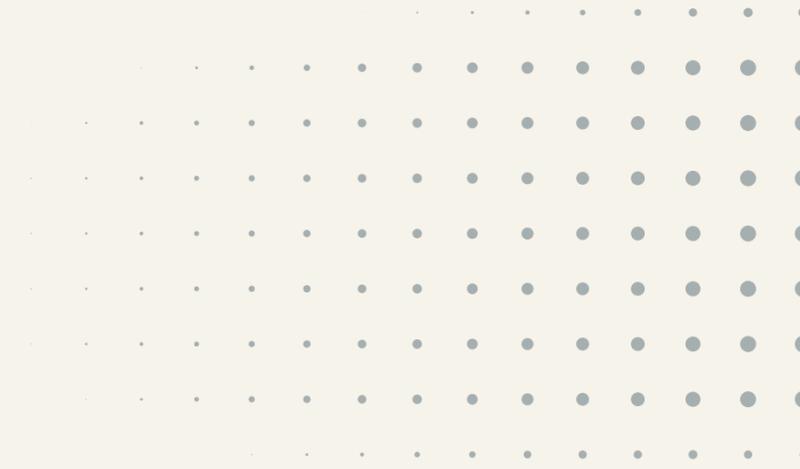
Относится к группе психических и поведенческих
расстройств, вызванных употреблением психоактивных
веществ или других факторов



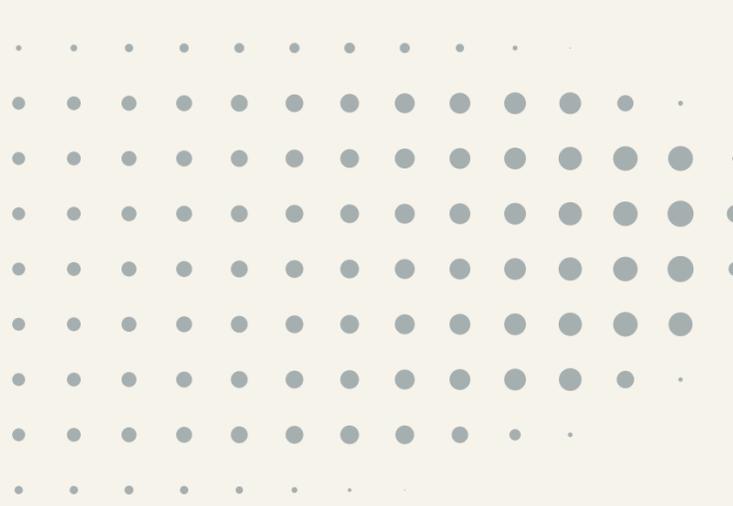
ЗАВИСИМОСТЬ



Синдром зависимости –
сочетание физиологических, поведенческих и когнитивных
явлений, при которых употребление психоактивных веществ
(ПАВ) занимает в системе ценностей человека ведущее место



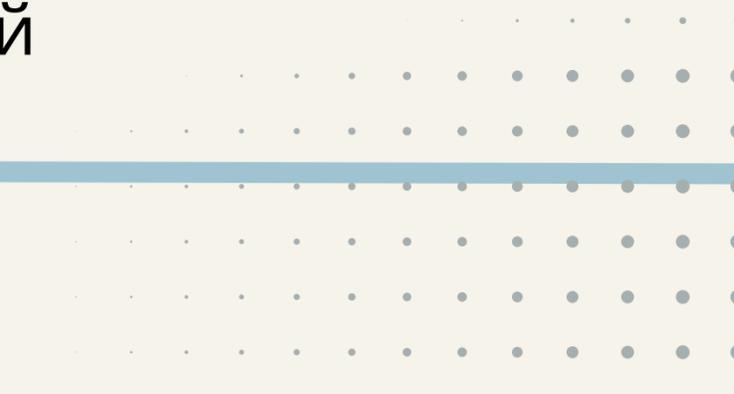
ЗАВИСИМОСТЬ



СИМПТОМЫ ЗАВИСИМОСТИ, В Т.Ч. ОТ ТАБАКА

- сильное желание/тяга к продолжению аддиктивного поведения
- сниженная способность контролировать аддиктивное поведение, безуспешные попытки его сократить
- состояние отмены при сокращении/прекращении аддиктивного поведения
- повышение толерантности/вовлеченности в аддиктивную деятельность
- поглощенность аддиктивным поведением
- продолжающаяся вовлеченность вопреки явным признакам вредных последствий

ЗАВИСИМОСТЬ



ПРИЧИНЫ АДДИКЦИИ

ЗАВИСИМОСТЬ – СЛОЖНОЕ ЯВЛЕНИЕ, ИМЕЮЩЕЕ МНОЖЕСТВО ПРИЧИН: БИОЛОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ

ЗАВИСИМОСТЬ

- 1** Биологические - связаны с наследственностью и генетикой
- 2** Психологические - связаны с личностью и психическим состоянием
- 3** Социальные - возникают под влиянием окружающей среды и общества

МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ

ЗАВИСИМОСТЬ

Чувствительность

Первая реакция мозга, которая проявляется в усилении эмоционального и физического удовольствия

Адаптация

Снижение удовольствия и повышение толерантности. Мозг приспосабливается к постоянному воздействию вещества и уменьшает свою чувствительность

Выработка

Потеря контроля и развитие компульсивности. Мозг перестает реагировать на систему вознаграждения

КЛАССИФИКАЦИЯ ЗАВИСИМОСТЕЙ

● химические формы зависимого поведения

алкоголь
табак
опиаты, кокаин и т.д.
снотворные и седативные вещества
и т.д.

● нехимические формы зависимого поведения

игровая аддикция
технологические аддикции
"социально приемлемые"
пищевые

ЗАВИСИМОСТЬ

ОСЛОЖНЕНИЯ ЗАВИСИМОСТЕЙ

- **Физические - связаны с повреждением различных органов и систем организма, которые подвергаются токсическому или механическому воздействию веществ или действий**
- **Психические осложнения**
- **Социальные последствия связаны с ухудшением положения в обществе и снижением качества жизни**

НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Выкуриваешь сигарету, получаешь дозу хорошего настроения, а через несколько часов идешь за новой.

Зависимость вызывает никотин – один из компонентов табачного дыма- действует на дофаминовые структуры. Дофамин делает нам приятно, и появляется желание повторить

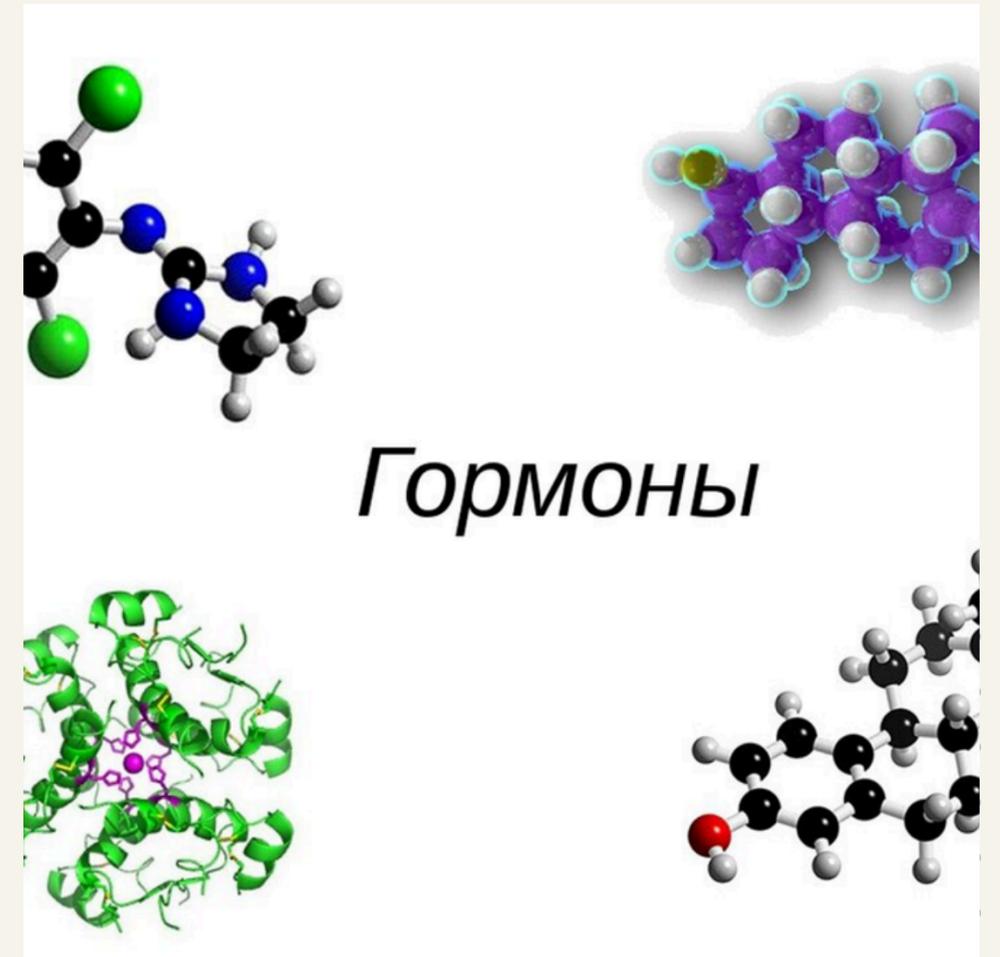


ЗАВИСИМОСТЬ

НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Помимо дофамина, никотин повышает в крови концентрацию адреналина, кортизола и других гормонов, которые выделяются при стрессе

Быстрое развитие зависимости от табака связано с тем, что никотин очень быстро разрушается в организме



ЗАВИСИМОСТЬ

НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Зависимость формируется у разных людей за разные сроки, и обычно составляет от нескольких месяцев до года. На этапе ее становления человек может прекратить употребление табака самостоятельно

Чем дольше вы курите, тем больше вероятность того, что зависимость у вас действительно есть



ЗАВИСИМОСТЬ

АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

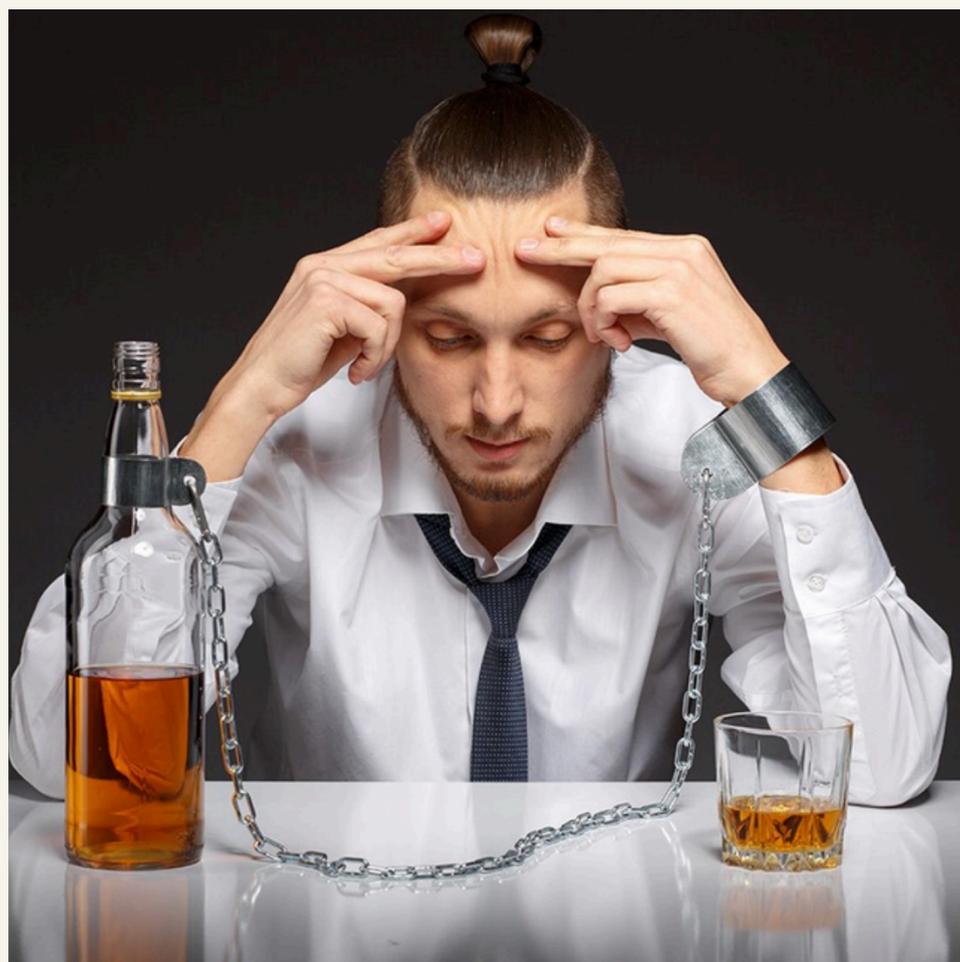


Коварство любого алкоголя в том, что у большинства людей постепенно и незаметно баловство переходит в привычку, а привычка в болезнь – алкоголизм

Начало формирования - чаще в молодом возрасте (15-30 лет), около **40%** зависимых - люди моложе **40** лет

ЗАВИСИМОСТЬ

АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ



Начальная стадия - привыкание к алкоголю, формирование патологического влечения, изменение характера опьянения

Развернутая стадия - формирование основных симптомов заболевания, присоединение абстинентного синдрома, толерантность к алкоголю превышает исходную в 5-6 раз, появление патологического влечения к алкоголю, изменение личности

Конечная стадия - общее одряхление, резкое снижение переносимости алкоголя, тяга к алкоголю ослабевает, тяжелый абстинентный синдром, тяжелая соматическая патология служит причиной преждевременной смерти

ЗАВИСИМОСТЬ

ЛЕЧЕНИЕ ЗАВИСИМОСТЕЙ

ЛЕЧЕНИЕ АДДИКЦИИ — СЛОЖНЫЙ И ДЛИТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС, ТРЕБУЮЩИЙ МОТИВАЦИИ, ВОЛИ И УСИЛИЙ СО СТОРОНЫ ПАЦИЕНТА И ПОДДЕРЖКИ СО СТОРОНЫ ВРАЧЕЙ, РОДСТВЕННИКОВ И ДРУЗЕЙ

● стационарное лечение

для пациентов с тяжелой формой зависимости, острым абстинентным синдромом, сопутствующими психическими или физическими отклонениями, высоким риском самоубийства

● амбулаторный прием

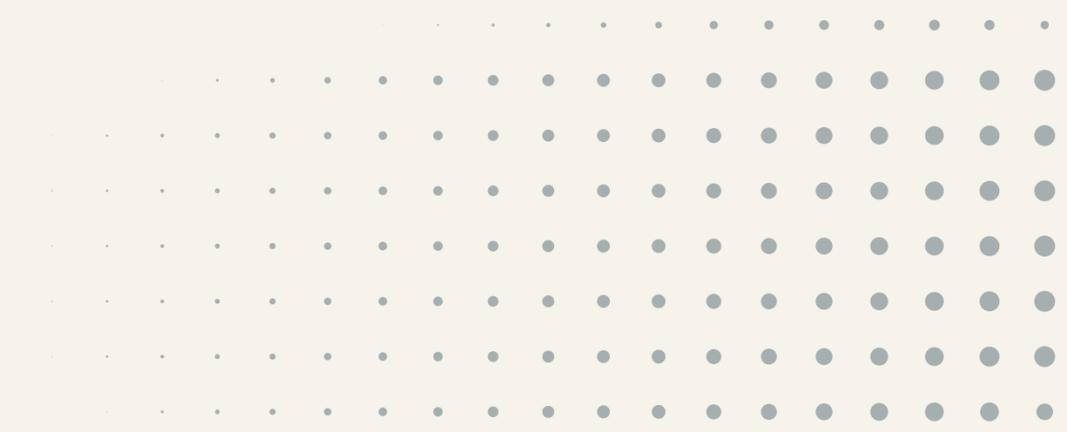
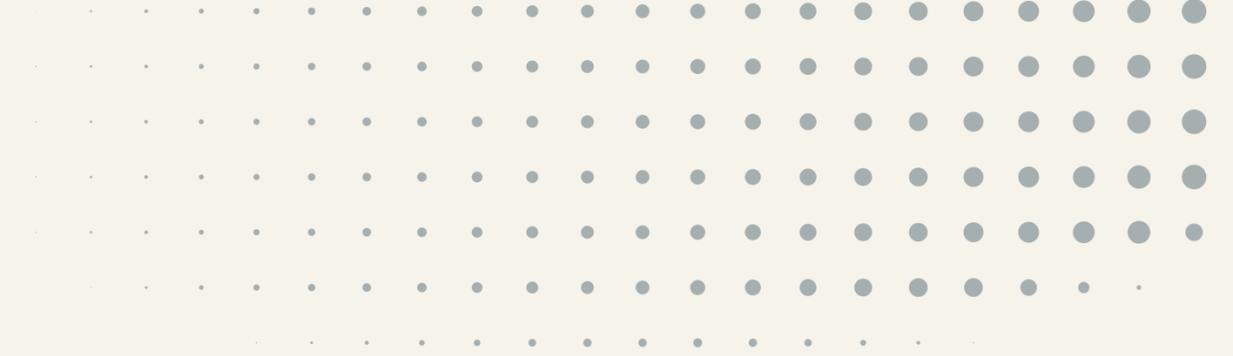
подходит лицам с легкой или средней формой аддикции, без осложнений или сопутствующих заболеваний, с высокой мотивацией к изменению и возможностью самостоятельно контролировать свое поведение

ЗАВИСИМОСТЬ

ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОСТИ

- избегать употребления веществ или действий, которые могут вызвать зависимость или усугубить ее
- поддерживать здоровый образ жизни, соблюдать режим сна, питания и физической активности
- обращать внимание на свое психическое состояние и обращаться за помощью при появлении признаков стресса, тревоги, депрессии или других психических отклонений
- развивать свои интересы, хобби, творчество и самореализацию
- поддерживать хорошие отношения с близкими, друзьями, коллегами и обществом

ЗАВИСИМОСТЬ



**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!**