

اعتیاد چیست ؟

زمانی از اعتیاد صحبت می کنیم که فرد به چیزی وابسته است، برای مثال به مواد غیرقانونی (حشیش، هروئین، کوکائین، ال‌اس‌دی،...)، به مواد قانونی (الکل، نیکوتین، داروها و...) و یا به یک رفتار (قمار، بازی،...) .

علائم اعتیاد:

- میل شدید یا میل درونی به مصرف/رفتار
- کنترل کم/عدم کنترل بر فراوانی، مدت زمان و میزان مصرف/رفتار
- هنگامی که مصرف/رفتار کاهش می یابد، علائم ترک ظاهر می شود (مانند بی قراری، تحریک پذیری، اضطراب، مشکلات خواب، تعریق، یخ زدگی، لرزش، و...)
- مصرف/رفتار بیشتر و شدید تر می شود - تحمل ایجاد شده است، مصرف به دوز بالاتری نیاز دارد
- مصرف/رفتار بسیار مهم می شود - غفلت از علایق، تماس های اجتماعی یا کار
- مصرف/رفتار با وجود آگاهی از خطرات روانی، فیزیکی و اجتماعی ادامه پیدا می کند



اعتیاد در یک شب ایجاد نمی شود و دلایل مختلفی دارد.

مصرف هر ماده ای منجر به اعتیاد نمی شود. رفتار مصرف کننده بر اساس نیازهای اساسی آن شخص است - عمدتاً اعتیاد تلاشی برای ارضای نیازهایی است که نمی توان در حال حاضر به هیچ طریق دیگری برآورده شوند یا حل شوند محرک ها به عنوان مثال: تسکین استرس، میل به آرامش، آرام کردن، بهبود خلق و خو، تسکین درد، فراموشی، فرار از واقعیت، بهتر خوابیدن، احساس امنیت بیشتر، عملکرد بهتر، شل شدن، تفریح، تلاش برای چیزهای جدید، تعلق و بسیاری موارد دیگر.

چه چیزی می تواند کمک کند:

اعتیاد می تواند کل زندگی شما را تحت تاثیر قرار دهد. صحبت با روان درمانگر یا روانشناس و جستجوی حمایت حرفه ای می تواند کمک کننده باشد.

ما خوشحالیم که در پروژه NEDA به شما کمک می کنیم تا احساس بهتری داشته باشید!
با کمال میل منتظر تماس شما هستیم!



تماس با پروژه NEDA:

FEM (خانمها / دخترها): Klinik Floridsdorf, Brünner Straße 68/A3/Top 14, 1210 Wien; Tel.: +43 1 27700 5600

FEM Süd (خانمها / دخترها) & MEN (مردها / پسرها): Klinik Favoriten, Kundratstraße 3, 1100 Wien;

FEM Süd: Tel.: +43 1 60 191 5201; MEN: Tel.: +43 1 60 191 5454

www.fem.at

Quellen:

<https://sdw.wien/information/broschueren-infomaterial/wiener-sucht-und-drogenstrategie-2013>
<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/haeufiggestelltefragen/faq>
https://www.dialogwoche-alkohol.at/wp-content/uploads/2021/05/DWA21_Whitepaper_Wissen.pdf
<https://www.api.or.at/sucht-abhaengigkeit/alkoholsucht/>
https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:2ff5bd52-1e0c-4f80-aa49-fccb08ae9906/suchtspezifische_problemlagen_von_maennlichen_unbegleitete_n_jugendlichen_geflu_chteten_in_wien1.pdf