

# Що таке залежність?



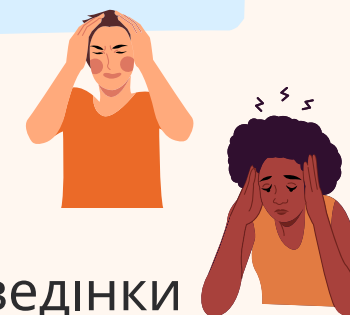
**Залежність** – це **хронічна рецидивуюча хвороба** – не слабкість волі і не моральна відсутність.

Інше слово для позначення залежності – **це манія**.

Про **залежність** говорять, коли людина стає **залежною** від чогось, наприклад, певних речовин (алкоголь, нікотин, ліки,...), незаконні речовини (канабіс, героїн, кокаїн, ЛСД,...) або також поведінки (азартні ігри, компютерні ігри,...).

## Ознаки залежності

- Сильне бажання або внутрішнє бажання споживати/поведінка
- Мало/немає контролю над частотою, тривалістю та кількістю використання/поведінки
- Коли споживання/поведінка знижується, з'являються симптоми відміни (наприклад, неспокій,
- дратівливість, занепокоєння, проблеми зі сном, пітливість, замерзання, тремтіння... )
- Споживання/поведінка стає частішою та сильнішою – сформувалася так звана «толерантність», при споживанні необхідна більш висока доза
- Надзвичайно важливим стає споживання/поведінка – нехтування інтересами, соціальними контактами або роботою
- Споживання/поведінка продовжується, незважаючи на знання про психологічні, фізичні та соціальні ризики



## Залежність не виникає відразу і має багато різних причин.

Не кожне вживання психоактивних речовин призводить до залежності чи звикання. Позаду поведінки основні людські потреби – здебільшого це спроба задоволення потреб задоволення, яка на даний момент не може бути виконана або вирішена іншим способом.

Тригерами можуть бути, наприклад:

Зменшення стресу, бажання розслабитися, заспокоїтися, поліпшити настрій, зняти біль, Забуття, втеча від реальності, кращий сон, безпека, краща продуктивність, стати розслабленим, розважитися, спробувати щось нове, приналежність та багато іншого.

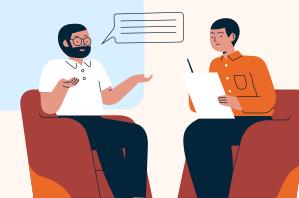
## Що може допомогти:

Eine Suchterkrankung kann sich auf das ganze Leben auswirken. Es kann helfen, sich **professionelle Unterstützung** zu suchen und sich an **Suchthilfeeinrichtungen** zu wenden bzw. mit **Expert:innen** zu reden.

Залежність може вплинути на все ваше життя. Вам може допомогти знайти **професійну підтримку** та звернутися до **закладів допомоги залежним** або поговорити з **експертами**.

Ми в проєкті NEDA раді допомогти вам почуватися краще та підтримати вас у пошуку потрібного закладу!

Не соромтеся зателефонувати нам!



### KONTAKT PROJEKT NEDA:

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

**FEM Süd** (Mädchen/Frauen) & **MEN** (Burschen/Männer): Klinik Favoriten, Kundratstraße 3, 1100 Wien;

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

www.fem.at