



Зависимости большого города

Рекомендации заместителя директора по научной работе
Московского научно-практического центра наркологии ДЗМ

Олега Жановича Бузика

Зависимость как болезнь

- Патологическая зависимость — стремление человека осуществлять какие-то действия вопреки ущербу, наносимому ему самому или другим людям
- Зависимости делят на химические и нехимические. В первом случае они связаны с психоактивным веществом. Во втором — с психоактивным действием. Существуют смешанные случаи
- Объектом зависимости может выступать практически любое психоактивное вещество или действие в силу моды или значимого использования азарта

Признаки зависимости

- Готовность реализовывать зависимость вопреки ущербу
- Концентрация основных усилий вокруг предмета зависимости — для обеспечения возможности реализации зависимости и обоснования ее безвредности
- Стремление найти доказательства, что «немного можно», вместо опоры на разумное регулирование

Факторы риска

- Среди факторов появления зависимости могут быть недостаток общения (не сопровождаемого предметом зависимости), недостаток социального одобрения деятельности, недостаток дел, воспринимаемых как интересные и важные, общая десоциализация человека
- Наличие у человека зависимости может облегчить появление других (иногда — смежных) зависимостей

Что делать, если вы подозреваете зависимость

- Наличие отдельного признака зависимости не является основанием для самостоятельной постановки диагноза. Диагноз может поставить только врач, основываясь на системе признаков
- Если появляется подозрение в наличии зависимости у себя — идите к врачу
- Если появляется подозрение в наличии зависимости у близкого — аккуратно убедите его пойти к врачу
- Не потворствуйте предмету зависимостей у близкого человека, но и не пытайтесь бороться с зависимостью в лоб
- Наличие общих интересных, важных дел может отвлечь от зависимости лучше нравоучений
- Можно обратиться по круглосуточному телефону доверия по проблемам зависимости 8(495)709-64-06

Афишу и запись мероприятий можно найти на сайте
Департамента здравоохранения города Москвы
<http://mosgorzdrav.ru/ru-RU/begukvrachu.html>