

Как възниква зависимостта

Човек, вещество, среда. Специалистите описват зависимостта с три взаимодействащи страни: човекът и как се справя с чувства и проблеми, веществото с действието и достъпността му, средата от семейство, приятели, училище и работа. Нито една страна сама не обяснява зависимостта.

Какво се случва в мозъка. ТХК действа върху системата на възнаграждението. При честа употреба мозъкът става по-малко чувствителен и за същото действие е нужно повече (толерантност). След опиянението може да последват безпокойство и раздразнителност. С времето човек често употребява, за да се отърве от този дискомфорт. Употребата за потискане на страх, гняв или тъга повишава риска.

Рискови фактори. Честота на употребата (най-силният отделен фактор), ранно начало, особено преди 16, много ТХК, едновременно тютюн, психично натоварване, липса на подкрепа, тежки събития, приятелски кръг, в който почти всички употребяват. Рисковите фактори описват вероятности, не прогноза.

Какво предпазва. Увереност, усещането, че човек може да промени нещо, умението да се справя с проблемите, стабилни отношения и задача в обучението или работата.

Как го оценяват специалистите. Според DSM-5 разстройство вследствие употреба на канабис е налице при поне два от единадесет критерия за дванадесет месеца: два до три означават лека степен, четири до пет средна, от шест тежка. Етапите са случайна, рискова и вредна употреба и зависимост, преходите са плавни.

Отнемане. Почти всеки втори, който употребява редовно, познава симптомите на отнемане: нервност, проблеми със съня, слаб апетит, раздразнителност, страх или потиснато настроение. Те обикновено започват един до три дни след последната употреба и са най-силни през първата седмица. Повечето отшумяват след две до три седмици, проблемите със съня и потиснатото настроение могат да продължат по-дълго.

Запомнете

- Рискова употреба: вгледайте се, самооценъчен тест, честен разговор.
- Вредна употреба: консултация, например в център за консултиране по зависимости.
- Зависимост: лечение, тоест консултация, детоксикация и терапия.

Източници: Федерално министерство на здравеопазването (2024), примерна учебна програма за отговорници по превенция; drugcom.de (BIÖG), психосоциални рискови фактори за зависимост от канабис; Bonnet, Preuss (2017), The cannabis withdrawal syndrome: current insights, Substance Abuse and Rehabilitation 8.

Подобно: csc.do/bg/prevention/knowledge/how-dependence-develops/ · Cannabis Social Club Dortmund e.V. · Към 28 септември 2026 г. · Може да се разпространява без промени (CC BY-ND 4.0)



Целият модул