11 СИМПТОМІВ ЗАЛЕЖНОСТІ

DSM-5 ТЕСТ НА ВИЗНАЧЕННЯ ЗАЛЕЖНОСТІ

1. Втрата дозованого контролю : залежна поведінка проявляється у вживанні більшої кількості алкоголю, ніж планувалось (тобто, планували випити 100 мл-200 мл і зупинитись, але не вийшло) або протягом тривалішого часу, ніж давалась обіцянка собі чи іншим до початку вживання (наприклад, вирішили вживати тільки сьогодні, а затягнулось на декілька днів)

2. Спроби контролю : існує постійне/періодичне бажання чи невдалі спроби зменшити і/або контролювати вживання (наявні думки, що потрібен контроль над вживанням; є спроби контролювати ступінь сп'яніння і кількості алкоголю , відбувається перехід на інші види алкоголю)

3. Часові затрати : багато часу витрачається на діяльність, яка необхідна для забезпечення вживання, саме вживання чи відновлення наслідків після вживання (витрачається час на організацію вживання алкоголю, час на вживання і час на вихід з похмілля)

4. Патологічний потяг до вживання : періодично виникаюче, непереборне або важкопереборне бажання вживати алкоголь (свідоме бажання чи напівсвідома потреба в алкоголі, де робляться кроки до вживання і тільки в кінці приходить усвідомлення про зроблене)

11 СИМПТОМІВ ЗАЛЕЖНОСТІ

DSM-5 ТЕСТ НА ВИЗНАЧЕННЯ ЗАЛЕЖНОСТІ

5 Втрата ситуативного контролю- соціальний рівень : вживання в ситуаціях, які призводять до невиконання основних обов’язків на роботі чи вдома або іншим соціальних проблем (вживання відбувається і продовжується, не зважаючи на конфлікти в сім'ї, неналежне виконання обов'язків на роботі та конфлікти з законом)

6 Втрата ситуативного контролю- фізичний рівень : вживання в ситуаціях, коли це небезпечно для здоров’я і життя (керування в стані алкогольного сп'яніння, вживання алкоголю в небезпечних ситуаціях та при наявності хронічних хвороб)

7 Нехтування альтернативними зацікавленнями : важливі соціальні, професійні та розважальні заходи припиняються, скорочуються або витісняються залежною поведінкою (відмова від хобі, спілкування, духовного та інтелектуального розвитку, здорового харчування, хороших звичок, активного відпочинку)

8 Посилення соціальних проблем : наявність постійних чи періодичних проблем в соціальних чи міжособистісних стосунках, які викликані чи погіршились внаслідок залежної поведінки (конфлікти з партнером, батьками, дітьми, друзями, роботодавцями, клієнтами та сусідами)

11 СИМПТОМІВ ЗАЛЕЖНОСТІ

DSM-5 ТЕСТ НА ВИЗНАЧЕННЯ ЗАЛЕЖНОСТІ

9 Посилення фізичних/психологічних проблем зі здоров'ям : постійні симптоми фізичних або психологічних проблем або ті симптоми,які періодично повторюються і пов'язані з вживанням алкоголю (наприклад, проблеми з тиском, рівнем цукру, з серцем, з печінкою , з ШКТ та тому подібне; депресивні / тривожні прояви і т.д.)

10 Підвищення толерантності : збільшується потреба в кількості алкоголю для досягнення попереднього ефекту чи/і помітно зменшився ефект від попередньої кількості в порівнянні з початком виникнення залежної поведінки (з часом відбувається збільшення дози алкоголю для досягнення розслаблення, радості, підвищення енергії, комунікабельності, сміливості, нових ідей і т.д.)

11 Синдром відміни (абстинентний синдром) : поганий психологічний/вегетоневрологічний/фізичний стан після вживання алкоголю або при спробі зупинити вживання (після припинення вживання або зменшення кількості алкоголю фізичний і психологічний стан погіршується: порушується сон, з'являється тремор рук чи інших частин тіла, наявна підвищена пітливість, пришвидшене серцебиття, перебої в роботі серця, важкість у правому підребер'ї, відчувається дратівливість, депресивні стани, страхи, переживання)

РІВЕНЬ ВАЖКОСТІ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ

ЛЕГКИЙ

якщо за останні 12 місяців залежної поведінки були присутні 2-3 симптоми

СЕРЕДНІЙ

якщо за останні 12 місяців залежної поведінки були присутні 4-5 симптоми

ВАЖКИЙ

якщо за останні 12 місяців залежної поведінки були присутні більше 6ти симптомів

ЯКЩО ВИ ВИЯВИЛИ БІЛЬШЕ 2 СИМПТОМІВ У СЕБЕ ЧИ БЛИЗЬКОЇ ЛЮДИНИ, РЕКОМЕНДУЄМО ЗВЕРНУТИСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦІЄЮ ЗАДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ВІД УЗАЛЕЖНЕННЯ.

ЯКЩО У ВАС ЧИ БЛИЗЬКОЇ ЛЮДИНИ, Є 4 СИМПТОМИ ТА БІЛЬШЕ, ЗАПРОШУЄМО НА ТЕРАПІЮ.
БУДЬ ЛАСКА, ЗВЕРНІТЬСЯ ДО МЕНЕДЖЕРА, ЩОБ ДІЗНАТИСЬ БІЛЬШЕ ТА УЗГОДИТИ ДЕТАЛІ.