

ZORGPAD MILDE VERSLAVING SGGZ

Wat is een milde verslaving?

Een verslaving kan er voor iedereen anders uitzien. Dit is bijvoorbeeld afhankelijk van de stof waar iemand aan verslaafd is, dit kan variëren van nicotine en alcohol tot (zware) drugs, of soms aan bepaalde medicijnen. Soms kan je echter ook verslaafd zijn aan een handeling of activiteit, zoals gamen of seks.

We spreken van verslaving als er sprake is van afhankelijkheid van een middel of activiteit, het je leven op een negatieve wijze beïnvloed of als je last hebt van onttrekking als je het middel niet neemt of de activiteit niet kan uitvoeren.

Bij een milde verslaving heb je het gebruik nog wel zo ver in de hand dat je op de meeste levensgebieden zoals werk of relatie nog wel kan functioneren.

Milde verslaving : klachten en symptomen

Vaak gaat een verslaving samen met andere problemen:

- somberheid
- slaapproblemen
- werkproblemen
- Financiële problemen
- relatieproblemen

