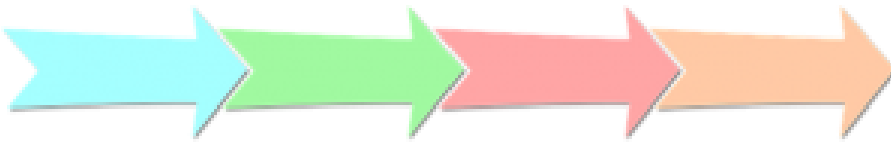


Uzależnienie a nałóg różnice

Uzależnienie zaczyna się niewinnie. I często nic nie wskazuje na to, że kolejny kieliszek wina lub wódka pita w towarzystwie przy kolejnej okazji mogą być początkiem naprawdę groźnego uzależnienia. Z którego, aby wyjść trzeba będzie podjąć [leczenie alkoholizmu prywatnie](#). Warto zawsze mieć w głowie jak wyglądają etapy uzależnienia, by móc w porę zareagować.



Wyróżnia się cztery etapy uzależnienia. Poniżej pokrótce opiszemy każdy z nich.

Etap picia towarzyskiego

Picie zaczyna sprawiać niekłamana przyjemność. Osoba zyskuje większą tolerancję na alkohol i ma na niego coraz większą ochotę.



Etap ostrzegawczy

To moment, gdy szuka się coraz częstszych okazji do picia. Alkohol jest ucieczką od problemów i uwalnia napięcie. Od razu po wypiciu pojawia się lepsze samopoczucie. Osoba inicjuje kolejki, ale także zaczyna pić w samotności oraz lecząc kaca.

Najlepiej już w tym etapie przejść krótką [terapię uzależnienia alkoholowego](#), aby ono się nie nasiliło.



Etap krytyczny

To moment, gdy alkohol wkracza z butami w życie uzależnionego. Rozpoczyna się zaniedbywanie życia zawodowego i rodzinnego. Mogą pojawić się konflikty z prawem. Wzrasta poziom agresji. Osoba składa przysięgi abstynencji, obiecuje poprawę, by po pewnym czasie znów sięgnąć po kieliszek. Pojawia się pustka, brak sił, bezradność.



Etap chroniczny

Uzależniony pije o każdej porze dnia, nawet rano. Drastycznie spada tolerancja na alkohol. Rozpadają się więzi rodzinne. Następuje otępienie alkoholowe, psychozy, padaczka alkoholowa. To faza niezwykle niebezpieczna dla zdrowia i życia uzależnionego. Człowiek upija się w samotności, wydłużają się okresy pijaństwa. Jedynym celem w życiu staje się alkohol.

Różnica między uzależnieniem a nałogiem?

Nałóg definiuje się jako szkodliwe dla zdrowia przyzwyczajenie. Jest to na przykład palenie papierosów. Uzależnienie to taka zależność od czegoś, która uniemożliwia normalne funkcjonowanie w przypadku braku. Uzależnienie jest bardzo niebezpieczne i może prowadzić nawet do śmierci. Uzależnienie to choroba chroniczna, której nie da się wyleczyć, lecz tylko uśpić i złagodzić skutki.