

Залежність/залежність

У Німеччині залежність - це **хвороба**, а не особиста слабкість чи особиста невдача. Наркоманія або залежність також не є питанням провини. Це хвороба, і ви можете отримати допомогу: наприклад, медичну допомогу та/або консультацію.

Від чого можна стати залежним? До них відносяться, наприклад:

- Алкоголь, нікотин, канабіс, ліки (так звані залежності, **пов'язані з речовинами**)
- Інтернет, розлади харчової поведінки, мобільні телефони, залежність від азартних ігор (так звані не пов'язані з психоактивними речовинами залежності).
- Ви можете стати емоційно (психологічно) та/або фізично (фізично) залежними.

Перехід від "нормального вживання" до звикання або залежності від "чогось" нелегко розпізнати. Він часто розвивається повільно і протягом тривалого часу. Саме тому він є небезпечним.

- Коли закінчується нормальне вживання речовини?
- Де починається зловживання?
- Коли наркотик стає звичним?
- Звідки починається залежність/залежність?

Майже в кожному муніципалітеті є консультаційні центри для людей з проблемами залежності/наркоманії.

Там працюють кваліфіковані та досвідчені консультанти.

Туди можуть звертатися навіть самі постраждалі, їхні родичі та батьки.

Їх інформація **завжди** розглядається конфіденційно. Як і лікарі, співробітники зобов'язані зберігати конфіденційність. Ваша інформація не буде передана нікому, навіть поліції, навіть якщо вона стосується нелегальних наркотиків".

Якщо у вас виникли питання про залежність або вам потрібна допомога, зверніться до сімейного лікаря або дізнайтеся, де знаходиться консультаційний центр для наркозалежних.

📍 Ось деякі контакти консультаційних **центрів для наркозалежних в окрузі** (це не повний список консультаційних центрів в окрузі)

Консультації в [Бад-Сегеберзі](#)

Наркологічна допомога [Нордерштедт](#)

Наркологічна допомога [в Кальтенкірхен](#)

📍 Консультації з питань виховання дітей і сім'ї та/або наркоманії в Кальтенкірхен:

- [Кальтенкірхен](#)
- Бад-Брамштедт
- [Хенштедт-Ульцбург](#)

💡 Існують також так звані **групи самодопомоги**, в яких залежні люди об'єднуються і підтримують один одного в подоланні своєї залежності. Адреси ви знайдете тут: [Контакти та інформація KIS](#) для груп самодопомоги

💡 Ви як батьки бачите, що ваша дитина змінюється, і вас турбує, що це якось пов'язано з наркотиками та залежністю? Інформація [тут](#)

💡 [Пояснювальне відео для біженців](#) (видавець: Hessische Landesstelle für Sucht - Fragen e.V. (HLS))

💡 Багатомовне коротке відео на тему [алкоголю](#)