

Verslavingen

Kenmerken

Het woord 'verslaving' wordt soms te makkelijk gebruikt. Bij verslaving gaat het om *langdurig, steeds terugkerend* en *dwangmatig* (iemand heeft het niet meer onder controle) gebruik of gedrag.

Alcoholverslaving is de bekendste en meest voorkomende verslaving. Maar andere middelen kunnen ook tot verslavingen leiden, zoals heroïne, cocaïne, amfetamine en medicijnen. Hoewel het effect van deze middelen verschilt, hebben alle verslavingen gemeen dat ze het beloningscentrum in de hersenen beïnvloeden. Voor alcohol of drugs geldt dat zo sterk dat andere zaken of activiteiten minder waarde krijgen.

Hoe vaak komt het voor?

In totaal zijn er ruim 2 miljoen Nederlanders die in meer of mindere mate verslaafd zijn aan bijvoorbeeld alcohol, cannabis, medicijnen, harddrugs, internet gamen of gokken. Honderdduizenden Nederlanders zijn verslaafd aan medicijnen (voornamelijk slaap- en kalmeringstabletten) of alcohol. In 2014 zochten ruim 67.000 mensen hulp bij de verslavingszorg; 46 procent daarvan voor problemen met alcoholgebruik.

Herkennen van verslavingen

De symptomen en problemen kunnen sterk verschillen per verslaving. De meeste verslavingen geven problemen op school of bij het (zoeken van) werk. Twee derde van degenen die hulp zoeken bij de verslavingszorg is werkloos. Het meest voorkomende en makkelijkst te herkennen symptoom is een dranklucht. Verder kan iemand zich anders gedragen dan gebruikelijk; bijvoorbeeld verward (GHB), agressief (cocaïne) of lusteloos (cannabis). Ook problemen ontkennen is een belangrijk kenmerk van een verslaving. Iemand zal vaak overduidelijk gebruik wel toegeven, maar bagatelliseren ('gewoon een paar biertjes gedronken met wat vrienden').

Aanwijzingen voor de omgang bij verslavingen

Het stigma bij verslaving is heel groot, omdat het vaak wordt gezien als iemands eigen schuld.

Onderzoeken laten steeds meer zien dat dat onterecht is: verslavingen ontstaan door een complex samenspel van factoren. Onthoud je daarom van oordelen, meningen en adviezen over de verslaving van bewoners. Het kan lastig zijn om daar niet in te vervallen als je ziet dat de problemen zich bij iemand opstapelen door het gebruik, maar ze werken averechts. Belangrijk is dat je aandachtig luistert hoe iemand zijn gebruik ervaart. Moedig iemand zo nodig aan om contact op te nemen met zijn huisarts of met verslavingszorg. Zie het hulpmiddel sociale kaart en de onderstaande link naar GGZ-interventies voor meer informatie.