

# Uzależnienia behawioralne – współwystępowanie innych zaburzeń psychicznych

## Czym są uzależnienia behawioralne?

Problem różnych form uzależnień we współczesnym świecie bardzo dynamicznie narasta. Obraz kliniczny pacjentów zgłaszających się do gabinetów psychoterapeutycznych i psychiatrycznych jest dość często bardzo złożony i wymaga wnikliwego namysłu diagnostycznego, który umożliwia ustalenie najbardziej adekwatnego postępowania terapeutycznego. Aktualnie w szybkim tempie przybywa osób uwikłanych w różnego rodzaju **uzależnienia behawioralne** (od czynności), których można wymienić bardzo dużo. Do najczęstszych należą uzależnienie od hazardu, nowych mediów (komputer, smartfon, tablet), gier komputerowych, seksu, zakupów, ćwiczeń fizycznych, opalania się i inne. U podłoża każdego uzależnienia leży potrzeba regulowania stanów emocjonalnych poprzez używanie **substancji psychoaktywnej** (alkoholu, leków, narkotyków, dopalaczy, nikotyny) lub wymienionych powyżej **zachowań nałogowych**.

## Uzależnienia behawioralne a zaburzenia psychiczne

Sytuacja diagnostyczna i terapeutyczna komplikuje się gdy oprócz objawów uzależnienia występują inne objawy klasyfikowane w grupie zaburzeń psychicznych. W trakcie pierwszych spotkań diagnostycznych zazwyczaj trudno jest określić, który objaw jest przyczyną, a który następstwem problemów danego pacjenta. Nie jest też konieczne, aby na to pytanie odpowiadać we wczesnych fazach leczenia. Jednak całościowe widzenie problematyki pacjenta sprzyja efektom działań leczniczych.

### Patologiczny hazard

Badania nad współchorobowością u pacjentów z uzależnieniami behawioralnymi pokazują, że w przypadku uzależnienia od **patologicznego hazardu** bardzo często współwystępują zaburzenia osobowości, epizody maniakalne, uzależnienia od substancji psychoaktywnych, zaburzenia depresyjne, zaburzenia lekowe, ADHD. Pacjent może mieć również tendencje samobójcze, dużą skłonność do zachowań impulsywnych i ryzykownych.

### Uzależnienie od nowych mediów

W przypadku pacjentów korzystających patologicznie z **nowych mediów** dość często diagnozuje się zaburzenia depresyjne, zaburzenia hipomaniakalne, dwubiegunowe zaburzenia nastroju, zaburzenia osobowości, objawy dysocjacyjne, różnego rodzaju natręctwa.

## Patologiczna hiperseksualność

Z kolei w przebiegu **patologicznej hiperseksualności** zaobserwować można również nadużywanie substancji psychoaktywnych, zaburzenia lękowe i depresyjne, osoba może mieć znaczną trudność z kontrolą impulsów, mogą występować również zaburzenia osobowości i ADHD.

## Podsumowanie

Złożoność obrazu klinicznego wymaga niejednokrotnie długoterminowego postępowania psychoterapeutycznego, włączenia odpowiedniego leczenia farmakologicznego oraz działań psychoedukacyjnych skierowanych zarówno do pacjenta uzależnionego, jak również jego bliskich.

*Opracowała mgr Jolanta Ryniak, na podstawie: Habrat B. Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane nałogi behawioralne. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2016.*