



## ZADANIA DO ROZWIĄZANIA

1. Wyjaśnij, czym są uzależnienia.
2. Wskaż różnice między uzależnieniami chemicznymi i behawioralnymi.
3. Omów skutków spożycia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy i narkotyków.
4. Poszukaj w internecie i przedstaw dane statystyczne dotyczące uzależnień młodzieży w Polsce od substancji psychoaktywnych.
5. Omów wpływ substancji psychoaktywnych na sprawność kierowcy.
6. Wymień zasady odpowiedniego stosowania leków i suplementów diety.
7. Wyjaśnij zjawisko siecioholizmu.
8. Omów zagrożenia związane z hazardem.

## PODSUMOWANIE LEKCJI

- Uzależnienie zaburza prawidłowe funkcjonowanie organizmu człowieka, jest spowodowane koncentracją na wykonywaniu jakiejś czynności, bądź zażywaniu konkretnego środka. s. 217
- Osoba uzależniona zażywa dany środek nie dlatego, że chce to robić, lecz dlatego, że kieruje nią wewnętrzny przymus przyjęcia substancji. Stan uzależnienia obejmuje wszystkie sfery funkcjonowania człowieka, a w konsekwencji, gdy osoba nie zostanie poddana terapii, w sposób nieuchronny prowadzi do dezintegracji społecznej i utraty zdrowia. s. 217
- Uzależnienia chemiczne (od substancji psychoaktywnych) – uzależniać mogą: tytoń, alkohol, dopalacze, leki, narkotyki itp. s. 217
- Wszystkie narkotyki ograniczają zdolność do bezpiecznego kierowania pojazdem, a ich zażywanie jest bezwzględnym przeciwwskazaniem do jego prowadzenia. Za dopuszczenie się tego typu czynności grożą takie same konsekwencje prawne, jak w przypadku jazdy samochodem pod wpływem alkoholu. s. 223
- Uzależnienia behawioralne (przymus wykonywania określonych czynności) – można się uzależnić od: internetu, komputera, telefonu, zakupów, seksu, hazardu, pracy, autoagresji. s. 225