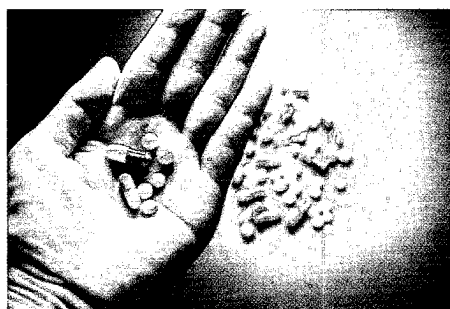




Zasady stosowania leków:

- Leki kupuj w aptece.
- Przed użyciem leku zapoznaj się z treścią ulotki dołączonej do opakowania. Znajdują się w niej istotne dla pacjenta informacje, takie jak: wskazania terapeutyczne, przeciwwskazania, środki ostrożności, interakcje, dawkowanie, działania niepożądane, data ważności, sposób przechowywania produktu oraz dane producenta.
- Leki przechowuj w oryginalnych opakowaniach.
- Leki przechowuj w miejscu i temperaturze określonej przez producenta.
- Leki przechowuj w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- Nie oddawaj swoich leków innym osobom i nie bierz od nich leków, które na dane schorzenie zapisał lekarz komuś innemu. Na ciebie dany lek może zadziałać inaczej.
- Stosowanie w ciąży jakiegokolwiek leku powinno być skonsultowane z lekarzem prowadzącym ciążę.



Przyjmując leki, zachowaj środki ostrożności.

Środki ostrożności, których należy pamiętać, stosując leki:

- Leki popijaj wodą.
- Stosuj się do zaleceń producenta co do spożywania leku z posiłkami (w trakcie, przed lub po posiłku).
- Podczas stosowania leków nie spożywaj alkoholu.
- Po spożyciu niektórych leków nie wolno prowadzić samochodu.
- Pamiętaj, że niektóre leki wchodzi w interakcję z dymem papierosowym.
- Przed zażyciem leku sprawdź, czy jest właściwy i w odpowiedniej dawce.
- Jeżeli stosujesz stale jakieś leki, to zawsze informuj o nich lekarza lub farmaceutę – w ten sposób zmniejszysz ryzyko wystąpienia interakcji.
- Nie nadużywaj leków przeciwbólowych – w przypadku przewlekłego bólu udaj się do lekarza.

Uzależnienia behawioralne

Obecnie **uzależnienia behawioralne** stają się coraz powszechniejszym problemem. Jako ich przyczyny wskazuje się postęp cywilizacyjny i rozwój społeczny. Uzależnienie od czynności jest traktowane jako uzależnienie od popędów, na przykład od uprawiania hazardu czy gier komputerowych, internetu, jedzenia, pracy, zakupów. Katalog takich zachowań ciągle się poszerza. Do uzależnień behawioralnych należą między innymi: sieciologizm, fonologizm czy zakupologizm.

Osoba uzależniona zachowuje się kompulsywnie – stale odczuwa przymus wykonywania jakiejś czynności, któremu ulega, nie jest w stanie nad nim zapanować. Celem takiego zachowania jest zredukowanie złego samopoczucia i wewnętrznego napięcia. W tym przypadku można mówić o uzależnieniu psychicznym (niesubstancjalnym), a o patologii świadczy przejawianie dużego zapotrzebowania na wykonywanie tych czynności, ich częstotliwość i intensywność. Natóg w negatywny sposób wpływa na wiele obszarów funkcjonowania uzależnionego, ma charakter autodestrukcyjny.

Uzależnienia
behawioralne

