



В последние годы появляется все больше сообщений о том, какое негативное влияние на организм человека может оказывать зависимость от азартных игр. В медицине данная форма зависимости называется лудоманией и считается отклонением, лечение которого требует комплексного подхода. При этом проще всего справиться с данной формой зависимости на ранней стадии ее развития, однако довольно часто этот момент бывает упущен. Чтобы избежать перехода заболевания в более тяжелую форму, необходимо знать его основные симптомы и при первом их проявлении обратиться за помощью к специалистам.

Первым делом необходимо отметить, что специалисты уже определили, что за игрой без отрицательных последствий для состояния организма можно проводить не более часа в день. При этом нужно понимать, что лудомания формируется далеко не у каждого игрока, однако подобное развлечение может оказать влияние на любого человека. Поэтому очень важно внимательно следить за своим состоянием и сокращать время, проводимое за любимым развлечением, при первых признаках опасности. Кроме того, не стоит рассчитывать на то, что при стойких симптомах лудомании можно обойтись сокращением времени игры – в этом случае необходима помощь специалистов.

Одним из первых признаков формирования игровой зависимости считается нарушение сна и появления сложностей с утренним подъемом. В большинстве случаев это актуально для тех, кто предпочитает проводить за любимым развлечением вечерние часы, или засиживаться за игрой до поздней ночи. Нередко любители азарта стараются засыпать с помощью сигареты или алкоголя, однако, такой подход является серьезной ошибкой, поскольку не успокаивает нервную систему, а возбуждает ее. В этом случае нужно как можно скорее обратиться за помощью к терапевту, чтобы с его помощью найти оптимальное решение сложившейся проблемы.

Головная боль является очень распространенным симптомом для многих жителей крупных городов и часто бывает вызвана недостатком сна или же напряженным

Симптомы игровой зависимости

Автор: Administrator

31.07.2017 23:41 - Обновлено 31.07.2017 23:46

рабочим графиком. Однако нередко ее причиной становится слишком большое количество времени, проводимого за играми в онлайн-казино. Чтобы определить, связаны ли приступы головной боли с игрой, рекомендуется делать [ТУТ](#) длительные перерывы. Также азартными развлечениями могут быть вызваны проблемы с пищеварением, не связанные с изменениями в рационе и режиме питания. При возникновении одного либо нескольких подобных симптомов следует отправиться на прием к врачам, что позволит в дальнейшем избежать серьезных последствий.