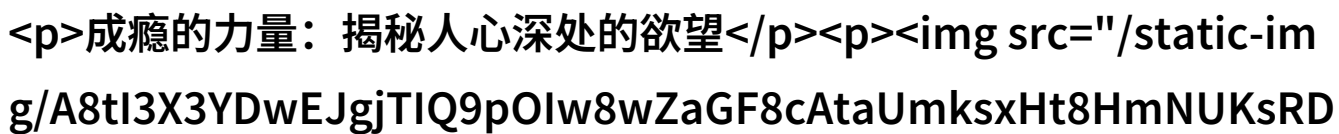


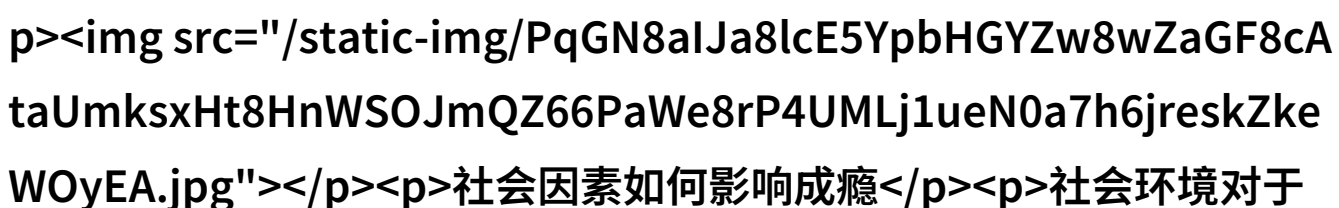
成瘾的力量揭秘人心深处的欲望

成瘾的力量：揭秘人心深处的欲望



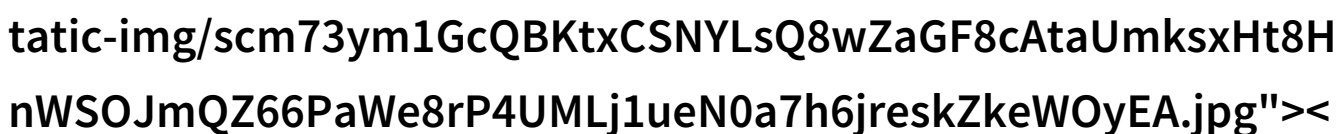
成瘾背后的神经生物学机制

成瘾是一种复杂的心理行为问题，其产生与大脑中多个系统的协同作用有关。研究表明，特定的脑区如大脑奖励系统中的伏隔核和海马体在成瘾过程中扮演着关键角色。这些区域负责处理愉悦感、记忆以及情绪反应。当个体进行某项活动时，如吸烟或饮酒，这些区域会被激活，并释放出能量物质，如多巴胺，产生强烈的愉悦感。随着时间的推移，这种感觉可能导致个体对相关行为形成依赖，从而陷入恶性循环。



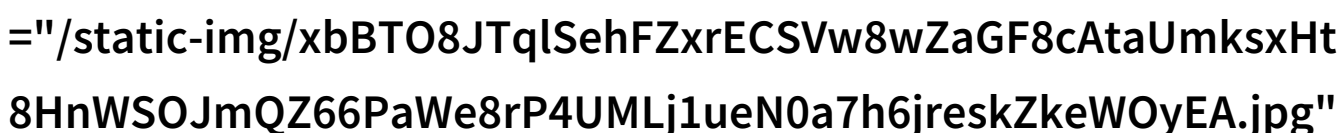
社会因素如何影响成瘾

社会环境对于个人是否容易陷入成瘾具有重要影响。家庭背景、社会支持网络以及文化价值观都可能是决定一个人的健康习惯和风险行为倾向性的关键因素。在缺乏正面引导和适当监管的情况下，年轻人更容易受到不良环境和社交压力的影响，从而尝试并沉迷于有害物质。



个人心理特征与成瘾之间的联系

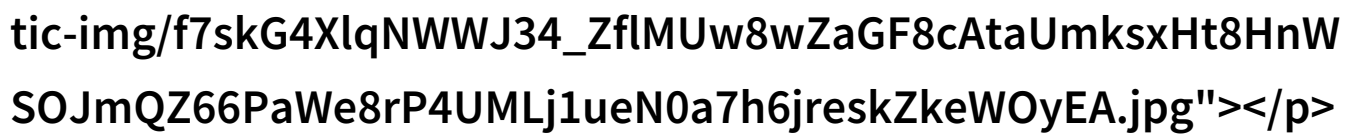
研究显示，有些人的心理特征，比如焦虑、抑郁或自尊问题，更容易使他们对某些活动产生过度依赖。此外，对危险刺激的追求，以及对控制感的一种渴望，也常常与成瘾现象相联系。这意味着有些人可能通过逃避自己的内在问题来寻找暂时性的安慰，而这往往导致长期的问题累积。



成瘾如何损害身体健康

长期坚持某种习惯性行为，无论其是否为“有害”，都会对身体造成严重伤害。如果这种行为涉及

药物使用，那么它可以迅速破坏免疫系统，使得身体变得脆弱，对疾病更加易受侵袭。而非药物类型的成瘾，如过度工作或暴食，也可能导致诸如心血管疾病、高血压、肥胖等健康问题。



复苏治疗策略及其效果评估

复苏治疗通常包括药物疗法和精神疗法两部分，以帮助患者摆脱依赖状态。在选择合适治疗方法时，医生将考虑患者的情形、所需恢复程度以及潜在的心理障碍。有效治愈需要一系列持续且连续的人格干预措施，同时提供必要的心理支持以帮助患者重新建立正常生活方式。

预防策略与社区参与

预防是阻止早期阶段发展为更严重形式的一个有效途径。通过教育公众关于各种风险因素，以及鼓励他们采取积极生活方式，可以显著减少新案例发生率。此外，社区参与计划可以提高人们认识到自己身边存在的问题，并促使他们采取行动来改善周围环境，以减少未来的可怕后果。

[下载本文pdf文件](/pdf/937601-成瘾的力量揭秘人心深处的欲望.pdf)