

اعتیاد به قمار بازی و نحوه درمان آن

تاریخ بروزرسانی: ۲۸ خرداد ۱۴۰۱

اختلال اعتیاد به قمار مانند هر اعتیاد دیگری، رفتاری عادت گونه است که با وسواس فکری و وابستگی شدید از لحاظ هیجانی و ذهنی همراه است. اعتیاد به قمار بسیار گسترده است و دو نوع پر طرفدار آن اعتیاد به شرط بندی و اعتیاد به پوکر میباشد. احتمالاً این موضوع را لمس کرده اید که افراد درگیر با قمار، بیشتر وقت و پول خود را صرف بازی های بی انتها و نامعلومی میکنند که در بیشتر مواقع باعث چالشهای بسیار بزرگ برای خود و دیگران میشوند. نکته بسیار مهم، عدم امکان درمان اعتیاد به قمار به تنهایی است. شما بدون کمک حرفه ای امکان درمان اعتیاد به قمار را ندارید و تنها پس از هر بار ترک ناموفق، انگیزه خود را برای ترک شرط بندی ورزشی یا ترک اعتیاد به پوکر یا سایر بازی ها کمتر میکنید. در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر مقاله «انواع دیگر قمار» را مطالعه کنید. همچنین به شما پیشنهاد میکنیم جهت خواندن خاطرات افراد درگیر با قمار انتهای همین مقاله را مطالعه بفرمایید.

در این مقاله به این موارد نیز خواهیم پرداخت:

- مرکز تخصصی ترک قمار
- روانشناسی قمار
- مضرات قمار و عوارض قمار
- ترک اعتیاد به سایت های شرط بندی
- راه حل ترک قمار اینترنتی
- عاقبت قمار بازی
- تجربیات قمار بازان
- چگونگی درمان اعتیاد به قمار
- اختلال قمار یا اعتیاد قمار

قمار چیست؟

قمار در برگیرنده یک چیز با ارزش (معمولاً پول) در فعالیت یا رویدادی است که عاقبت آن معلوم نیست و به شکل عادت رفتاری و عدم کنترل فرد بر روی بازی برچسب زده و تشخیص گذاری میشود. این ریسک با این امید قبول میشود که بلافاصله با پاداشی همراه باشد. البته گاهی مهارت یا شانس میتواند در آن دخیل باشد؛ هر چند در انتها پول برده شده نیز صرف قمار مجدد یا خرید چیزهایی میشود که تنها برای دیده شدن فرد از جانب سایرین صورت میگیرد. در این صورت شما چه برنده باشید و چه بازنده، در نهایت بازنده محسوب میشوید.

انواع بازی های رایج در قمار

امروزه انواع رایج قمار شامل بازیهای کازینو، ماشین های اسلات و پوکر اوماها یا پوکر تگزاس هولدم، قمار از طریق اینترنت، لاتاری، مسابقات اسب دوانی و شرط بندی روی تیم های ورزشی از قبیل فوتبال آمریکایی یا بیس بال و بازی انفجار است. انواع دیگر قمار شامل شرط بندی روی مهارت های فردی، پیش بینی های مربوط به املاک و تجارت بازار سهام و یا اعتیاد سرمایه گذاری است.

چه کسی معتاد به قمار محسوب می شود؟

معتاد به قمار شخصی است که وقت و پول خود را صرف قمار به طریقی میکند که برای وی مضر است. کسی که شدیداً اعتیاد به قمار دارد، به عنوان یک قمار باز اجباری یا پاتولوژیک شناخته میشود.

علامتهای اصلی اعتیاد به قمار

- از دست دادن کنترل نسبت به قمار
- دروغ گویی مکرر
- قرض گرفتن پول
- عدم بینش به مشکل خود
- ترک کردن های چند ماهه و بازگشت دوباره
- عدم کنترل تکانه
- ایجاد مشکلات خانوادگی و زناشویی

انواع از دست دادن کنترل قمار

۱. قمار اوج خواهد گرفت، چرا که شخص برای حفظ سطح بخصوصی از هیجان یا کوشش در جهت بردن و در نتیجه پس گرفتن پول خود به قبول ریسک های بزرگتری نیاز دارد.
۲. برخی از افراد هنگامی که جلو هستند نمی توانند قمار کردن را متوقف سازند. اگر آنها پولی ببرند، احساس می کنند که با شرط بندی مجدد می توانند پول ببرند. اما سرانجام بخت به آنها پشت می کند و معتادان قمار تا آنجا به قمار ادامه می دهند که همه پولشان بر باد می رود.
۳. آنها کسانی هستند که می گویند دوباره قمار نخواهند کرد، و بدون توجه به این موضوع که تا چه اندازه سخت تقلا کرده باشند که دوباره قمار نکنند، دوباره خود را در حال قمار کردن می بینند. شخص ممکن است معتاد به قمار یا قمارباز پاتولوژیک باشد اما فقط در رابطه با یک نوع قمار مشکل داشته باشد. برای مثال، برخی از معتادان به قمار ممکن است هر هفته یک بلیط لاتاری بخرند و هرگز در رابطه با آن نوع قمار مشکلی نداشته باشند اما در مورد شرط بندی ورزشی دارای مشکلات عمده ای باشند.

تشخیص اعتیاد به قمار

اگر حداقل چهار مورد از موارد زیر را در طول یک سال گذشته تجربه کرده اید، ممکن است به اختلال قمار بازی مبتلا باشید:

- برای رسیدن به هیجان مورد نظر باید با مقادیر فزاینده قمار کنید.
- هنگام تلاش برای کاهش یا توقف قمار، بی قرار یا تحریک پذیر میشوید.
- تلاش های ناموفق مکرر برای کنترل، کاهش یا توقف قمار.
- افکار مکرر در مورد قمار (مانند زنده کردن قمار گذشته یا برنامه ریزی برای قمار آینده).
- اغلب هنگام احساس ناراحتی قمار می کنید.
- دروغ گفتن برای پنهان کردن قمار بازی.
- به خطر انداختن یا از دست دادن یک رابطه نزدیک، شغل، مدرسه یا فرصت شغلی به دلیل قمار.

- اتکا به دیگران برای کمک به مشکلات مالی ناشی از قمار.

افراد مبتلا به اختلال قمار ممکن است دوره هایی داشته باشند که علائم فروکش کند. ممکن است قمار در بین دوره های علائم شدیدتر مشکلی به نظر نرسد. اختلال قمار معمولاً در خانواده ها ایجاد میشود. عواملی مانند تروما و نابرابری اجتماعی، به ویژه در زنان، میتوانند از عوامل خطر باشند. علائم می تواند در اوایل نوجوانی یا در اواخر بزرگسالی شروع شوند. مردان بیشتر در سنین پایین تر شروع میکنند. زنان بیشتر احتمال دارد که در مراحل بعدی زندگی خود قمار را شروع کنند.

برخی از علائم اعتیاد به قمار چیست؟

- قمار بیشتر از آن طول می کشد که در نظر داشته اید.
 - شرط بندی «روی فوتبال» و سپس «تعقیب کردن برد و باخت ها».
 - دروغ گفتن به خانواده یا دیگران در باره اینکه تا چه حد قمار می کنید.
 - از دست دادن اوقات کار یا تعهدات خانوادگی به دلیل قمار.
 - در زمانی که در مورد قمار فکر می کنید، هوش و حواستان از جوانب دیگر زندگی خود منحرف می شود.
- به همان صورت که مشکلات مربوط به قمار بیشتر می شود احساس شرم، تقصیر و افسردگی می تواند افزایش یابد.

تفاوت بین اعتیاد به قمار و یک قمارباز تفریحی یا حرفه ای چیست؟

قماربازان تفریحی بخاطر تفریح قمار می کنند و عموماً این کار را با دوستان خود انجام می دهند که در خارج از ایران رواج دارد. آنها بیش از چیزی که استطاعت باخت آنها دارند به خطر نمی اندازند. آنها باخت را به عنوان قسمتی از بازی می پذیرند و باخت های خود را «تعقیب» نمی کنند. قماربازی آنها در امور مربوط به کار یا زندگی خانوادگی شان دخالتی ندارد. هر چند بسیار از آنها پس از مدتی احتمال درگیر شدنشان با اعتیاد قمار بسیار افزایش می یابد. قماربازان حرفه ای به خاطر درآوردن پول قمار می کنند، نه برای هیجان یا احتراز از مشکلات یا گریختن از آنها. آنها دیسپیلین فوق العاده زیادی از خود نشان می دهند و ریسک های غیر لازم را قبول نمی کنند. آنها معمولاً هنگامی که جلو هستند قمار را متوقف می سازند. آنها در تیم های پوکر بین المللی عضو هستند که تحت نظارت بازی کنند. متأسفانه به دلیل ماهیت قمار پس از اخراج آنها از تیم دچار اعتیاد به قمار می شوند.

بسیاری از معتادان به قمار ادعا می کنند که قماربازان حرفه ای هستند. اما واقعیت این است که قماربازان حرفه ای مسائل و مشکلاتی ندارند که ناشی از قمار باشد. در پایان ماه یا سال، آنها همیشه جلو هستند. در حالی که معتادان به قمار تقریباً همیشه عقب افتاده اند.



اعتیاد به قمار مانند اعتیاد به الکل و مخدر است

این دست از افراد با اجتناب از واقعیت به بازی قمار، مصرف داروها مواد مصرفی مختلف که باعث اعتیاد به الکل و سایر مواد مصرفی می شود. در اینجا نقش سیستم لیمبیک و پاداش لوب تمپورال بسیار پر رنگ است زیرا هر سه مورد به صورت موقت استرس را کم و ناقل های عصبی پاداش مانند دوپامین را زیاد می کنند.

مشکلات خانوادگی در اثر قمار

در اثر از دست دادن های پول های زیاد، جبران های زیاد از سمت همسر یا خانواده و برگشت دوباره فرد به قمار با دلیل تراشی و منطقی سازی کار خود، شرایط را برای خانواده ها بسیار سخت می کند. آنها نه تماماً به خود بلکه به دیگر افراد اطراف خود نیز آسیب می رسانند و می توانند زندگی آنها را نابود کنند.

دروغگویی یکی از اولین معضلات افراد درگیر اعتیاد است که با آن همیشه درگیر هستند.

اعتیاد به قمار مانند هر اعتیاد دیگری نیاز به آموزش های لازم برای خانواده فرد را نیز در بر می گیرد تا بتوانند به صورت علمی به فرد کمک کنند نه احساسی.

علت ریسکهای بعدی در قمار

این افراد همیشه درگیر موانعی هستند که خودشان برای خودشان پیش میاورند و خودتخریبی را انتخاب کرده اند. یکی از معضلات مهم در اعتیاد به قمار زمانهایی برای برد است، در واقع افرادی که درگیر اعتیاد به قمار هستند در برخی از موارد برد را تجربه میکنند و همین برد محرکی برای پیش قدم شدن در اقدامات اعتیادگونه و ریسکهای بعدی در قمار است و فرد معتاد به قمار، به مرور ابزارها و دستاورد های مهمتری در زندگی خود را در میدان برد و باخت میگذارد.

ارتباط قمار و مغز

وقتی که شما به اختلال اعتیاد به قمار مبتلا هستید، ناحیه ای از مغز شما به نام اینسولا ممکن است که بیش از حد فعال شود. این منطقه بیش فعال ممکن است منجر به تحریف فکر شود و باعث شود الگوهای را به طور تصادفی ببینید و قمار را بعد از اشتباهات نزدیک ادامه دهید. مغز شما ممکن است به عمل قمار همانطور که مغز یک سوءمصرف کننده الکل به الکل واکنش نشان میدهد، پاسخ دهد.

درمان اعتیاد به قمار

با درمان مناسب، اعتیاد به قمار قابل کنترل است. برخلاف کسی که اعتیاد به غذا دارد، شما برای زنده ماندن به هدف اعتیاد خود نیاز ندارید. شما فقط باید یاد بگیرید که چگونه یک رابطه سالم و متعادل با پول ایجاد کنید. برای شما مهم است که قمار را بطور کامل ترک کنید، زیرا حتی قمار گاه به گاه، میتواند منجر به وخیم شدن آن شود. یک برنامه بازبازی میتواند به شما در توسعه کنترل تکانه کمک کند. بطور کلی اعتیاد به قمار با روش هایی مشابه سایر اعتیادها درمان میشود.

برنامه توانبخشی بستری

اگرچه اغلب مورد نیاز نیست، برخی از افراد متوجه میشوند که برای غلبه بر اعتیاد به قمار به ساختاری نیاز دارند که توسط یک برنامه بستری در یک مرکز درمانی ارائه شده است. اگر نتوانید بدون کمک، از سایتها یا سایر مکان های قمار اجتناب کنید، این نوع برنامه ممکن است مفید باشد. شما باید برای مدت معینی، از ۳۰ روز تا یک سال کامل، در مرکز درمانی بمانید.

برنامه توانبخشی سرپایی

برنامه های درمانی سرپایی بیشتر توسط افرادی که به قمار اعتیاد دارند، استفاده می شود. در این نوع برنامه، شما در کلاس های یک مرکز شرکت خواهید کرد. همچنین میتوانید در جلسات گروهی و درمان انفرادی شرکت کنید. شما همچنان در خانه زندگی میکنید و در مدرسه، کار یا سایر فعالیت های روزانه شرکت خواهید کرد.

روان درمانی یا درمان شناختی رفتاری

علاوه بر جلسات مشاوره یا پشتیبانی گروهی، ممکن است به درمان انفرادی نیز نیاز داشته باشید. اعتیاد به قمار می تواند ناشی از مسائل عاطفی یا اجتنابی عمیق تر باشد. برای تغییر الگوهای خود ویرانگر، از جمله اعتیاد به قمار، باید با این مسائل اساسی مقابله کنید. مشاوره به شما مکانی برای باز کردن و رسیدگی به این مشکلات میدهد.

دارو

در برخی موارد، ممکن است به دارو نیاز داشته باشید تا به شما در غلبه بر تمایلات قمار خود کمک کند. اعتیاد شما به قمار ممکن است ناشی از یک وضعیت سلامت روانی باشد، مانند اختلال دوقطبی. در این موارد، باید یاد بگیرید که شرایط زمینه ای را مدیریت کنید تا کنترل بهتری بر تکانه داشته باشید.

تغییر سبک زندگی

کنار آمدن با عواقب مالی قمار گاهی اوقات سخت ترین بخش روند بهبودی است. در ابتدا ممکن است لازم باشد مسئولیت های مالی را به همسر یا دوست مورد اعتماد خود بسپارید. همچنین ممکن است لازم باشد از مکان ها

و موقعیت هایی که می توانند تمایل شما به قمار را تحریک کنند، مانند سایت های قمار یا رویدادهای ورزشی اجتناب کنید.

اعتیاد به قمار مانند هر اعتیاد دیگری قابل درمان است، رفتار درمانی و بخصوص CBT که بهترین رویکرد روان درمانی جهت پایان دادن به قمار است، در مرکز مشاوره مکث انجام میشود. همچنین روانکاو کوتاه مدت به دلیل رجوع به گذشته، کودکی و قبول پذیرش و مسئولیت رفتار در هر انسانی باعث میشود فرد مسئولیت رفتار خود را بپذیرد و از خود تخریبی خود را حفظ کند. در همین راستا رفتار درمانی، یعنی جایگزینی رفتارهای مناسب با الگوهای رفتاری نامناسب میتواند تاثیرگذار باشد. گروه درمانی اعتیاد به قمار یکی دیگر از روشهای بسیار کاربردی است. شما میتوانید جهت ثبت نام در گروه درمانی ترک اعتیاد به قمار با مرکز مشاوره مکث تماس حاصل کنید. لازم به ذکر است که در گروه درمانی، شما میتوانید از نام مستعار خود استفاده کنید.

بهترین روش برای درمان اعتیاد به قمار

بهترین روش برای درمان اعتیاد به قمار که همراه با ماندگاری باشد به این شکل است:

- جلسه ارزیابی اولیه توسط روانشناس بالینی
- انجام تست های تشخیصی برای شناخت بیشتر مراجع
- انجام جلسه برای تعیین پروتکل درمانی توسط روانشناس و روانپزشک
- شروع جلسات روان درمانی
- دارو درمانی توسط روانپزشک در صورت نیاز
- پس از اتمام تعداد جلسات مورد نیاز درمان می تواند قطع شود
- چک کردن داروها با روانپزشک و قطع مصرف آنها زیر نظر روانپزشک

انواع قماربازان

۱. قماربازان تفریحی

قماربازان تفریحی که قمار کردن را برای تفریح، سرگرمی، در فواصل مشخص و با احتمال باخت و یا برد مشخص انجام میدهند. این دسته از افراد پیش از آنکه به قماربازان حرفه ای تبدیل بشوند، به صورت تفریحی و با حساب ضرر و زیان مشخص خود را در وادی قمار کردن قرار میدهند. هر چند پس از مدتی در دام اعتیاد به قمار می افتند زیرا روند بازی کردن آنها به صورت ریتمی شکل و با بازه های زمانی مشخص در می آید که به صورت تدریجی فواصل زمانی در آنها کمتر و کمتر می شود.

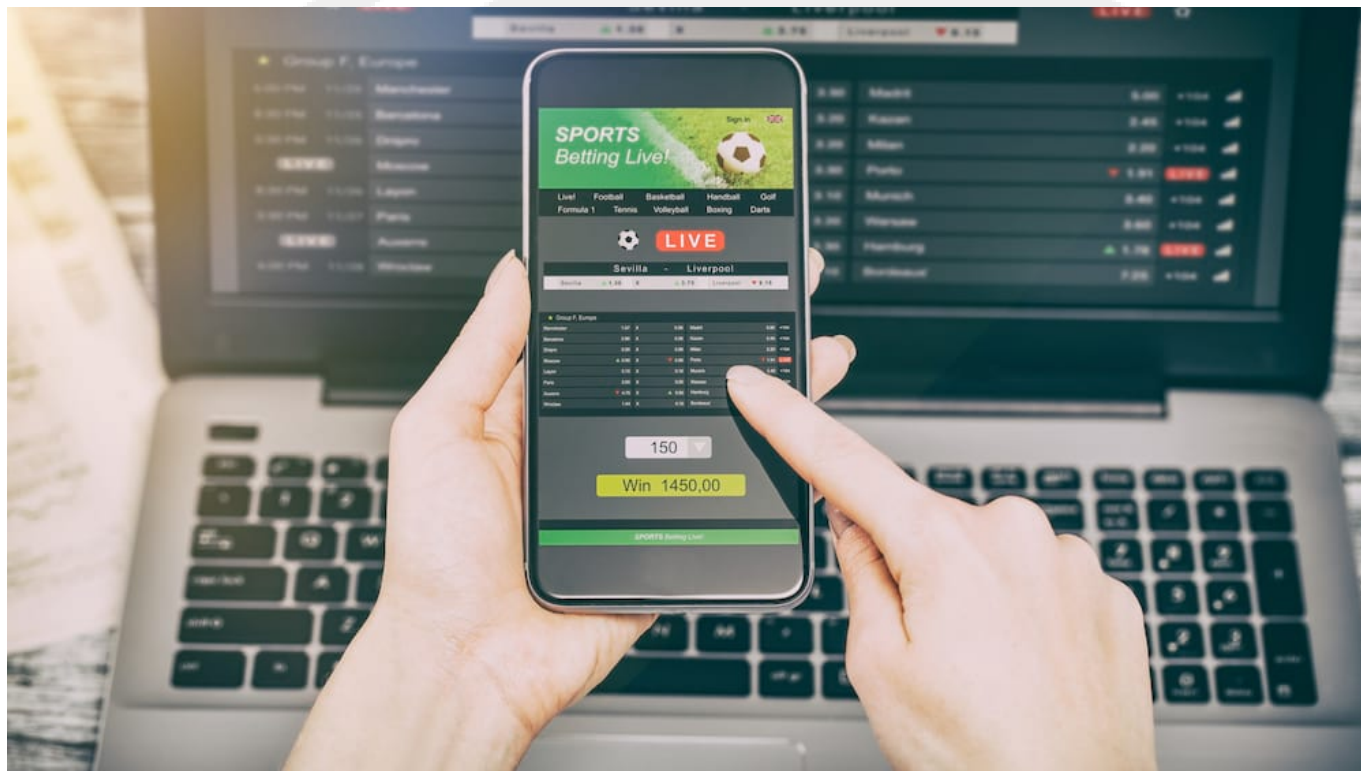
۲. قماربازان حرفه ای

قماربازان حرفه ای که به صورت حرفه ای و با احتساب بردهای کلان و یا باخت های کلان خود را در مرحله قمارهای بزرگ و ریسکی قرار میدهند. این افراد در شرایطی که امکان باخت بزرگ و متضرر شدن عظیمی برایشان باشد، خود را کنار میکشند و در فرصت هایی مناسب اقدام میکنند. این دسته افراد عضو گروه های تخصصی پوکر هستند که در ایران همپین چیزی وجود ندارد.

۳. قماربازان بر اساس اختلال قمار (پاتولوژیک)

این افراد به دلیل اعتیاد به ماهیت رفتار اعتیاد گونه (قمار) مشغول قمار کردن میشوند و در خیلی از موارد برد و باخت هایی عظیم برایشان مرحله ایی از زندگیشان محسوب میشود و میتوانند به راحتی هر آنچه را که دارند در اعتیاد به قمار ببازند و تصمیم های تکانه ایی و یکباره درباره رفتار خود داشته باشند.

این افراد در برابر هجوم رفتارهای اعتیاد گونه و تکانه ایی نمیتوانند از خود کنترلی داشته باشند و مدام درگیر پاسخ سریع به اختلال رفتاری خود هستند که به همین نحو آنها را در دام اعتیاد به قمار میاندازد.



بیماری های همراه با قمار بازان

قمار بازی بیمارگون هم ابتدایی قابل توجهی با اختلالات خلقی (بخصوص افسردگی اساسی، وسواس فکری و اختلالات کنترل تکانه.

آسبب شناسی این موضوع بر مبنای DSM5 چندین عامل امکان ایجاد این اختلال را دارند.

1. دست دادن والدین به علت مرگ، جدایی، طلاق یا ترک منزل قبل از اینکه بیمار به سن ۱۵ سالگی رسیده باشد.
2. انضباط نامناسب والدین و تأکید خانواده بر نمادهای مالی و عدم تأکید خانواده بر روی پس انداز.

شیوع طول عمر انواع قمار

A. شرط بندی ورزشی

- شرط بندی ورزشی ۳/۴۴
- ورزشهای همراه با کارت شرط بندی ۸/۵
- شرط بندی روی مسابقات اسب دوانی، سگ و یا جدال سگها و خروسها ۲۵

B. سایر انواع قمار که مستلزم مهارت‌های روانی یا جسمانی است

- ورق بازی ۸/۳۵
- بلیارد ۷/۲۲
- شرط بندی روی سرمایه گذاری های پرخطر ۴/۸
- قمار اینترنتی ۱
- دبلنا / اعداد ۲/۶۲

C. انواعی از قمار که عمدتاً مبتنی بر شانس هستند

- ماشین های قمار (مانند پوکر ویدیویی) ۱/۲۶
- ماشین های شکاف دار (بینگو / بلیط های قمار بازی) ۹/۴۸
- بازی انفجار که به تازگی در ایران رواج زیادی پیدا کرده است

آیا قمار یک بیماری محسوب میشود؟

نکته مهم در افرادی که مشغول به قمار هستند این است که تشخیص اعتیاد به قمار در آنها واضح شود. از آنجایی که قمار به نوعی اختلال محسوب میشود، اما اگر هر رفتاری در پرسه عادت و اجبار به انجام قرار بگیرد، این اختلال اعتیاد به قمار نیز خوانده میشود که از لحاظ علمی همان اختلال قمار صحیح است.

اگر رفتار فرد خارج از کنترل خود باشد و به هر نحوی و در هر فضایی نیاز مبرم به انجام رفتار اعتیاد گونه خود داشته باشد در واقع فرد معتاد به انجام عمل خود شده و برای ترک عادت خود که به شکل بیمارگونی به آن وابسته است و باید اقدام کند.

بنابراین شناخت رفتار خود و میزان و نحوه عمل هر فردی در رفتار اعتیاد گونه مؤثر است. اما از آنجایی که هیچ فردی خود را معتاد به هیچ عملی نمیداند باید به شرایط رفتار خود امتیازاتی بدهد تا متوجه وخامت و یا بیمار گونه بودن رفتار خود بشود.

۱. انجام هر عملی به صورت وسواس گونه و اضطرابی که اگر صورت نگیرد میزان اضطراب فرد را بالا ببرد رفتاری اعتیاد گونه محسوب میشود. فرد معتاد به قمار میتواند در طول هفته و یا ماه به قمار بپردازد اما نکته مهم در انجام عمل او این است که پیش از قمار بسیار مضطرب است و در واقع این برد و باخت برای او مهم نیست و آنچه که سطح اضطراب فرد را پایین میآورد انجام عمل قمار است.
۲. ایجاد فضایی آیینی برای رفتار اعتیاد گونه: اقدامات اولیه و فضا سازی و محیا کردن شرایط و زمینه سازی برای این که فرد بتواند رفتار خود را ادامه دهد.
۳. مشغولیت ذهنی مداوم برای دسترسی پیدا کردن به شرایطی که بتواند رفتار اعتیاد گونه خود را انجام بدهد. در واقع فرد معتاد به قمار میتواند در طول روز و یا هفته بارها و بارها به انجام قمار فکر کند و از آن لذت ببرد.
۴. تعیین زمان مشخص و یا برنامه ریزی مداوم برای زمان و یا روز مشخص برای پرداختن به رفتار اعتیاد گونه قمار. فرد معتاد به قمار قطعا برای بازی های خود، به غیر از هر زمانی که میتواند برای او خوشایند باشد در طول هفته و یا شبانه روز زمان و فرصت مشخصی را تعیین میکند که به هیچ وجه برای او قابل تغییر نخواهد بود مگر با شرایط بهتر.

تشخیص اعتیاد یا اختلال قمار در خود

لازم است بدانیم هر رفتاری که در فردی بصورت اعتیادگونه شیوع پیدا میکند، رفتاری وسواسی و کنترل نشده است که قطعاً فرد نمیتواند از آن به راحتی رهایی پیدا کند. رسیدن به مرحله عجز از هر اعتیادی که دامن گیر میشود، اولین مرحله برای شروع درمان است.

اما لازم است بدانیم که تا رسیدن هر فردی به مرحله عجز از رفتارهای غیرکنترلی خود، قطعاً تمام آنچه که باید داشته باشد را از جمله خانواده، دوستان، شغل و خانه و پول را از دست میدهد. بنابراین پیش از رسیدن به مرحله عجز، لازم است فرد بداند آیا گرفتار رفتارهای اعتیادگونه شده و لازم است خود را نجات دهد و یا خیر؟

زمانی فرد به تشخیص اعتیاد در خود میرسد که بداند زندگی و رفتارهایش از یک روند معمول خارج شده و اگر به رفتار اعتیادگونه نپردازد، مضطرب میشود.



کمک خواستن از دیگران و روانشناسی قمار

قطعاً برای رهایی از هر رفتار اعتیادگونه، کمک خواستن از دیگران میتواند بسیار کاربردی و پر اهمیت باشد. نکته مهم در کمک خواستن از دیگران اهمیت به این موضوع است که بدانیم در دام رفتار اعتیاد مخصوصاً اختلال قمار افتاده ایم. از آنجایی که روند اعتیاد قمار یا اختلال قمار نمود جسمی واضحی ندارد و مانند اعتیادهای دیگر همچون مواد مخدر در ظاهر فرد هیچ تفاوتی ایجاد نمیکند؛ بنابراین خود فرد نیز بسیار دیر به این باور دست پیدا میکند که در چرخه رفتار اعتیادی قرار گرفته است.

شاید دیگران مخصوصاً دوستان نزدیک و پس از آن خانواده فرد زودتر از دیگران متوجه شوند، که اعتیاد به قمار در او رسوخ کرده است و نیازمند کمک است. کمک خواستن از دیگران میتواند قدم مهمی در شروع یک اتفاق

متفاوت و رهایی از اعتیاد به قمار باشد. خانواده و دوستان از جمله افراد قابل اعتمادی هستند که میتوانند دلسوزانه در ترک این اعتیاد کمک کننده و حامی باشند.

منبع: healthline.com و psychiatry.org



injamax.com