

Autisme en Verslaving

MEER DAN EEN MIDDEL

Mensen met autisme zijn extra kwetsbaar voor verslaving, vaak vanuit stressregulatie, prikkelgevoeligheid en sociale belasting.

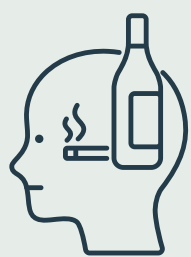
FEITEN & CIJFERS



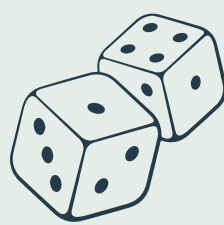
11 – 30 % in specialistische
zorgpopulaties



Grootste risico bij
ASS + ADHD



Alcohol (± 50 %) en cannabis
(± 25 %) het meest



Ook gedragsverslavingen:
gamen, internet, gokken

2 À 3 KEER

hogere kans op
verslaving dan
bij
neurotypische
mensen

WAAROM EXTRA KWETSBAAR

- Over- of onderprikkeling
- Pieker- en denkspiraal
- Sociale spanning of maskeren
- Lege tijd / gebrek aan structuur
- Zwart-wit denken bij terugval
- Comorbiditeit (ADHD, angst, depressie)

GEVOLGEN EN IMPACT

- Snelle ontregeling door verlies van structuur
- Cognitieve compensatie valt weg → chaos
- Sociale isolatie en psychische klachten nemen toe
- Herstel vraagt meer tijd en maatwerk
- Hoger risico op overlijden bij ASS + SUD

FUNCTIE VAN MIDDELEN GEBRUIK



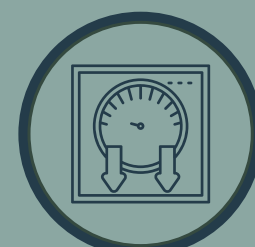
Rust in hoofd



Prikkelregulatie



Sociale situaties dragelijker



Leegte of onrust dempen

WAT KAN HELPEN

- Inzicht krijgen in wat gebruik je oplevert.
- Herkennen van je eigen signalen — lichamelijk, emotioneel of in je gedrag.
- Structuur en routines opbouwen om grip te houden.
- Rustmomenten inplannen voordat spanning te veel wordt.
- Mensen betrekken die je vertrouwt.
- Terugval zien als leermoment, niet als falen.

BEGRIJPEN - HERKENNEN - STEUNEN - VOLHOUDEN

Begrijpen wat er gebeurt.
Herkennen wat je nodig hebt.
Steunen op mensen en routines.
Volhouden in kleine stappen.

*Herstel is geen rechte lijn. Het gaat om
stapjes, niet om perfectie.*