

Дофаминовая ловушка

Почему после «кайфа» жизнь становится серой?



Наркотики **искусственно вызывают выброс дофамина** — гормона удовольствия. Мозг быстро привыкает к этому «читерству» и перестает радоваться обычным вещам: музыке, встречам с друзьями, успехам в учебе.



Это называется **ангедония** — неспособность чувствовать удовольствие от жизни.



Вывод: Зависимость крадет не только здоровье, но и вкус к жизни.

Твой естественный дофамин — самый честный и безопасный.

