

Как проходит лечение алкоголиков в реабилитационных центрах

sb.by/articles/byt-vne-zavisimosti.html

20 июля 2016 г.



В стране давно объявлен бой пьянству. Каждый понимает: пьющий человек в семье — это большое горе. Это матери, не спящие по ночам и закусывающие губы до крови от переживаний. Это жены, которые боятся открыть дверь своему супругу. Это истерзанные детские судьбы. Страх, обида, отчаяние, слезы, безысходность и часто бедность царят там, где есть место бутылке. Не зря с 2000 года действуют государственные программы по предупреждению и преодолению пьянства и алкоголизма. Методов борьбы много, но появляются у нас и принципиально новые. Ширится сеть реабилитационных центров, где человек закрепляет навыки трезвой жизни. А скоро зависимость от алкоголя и вовсе смогут выявлять на самой ранней стадии — буквально на приеме у терапевта. Не останутся без внимания и подростки, любящие заглянуть в стакан. Но насколько новые способы эффективны, узнали корреспонденты «Р».

Быть вне зависимости

Победить зависимость — для большинства алкоголиков эта задача оказывается не по плечу. Именно поэтому в стране планируют и дальше развивать сеть реабилитационных центров, оказывающих помощь страдающим от алкоголизма. В ближайшем времени их планируют открыть в областных учреждениях здравоохранения всех регионов. Сколько стоит лечение в таких центрах, как проходит процесс реабилитации и каковы результаты их работы?

Открываю дверь реабилитационного центра «Радуга» на базе городского клинического наркологического диспансера Минска — и словно попадаю в другой мир. Прямо передо мной на стене нарисовано дерево. Только вместо листьев на нем — около тысячи отпечатков ладоней. Именно столько алкоголиков, наркоманов и игроманов прошло здесь лечение. Иван протягивает руку и прикасается к одному из оттисков: «Каждый из выпускников центра должен оставить свой след. Скоро и моя пятерня появится». Иван здесь всего семь дней из 28, которые занимает процесс реабилитации. Но по желанию срок нахождения в центре можно увеличить до 3 месяцев. Сложнее всего психологической коррекции поддаются наркоманы, а вот любителям заглянуть в стакан часто хватает и 28 дней, чтобы составить план выздоровления. У Ивана эти планы только-только стали проклевываться. Раньше распорядок дня был прост и незатейлив, как под копирку: найти деньги и выпить. Теперь цели приобретают вполне осознанный характер: помириться с женой, обнять трехлетнюю дочку. В его истории все начиналось банально, по избитому сценарию. Работа требовала серьезного напряжения. Был праздник. Выпил — полегчало. Потом еще раз и еще. И понеслось. Долги, потеря работы, уход жены. И мать, трясущаяся от плача. Именно она стала тянуть Ивана из трясины. «Привела меня сюда обманным путем», — признается парень.

Пока мы прогуливаемся по коридору, к кабинету психолога подходят трое: женщина и мужчина средних лет, с ними — молодой человек. Иван тихо шепчет: «Видите, тоже родители привели». Мать тербит носовой платок, отец отрешенно смотрит вдаль. Нервничают.

— Первая консультация в нашем центре бесплатная, — рассказывает заведующая отделением медико-психологической реабилитации, руководитель проекта Юлия Громыхова. — Нередко на нее приезжают матери и жены одни. Зависимые же не соглашаются, поскольку не считают себя больными.

Как же уговорить их на лечение? Юлия Громыхова объясняет: важно не идти у зависимого на поводу, не отдавать за него долги, не решать его проблемы, не пускать домой в алкогольном опьянении... Сложно? Да. Жестоко? Нет. По-другому зависимый человек не нащупает «дна». При этом постоянно надо предлагать альтернативу: будешь лечиться — помогу.



Привычная практика, когда на занятиях присутствуют сразу два психолога

Обычно первый этап лечения — медикаментозный, когда человека выводят из запоя. Но прекратить пить — это лишь начало пути в устойчивую трезвость, уверены специалисты. И здесь важно пройти второй этап — реабилитационный. Именно поэтому в стране стали распахивать двери реабилитационные центры. В них можно пройти лечение как бесплатно, так и на платной основе. Только в первом случае придется встать на официальный учет у врача-нарколога по месту жительства, что может повлечь определенные ограничения при трудоустройстве, получении справок на вождение. Анонимное лечение — платное и таких последствий не подразумевает. В последнее время появляются и частные центры. Один открыл бывший наркоман. В некоторых упор сделан на религиозный аспект. К слову, стоимость в частном центре может достигать и тысячи

долларов.

В «Радуге» лечение обойдется чуть больше 600 рублей. В год в центре принимают около 100 человек. Группы формируют небольшие — 8—10 пациентов, чтобы найти индивидуальный подход к каждому. На время лечения выдают больничный.

Юлия Громыхова проводит по кабинетам: «В реабилитации применяем самые эффективные мировые методики: гештальт-терапию, психоанализ, арт-терапию, используем принципы 12 шагов... Также проводим занятия по кундалини-йоге и смешанным единоборствам, направленные на улучшение физического и духовного состояния. С зависимыми людьми интенсивно работают психологи. Кроме того, с нами сотрудничают два консультанта, которые решили вопрос с алкоголем. У одного 4 года трезвости, у другого — 14. Реабилитацию посещают наши выпускники, которые делятся своим опытом».

На часах — девять утра. Иван как раз собирается на индивидуальную консультацию к психологу: «Когда впервые познакомился с правилами центра — за голову схватился. Никаких мобильных телефонов, соцсетей, прогулок в городе. Как современному человеку без всего этого обойтись? А потом втянулся. Здесь такой плотный распорядок дня, что хорошо, если чаю успеваешь попить».

«У пациентов действительно насыщенная программа, — подтверждает психолог Александр Федоров. — Беседы с личным психологом, занятия по телесно-ориентированной психотерапии, психотерапевтическая группа, групповая структурированная терапия, лекции...»

Елена Гурина, которая работает с зависимыми, уточняет, что любой материал преподносят в максимально понятной форме. Например, у алкоголиков эмоции словно заморожены. Помогает им простое, но эффективное упражнение. Надо представить, что по телу движется лифт, который может остановиться на уровне глаз, ног, рук... Так человек учится концентрироваться на себе и своих ощущениях.

Есть здесь и свои правила, нарушение которых влечет отчисление. Они как механизм реабилитации — служат для обозначения границ дозволенного. Выпил, укололся, вступил в сексуальные отношения с другим пациентом — готовься к безоговорочной выписке. И деньги никто возвращать не будет, замечает Юлия Громыхова: «Финансовый вопрос — мотивирующий фактор. Человеку становится важно выполнять правила. Более того, наши пациенты даже лекарства самовольно не употребляют. Почему это важно? Так человек привыкает опираться на себя, а не на волшебное действие алкоголя или таблеток».



Юлия ГРОМЫХОВА показывает стенд, где зависимые оставляют свои пожелания на будущее

Юлия подходит к стенду желаний, на нем множество ярких стикеров: «Любой может оставить запрос

во Вселенную». Вместе с ней перечитываю желания бывших пациентов. «Хочу любящего мужа, ребеночка и стать актрисой», «Боже, дай мне мозгов», «Хочу крутое авто и денег», «Хочу жить в гармонии с самим собой»... Пожелания разные, а звено, которое мешает их достичь, одно — болезнь.

Статистика такова: 40—50 процентов пациентов центра ведут трезвую жизнь год и более. Не зря из уст в уста передаются настоящие истории успеха. О пьющем мужчине, на которого и родственники, и друзья махнули рукой, а он после лечения стал гештальт-терапевтом. О супругах, то и дело заглядывающих в бутылку и десять лет пытающихся обрести счастье быть родителями. И о том, как они пришли в центр с маленькой дочкой.

Я попросила Ивана написать свое пожелание. Неровным почерком он вывел следующее: «Хочу обнять дочь и помириться с женой».

azanovich@sb.by

Фото Татьяны СТОЛЯРОВОЙ

Когда трезвость — норма жизни

В стране разработана программа по предупреждению и преодолению пьянства и алкоголизма до 2020 года. В ней — 53 мероприятия. В чем отличие новой программы от предыдущей? На какие результаты рассчитывают специалисты и что сделано за последние пять лет, рассказал главный нарколог Минздрава Иван Коноразов (на снимке).

Зависимых от алкоголя стало меньше

— За последние пять лет более чем на 30 тысяч снизилось количество людей, страдающих хроническим алкоголизмом. Так, в 2011 году на диспансерном учете состояло больше 190 тысяч человек, сегодня — 160 тысяч. Это те, кто нуждается в периодических осмотрах врачом-наркологом и активном лечении. Часть пациентов находятся в ремиссии, но она еще недостаточно длительная для снятия их с учета. Еще 85 тысяч человек — под профилактическим наблюдением психиатров-наркологов. Это те, кто периодически употребляет алкоголь в опасных количествах, наносит вред своему здоровью, но у кого еще не сформировался синдром зависимости от алкоголя.

На ближайшие пять лет перед нами стоят цели: снизить смертность от случайных отравлений алкоголем до 10,6 просантимилле на 100 тысяч человек, а также потребление алкоголя на душу населения в год. Все условия для воплощения этих планов созданы.



— *Что это за условия и какие новшества появятся в работе наркологической службы?*

— По поручению Минздрава в областных медучреждениях открыты отделения медицинской реабилитации зависимых лиц. Сегодня они работают практически во всех регионах. Это «Радуга» в Минске, «Исток» в Минском областном центре психиатрии и наркологии, отделение реабилитации зависимых лиц в Гродненском областном центре психиатрии и наркологии, в Брестском областном наркологическом диспансере, отделение медицинской реабилитации зависимых лиц в Полоцкой психиатрической больнице, в структуре РНПЦ психического здоровья. Эти отделения в среднем рассчитаны на 30 коек. Как показала практика, реабилитация зависимых лиц наиболее эффективна в таких малых группах.

Что же касается совершенствования в подходах к лечению, то сегодня мы активно развиваем мультидисциплинарный подход. Это когда с зависимым работает сразу несколько специалистов: нарколог, психолог, психотерапевт, социальный работник. Однако даже при таком подходе без желания у пациента прийти к трезвости есть высокая вероятность срыва.

Спутники плохой привычки: от цирроза печени до онкозаболеваний

— *Расскажите подробнее о диагностике алкогольной зависимости. Что это такое и как выглядит этот процесс? Кто будет диагностировать пагубную зависимость?*

— Многочисленные исследования, в том числе и белорусских ученых, доказали: до 60 процентов пациентов гастроэнтерологического отделения — те, кто злоупотребляет алкоголем. У пьющих также высокий риск развития панкреатитов, гастритов и язвы желудка. То же самое можно сказать и о пациентах кардиологического профиля. Спиртное больно бьет по сердечной мышце: более чем в 30 процентах кардиомиопатий виноват алкоголь. Вообще, болезней, связанных с приемом алкоголя, значительно больше, чем принято думать, — от цирроза печени до онкозаболеваний. При этом пациенты на приеме у врача редко связывают болезнь со своим нездоровым образом жизни.

В таких случаях врач окажет необходимую медицинскую помощь и предложит пациенту заполнить анкету с несколькими вопросами, ответить на которые тот сможет даже дома. Если большинство ответов будут положительными, можно с большой вероятностью назвать причину развития его болезненного состояния. При последующем посещении врача пациент получит рекомендации. Среди них будет и совет обратиться к врачу-наркологу.

— *Что еще в списке методов борьбы с пагубной привычкой?*

— Из новых — ограничение продажи горячительных напитков в культурно-парковых зонах. Такое решение теперь сможет принять местный исполком. Также будет прорабатываться вопрос по ограничению продажи алкогольных, слабоалкогольных напитков и пива вблизи учреждений здравоохранения, образования, культуры и спорта.

Больше 40 процентов подростков выпивает первую рюмку в кругу семьи

— *К сожалению, часто вижу подростков с бутылкой пива в руках. Как у нас дела с детским алкоголизмом?*

— Несовершеннолетних с зависимостью от алкоголя немного. И с каждым годом их становится все меньше. Это результат системной работы с детьми и подростками. Плюс дает результат, что в молодежной среде сейчас мода на здоровый образ жизни. Парадокс: больше 40 процентов несовершеннолетних выпивает первую рюмку именно в кругу семьи. И это на совести родителей.

Кстати, если у несовершеннолетнего начинает формироваться влечение к алкоголю, то это в большей степени связано с его окружением и так называемым психологическим инфантилизмом. Для таких несовершеннолетних программы медицинской реабилитации малоэффективны — с ними нужно проводить психокоррекционную работу.

Из-за пьющего страдает не меньше десяти человек из его окружения

— Мы все чаще говорим, что алкоголизм — проблема не столько медицинская, сколько социальная. И что одними таблетками ее не решить...

— Действительно, получить адекватное лечение — это лишь половина пути к трезвости. Успех реабилитации зависит от врача всего на 30 процентов, остальные 70 — от личного вклада пациента в свое выздоровление, отношений в семье, трудовом коллективе. Ведь почему человек пьет? От неустроенности, отсутствия инициативы, лени, конфликтных ситуаций. Человек тянется к бутылке, не найдя психологической поддержки. Например, когда теряет своего близкого. А по вине любителя горячительных напитков, между прочим, страдает до десяти человек из его окружения.

— И что делать?

— С каждым годом медицинская помощь у нас в стране становится все более доступна, практически в каждой поликлинике есть специалист, который окажет квалифицированную медицинскую помощь. Главное, чтобы человек за ней пришел. Возможно, некоторым будет достаточно одной консультации, кому-то потребуется только помощь психолога или психотерапевта. Предусмотрено также и анонимное лечение.

— Почему в лечении алкоголизма такое большое внимание уделяется психологической помощи?

— Зависимость от алкоголя формируется чаще всего из банального бытового пьянства. По сути, это одна из стадий предалкоголизма. Человек начинает выпивать, чтобы расслабиться, снять стресс, тревогу или напряжение. Но ведь с такими проблемами пациенту всегда может помочь психотерапевт или психолог. Психологическая, психотерапевтическая помощь — это серьезные рычаги, которые позволяют нормализовать состояние без употребления алкоголя. В некоторых странах с низким уровнем потребления спиртного такого рода помощь весьма востребована. Однако наши граждане пока предпочитают справляться самостоятельно со своими проблемами.

Нужно понимать: алкоголизм — это хроническое заболевание. Его лечение — сложный, длинный путь, который проходит зависимый человек вместе с врачом. Поэтому лучше предупредить развитие алкоголизма и вовремя обратиться за медицинской помощью.

misnik@sb.by

Фото Сергея ЛОЗЮКА

Как осушить алкогольные реки?

Каждое четвертое преступление в стране совершается в пьяном виде. Задача-максимум — изменить невеселую статистику. Но как это сделать эффективно? О том, какие меры в борьбе с пьянством предпринимает Министерство внутренних дел, узнала корреспондент «Р».

Петру из Молодечно недавно исполнилось шестьдесят. Уже год, как у него другая жизнь. Жизнь без алкоголя.

Алкогольная страсть завладела им более восьми лет назад. За это время 26 раз его привлекали к административной ответственности. В 2013 году направили на принудительное лечение в лечебно-трудовой профилакторий. Но год вынужденной трезвости ничего не дал. На воле бутылка опять стала тянуть молодеченца на дно. Чередой пошли привлечение за административные

правонарушения, не заставило себя ждать повторное направление в ЛТП. Через год он вернулся на прежнее место работы. Коллеги и руководство предприятия отзываются о Петре только положительно. Мужчина не кодировался и не ходил к бабкам-шептухам. Сам, сознательно отказался от горячительных напитков. И сегодня он — трезвый. К сожалению, такие примеры скорее исключение, чем правило.

Последствия алкоголизма разрушительны как для самого человека, так и для семьи и окружающих. Каждое четвертое преступление в стране совершается в пьяном виде, а доля убийств, умышленных причинений тяжких телесных повреждений, грабежей, разбойных нападений, хулиганств достигает 70—80 процентов.

Сегодня в стране задействована система превентивных мер воздействия к злоупотребляющим алкоголем. Только в первом полугодии за нарушение антиалкогольного законодательства к административной ответственности привлекли более 150 тысяч человек, свыше 400 человек суды ограничили в дееспособности.

«Одна из эффективных форм работы, сохранившаяся в нашей стране со времен СССР, — направление зависимых в ЛТП, — рассказывает старший инспектор по особым поручениям управления профилактики ГУОПП МОБ МВД подполковник милиции Владимир Косик. — За шесть месяцев в профилактории направлено более 4,5 тысячи граждан». Не все меняют образ жизни, но период их изоляции дает возможность отдохнуть близким. Конечно, это лишь некоторые направления и результаты ежедневной кропотливой работы людей, противостоящих данной проблеме. Статистика свидетельствует о правильности выбора приоритета: количество преступлений под влиянием алкоголя в текущем году снизилось на 6,5 процента. Уменьшилось и количество ДТП по вине нетрезвых водителей.

Наиболее эффективная форма борьбы с пьянством — ограничение доступности алкоголя, уверен Владимир Косик. Еще в рамках Госпрограммы национальных действий по предупреждению и преодолению пьянства и алкоголизма на 2011—2015 годы местные органы власти проводили локальные эксперименты по ограничению доступности спиртного. В 2011—2012 годах ограничения действовали в 74 районах страны, в том числе в 21 районе реализацию таких напитков запрещали полностью. И криминогенная обстановка изменялась к лучшему.

Однако чтобы решить эту проблему, надо не останавливаться на достигнутом, а придумывать новые подходы. Например, с конца февраля органы внутренних дел стали проводить профилактические мероприятия на селе. Выступают перед жителями, распространяют листовки. Недавно прошла республиканская профилактическая акция «Дом без насилия!». Ее результат — принятие мер индивидуальной профилактики правонарушений более чем к шести тысячам человек.

Что греха таить, в основном подростки совершают правонарушения, отведав пива, слабоалкогольных напитков или крепкого алкоголя. Именно поэтому МВД предложило дополнить статьи Закона «О правах ребенка» нормой, запрещающей несовершеннолетним употреблять алкогольные, слабоалкогольные напитки или пиво, курить, употреблять токсические вещества, наркотики, психотропы и их аналоги. Сегодня же запрет распространяется только на распитие алкоголя в общественных местах.

— Важно ужесточить требования к производителям алкогольной продукции, — убежден Владимир Косик. — Повысить ее качество и поэтапно сокращать объемы производства, количество торговых объектов, реализующих алкогольную продукцию. А также повышать розничные цены на нее. Запретить торговлю спиртным вне специализированных магазинов. Исключить продажу алкоголя на автозаправочных станциях.

Владимир Георгиевич вспоминает еще одну историю протрезвления зависимого от алкоголя. Его портрет таков: тридцатилетний молодой человек, неоднократно судимый, привлекался к

административной ответственности, дважды прошел принудительное лечение в ЛТП. Нынче работает, не пьет.

drug-olya@yandex.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Виолетта Брезовская, начальник управления организации торговли и услуг Министерства торговли:

— В нашей стране поэтапно принимаются меры по решению проблемы пьянства. Как в мировой практике, так и у нас установлены определенные особенности продажи алкогольных напитков. К примеру, запрещена розничная торговля алкогольными напитками в мелкорозничной торговой сети, в магазинах и павильонах с торговым залом площадью менее 50 квадратных метров. Не могут продаваться алкогольные напитки в помещениях учреждений образования, здравоохранения, в физкультурно-спортивных сооружениях, в зданиях, где расположены государственные органы, возле религиозно-культурных сооружений. Запрещено осуществлять продажу алкогольных напитков через торговые автоматы, электронные устройства, интернет-магазины, каталоги. Кроме того, местные исполнительные и распорядительные органы вправе принимать решения об ограничении времени продажи алкогольных напитков в дни проведения выпускных вечеров, мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни, профилактику пьянства и алкоголизма, борьбу с ними.



Министерством торговли уже подготовлен и направлен в Правительство проект закона, в котором предлагаются дальнейшие ограничения продажи алкогольных напитков. В частности, проектом предусмотрен запрет на продажу алкогольных напитков в форме разносной торговли, на аукционах и ярмарках.

Только последовательный системный комплексный подход, включающий реализацию образовательных, культурных, спортивно-оздоровительных, воспитательных, информационно-пропагандистских, экономических мероприятий способен принести результаты. Несомненно, важно ограничивать доступ несовершеннолетних и молодежи к потреблению алкогольных напитков.

КСТАТИ

В I квартале этого года продажа алкогольных напитков (в пересчете на абсолютный алкоголь) через все каналы реализации снизилась на 3,4% по сравнению с аналогичным периодом прошлого года. Заметили ошибку? Пожалуйста, выделите её и нажмите Ctrl+Enter