

Избавление от зависимости

07.06.2019



Памятуя о том, что у нас в регионе стартовал месячник борьбы с алкоголизмом, мы решили ещё раз развеять некоторые мифы вокруг лечения зависимостей у врачей-наркологов, а также поговорить о психологической составляющей терапии. Собственно, современная медицина позволяет купировать физическую зависимость сравнительно быстро (под наблюдением специалистов, естественно). Но именно от психологического состояния человека зависит – случится ли рецидив болезни или нет...



Гостьей «Вечёрки» стала психолог Областного клинического наркологического диспансера Дарья Шишкова. С её помощью мы узнали, какую роль играет работа психолога в реабилитации больных с алкогольной или наркотической зависимостью. И, пожалуй, первое, о чём следует сказать: уже после избавления от физической зависимости помощь психолога помогает человеку разобраться в причинах, из-за которых зависимость вообще возникла. С тем, чтобы больше никогда к ней не возвращаться...

Всё начинается с добровольного согласия...

С визитом в наркологический диспансер и по сей день связано немало предрассудков. Большая часть из них сводится к тому, что визит к наркологу – это, якобы, своеобразная «чёрная метка» для каждого обратившегося. Что пациента тут сразу ставят на учёт, что лечить его будут едва ли не насильно, а потом ещё для острастки сообщат на работу...

Это – в корне неверное представление о том, как работает система лечения.

– По закону лечение всегда происходит на основании добровольного согласия, – рассказывает Дарья Андреевна. – Никто не может силой привести к нам человека, и потребовать, чтобы мы начали его лечить. И даже после того, как пациент поставлен на учёт, сами мы никогда не сообщаем об этом его работодателю. Другое дело, что иногда нам бывают необходимы справки с места работы пациентов. К примеру, пациент находится на нашем наблюдении и сообщает, что ему нужно на месяц отбыть в командировку. Нам в таком случае требуется документальное подтверждение. Однако мы всегда идём навстречу, и в такой справке разрешаем писать «по месту требования». Иначе говоря, если сам пациент этого не захочет, на его работе никто не узнает, для чего нужна была эта справка.

Разумеется, иной случай – если человек работает, к примеру, с детьми, и от него требуют справку из наркологического диспансера. Тогда скрыть информацию о прохождении лечения не получится.

Что же происходит непосредственно после обращения в наркологический диспансер?

Во время первого визита, как объясняет Дарья Шишкова, врач проводит с пациентом обычную беседу, в ходе которой старается убедить его в необходимости лечения. В зависимости от состояния человека, ему могут назначить наблюдение продолжительностью в один год или в три года. После этого лечение переходит в амбулаторный режим, который подразумевает посещение медицинского психолога два раза в месяц на протяжении первого года.



Причины очевидные и скрытые

Одним из важных направлений работы медицинского психолога является мотивационное консультирование пациентов на лечение и реабилитацию. Как рассказывает Дарья Шишкова, методы всегда подбираются индивидуально. Одного человека способно мотивировать стремление поддерживать в порядке своё здоровье и внешний вид, другого – потенциальные проблемы в семье или в карьере... Между тем, беседы с психологом – только первый этап.

В течение многих месяцев реабилитации специалисты стараются понять причины, по которым у человека в принципе возникла зависимость. Работают с возникающими страхами и тревожными состояниями.

– Мы проводим различные тесты, – комментирует Дарья Андреевна. – Оцениваем психологическое состояние. Вот, к примеру, довольно распространённая ситуация: тесты выявляют у пьющего человека базовую незащищённость, нарушенное чувство безопасности. И мы начинаем выяснять, в чём тут дело... Иногда узнаём, что это связано с проблемами в семье, причём вне зависимости от пола или возраста пациента. Как вариант: он живёт в условиях тотального контроля, и пытается от него избавиться таким способом... И, после выяснения причины начинаем прорабатывать именно эту проблему, чтобы помочь человеку справиться с факторами, повлиявшими на формирование зависимости.



В процессе лечения и реабилитации психологам часто приходится работать с когнитивными нарушениями у пациентов – памяти, внимания, мышления – зависимость может сказаться на всём! Вот ещё одна распространённая ситуация. Человек постоянно убеждён, что он не соответствует чьим-то ожиданиям, что его никто не любит... Возможно, он даже сам не осознаёт этого в полной мере. Но подсознательно это бремя давит на него день ото дня. И именно алкоголь или наркотики становятся способом на время снять это давление...

Задача психолога вместе с пациентом проанализировать сложившуюся ситуацию и выработать стратегию выхода из данной проблемы.

При этом на некоторых встречах с психологом общение может вообще не затрагивать темы спиртного или наркотиков. Врач и пациент будут обсуждать жизненные проблемы, разбирать конкретные ситуации, привлекать к общению членов семьи пациента. Ведь, в конечном счёте, психологическая поддержка должна сослужить пользу не только одному конкретно взятому человеку, но и тем, кто его окружает, живёт и общается с ним каждый день...

Автор: Александра Лунёва