

* **Dużo osób w Działdowie jest uzależnionych od alkoholu i narkotyków? Ich liczba wzrasta czy maleje?**

- Nie odbiegamy znacząco od średniej krajowej. Szacuje się, że uzależnionych od alkoholu jest około 3% dorosłej populacji, znacznie mniej od narkotyków. Na naszym terenie problem alkoholowy głównie dotyczy dorosłych. Natomiast narkomania występuje przede wszystkim młodzieży. Nasz ośrodek zajmuje się tylko osobami dorosłymi, czyli takimi, które ukończyły 18 lat, bądź około dorosłymi, czyli takimi w granicach 18. roku życia. W 2010 roku do ośrodka zgłosiło się 9 osób uzależnionych od hazardu, 53 od narkotyków, 428 od alkoholu i 172 osoby współuzależnione. W każdej z tych grup poza osobami współuzależnionymi większość stanowią mężczyźni.

* **Pojawiają się też nowe formy uzależnień, które niepokoją i zaskakują. Co pani myśli o takich uzależnieniach?**

- Są to uzależnienia niechemiczne, zazwyczaj od środków wirtualnych. Alkohol, narkotyki, to sprawa jakby bardzo jasna. Wlewamy do organizmu chemię, ona powoduje pewne zmiany w naszych emocjach i zachowaniach. Jeśli dostarczamy jej zbyt często i zbyt dużo, to powoduje ona nieodwracalne zmiany w centralnym układzie nerwowym. I człowiek się uzależnia. Natomiast to nowe zjawisko dotyczy takiej sytuacji, kiedy do organizmu nic nie wprowadzamy, a człowiek i tak się uzależnia. W ośrodku mamy kilka osób rocznie, które są uzależnione od hazardu, internetu (gry, strony pornograficzne), zakupów. Takie uzależnienia są równie niszczące. Stres, adrenalina z tym związana też wywołują zniszczenia w organizmie. Wydawałoby się, że chemia tu nie działa, ale jest to złudne, bo wiele osób, grając, pali papierosy czy popija alkohol i w ten sposób mimo wszystko jakąś chemię do organizmu wprowadza. Najłatwiej jest to poznać w tzw. okresie odstawienia, gdy osoba przestaje na jakiś czas z różnych powodów np. grać na automatach czy komputerze i przeżywa podobne zjawiska fizjologiczne jak osoba uzależniona chemicznie. Poza tym w takich przypadkach mamy do czynienia z ogromnymi stratami społecznymi (agresja w rodzinie, próby samobójcze, rozpad więzi rodzinnych), więc skutki takiego niechemicznego uzależnienia są podobne jak chemicznego.

* **Kto przychodzi do ośrodka i kiedy? Czy osoby mające problem same się zgłaszają, czy robią to pod wpływem otoczenia?**

- Drog jest kilka. Najczęściej pacjent zgłasza się sam, ale zwykle stoją za tym jakieś naciski: rodziny, pracodawcy, znajomych. Strach przed utratą pracy czy rozpadem związku powoduje, że osoby takie znajdują w sobie siłę i przychodzą po pomoc. Czasem najpierw zgłasza się rodzina, z którą wypracowujemy jakiś rodzaj interwencji. Najczęściej jednak dzieje się to za sprawą postępowania sądownego lub nacisków ze strony Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

* **Czy ludzie wstydzą się prosić o pomoc?**

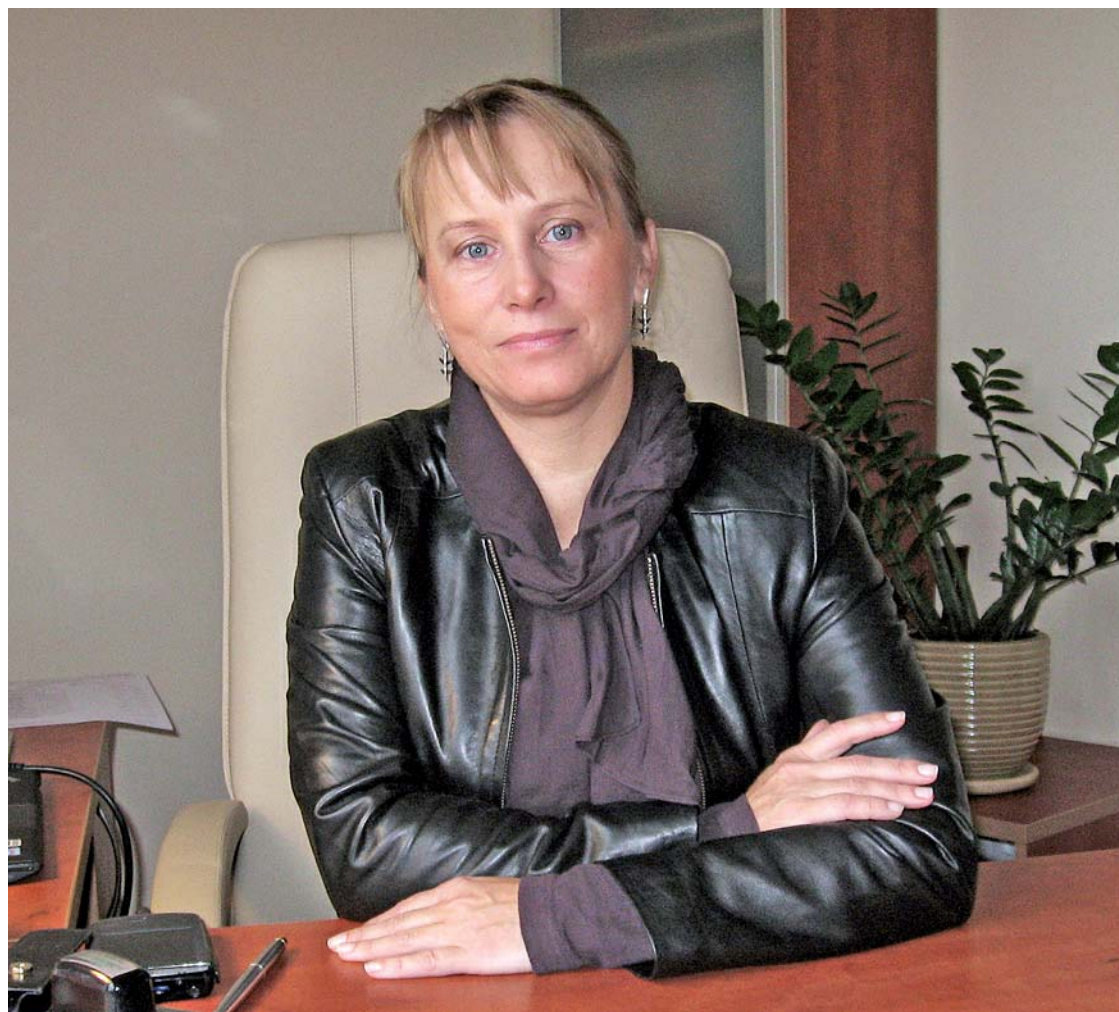
- Mam wrażenie, że coraz mniej. Liczne kampanie społeczne związane z uzależnieniami trochę zmieniły świadomość społeczną i sposób patrzenia na ten problem. Jednakże każda osoba, która przekracza próg ośrodka po raz pierwszy, jest w jakiś sposób zawstydzona.

* **Od roku macie nową siedzibę. Budynek znajduje się blisko szpitala, w centrum. Czy dotychczasowych pacjentów to nie krepuje?**

- Faktycznie, nasze dotychczasowe siedziby były jakoś schowane, gdzieś tam ukryte w podwórkach. Początkowo byłam pełna obaw, ale szybko to się zmieniło. Nasi podopieczni w ogóle nie zwrócili na to uwagi. Myślę, że to wynik właśnie świadomości społecznej. Wszystkie usługi mamy bezpłatne, płatnikiem jest Narodowy Fundusz Zdrowia. W budynku znajdują się gabinety

Uzależnienia od narkotyków, alkoholu, pornografii, automatów to też problem Działdowa - rozmowa z Dorotą Joanną Regułą, kierownikiem działdowskiego Ośrodka Terapii Uzależnień i Współuzależnienia

Niebezpieczne uzależnienia



do terapii indywidualnej i grupowej i pokój socjalny dla pacjentów.

* **Czy jest szansa na wyleczenie uzależnienia? Na czym polega terapia „uleczająca” hazardzistów?**

- Wyleczenia niestety nie. Ktoś, kto jest uzależniony, już zawsze będzie musiał świadomie sprawować kontrolę nad sobą, już nigdy jego życie nie będzie wyglądało tak jak wcześniej. My leczymy w paradygmacie, że uzależnienie jest nieodwracalnym zjawiskiem. W związku z tym osoba, która pije, a chce żyć, normalnie funkcjonować, musi utrzymywać abstynencję. Podobnie jest z osobami uzależnionymi niechemicznie.

* **Jak dużym problemem w powiecie działdowskim jest alkoholizm?**

- Zdecydowanie największym. Dużym czynnikiem wpływającym na taki stan rzeczy jest bezrobocie. Poza tym fakt, że nie jesteśmy zasobnym społeczeństwem. To region głównie rolniczy, mało przemysłowy i dlatego ludzie częściej zagląдают do kieliszka. Ale to nie jest tak, że piją tylko biedni. Piją wszyscy, tyle że w naszym powiecie występuje więcej czynników podwyższonego ryzyka.

* **A jak wygląda statystyka spożycia alkoholu w naszym kraju?**

- Według statystyk w naszym kraju wypija się 8-10 l spirytusu na osobę rocznie. Ale dane te nie oddają istoty spr-

wy, są natomiast ważne dla polityki państwa wobec alkoholu. Polityka państwa nastawiona jest na krótkoterwały doraźny efekt finansowy, czyli jak największe

dochody z podatków, którymi obłożona jest sprzedaż alkoholu, a zupełnie nie uwzględnia tzw. kosztów społecznych nadużywania alkoholu, czyli wynikają-



Nowa siedziba ośrodka uzależnień

cych z niego wszelkich chorób i powikłań z tym związanych oraz obciążeń finansowych dla systemu ochrony zdrowia. Nadal obowiązuje stara ustawa, która mówi o tym, że leczenie osób nadużywających alkoholu jest całkowicie bezpłatne. I na leczenie tych osób pieniądze idą ze wspólnego budżetu, a nie ma żadnych mechanizmów motywujących tych ludzi do ograniczania picia alkoholu.

* **Wiek ludzi uzależnionych obniża się. Jak bardzo młodzi ludzie mają z tym problem?**

- Zaczynają bardzo młodzi. W wieku 12-13 lat następuje zazwyczaj inicjacja. Granica w ciągu dwóch lat znacznie się obniżyła. Im wcześniej dziecko zaczyna, tym istnieje większe ryzyko, że będzie uzależnione w przyszłości. My obserwujemy od kilku lat wiek, w którym ludzie przychodzą do nas z pełnym zespołem objawów uzależnienia od alkoholu. Przedtem było to w okolicach 40 roku życia, teraz zgłaszają się ludzie 30-letni. Ma to pozytywną stronę, bowiem istnieje nadzieja, że kampanie społeczne odniosły skutek i po prostu ludzie szybciej zauważają swój problem.

* **Które grupy społeczne naszego społeczeństwa są najbardziej zagrożone uzależnieniem?**

- Ta choroba nie wybiera. To mogą być ludzie wykształceni lub nie, młodzi lub dojrzały. Częścią społeczeństwa, która jest niezauważana i niedoceniana, są młode kobiety, młode matki, które po urodzeniu dziecka nie mają pracy bądź jest im trudno wrócić na rynek pracy. One nie piją tak, aby było to widoczne. Często spotykają się, a z czasem piją coraz częściej w ukryciu, w nocy. Jest to grupa niedoceniana. Kobiety szybciej się uzależniają, a szkody zdrowotne są u nich dużo większe. Kobiety potrzebują mniej więcej 5-6 lat, żeby się uzależnić.

* **Co ośrodek może zaoferować pacjentom?**

- Mamy pełen program dla osób uzależnionych od alkoholu w postaci leczenia ambulatoryjnego na dwa sposoby (oddział dzienny albo leczenie ambulatoryjne). Cafe leczenie trwa dwa lata. Pomagamy pacjentom rozpoznać chorobę, przestać pić, jak radzić sobie z nawrotem. Poza tym opiekujemy się członkami rodzin i również oferujemy im psychoterapię związaną z współuzależnieniem. Pomagamy rodzinom, a także dorosłym, którzy wychowali się w rodzinie z problemem alkoholowym, również tym, którzy doświadczają przemocy (program dla sprawcy i dla ofiary) i jest to bezpłatna terapia indywidualna.

**Rozmawiała
MAGDALENA CEJMAN**