



Ława. Alkoholik może mieć dobre, normalne życie. Jaki jest klucz w leczeniu uzależnienia, pytamy Lucynę Kaucz

data aktualizacji: 2019.08.07



Jaki jest klucz w leczeniu uzależnienia, co to za choroba i jak się z nią żyje - o tym wszystkim rozmawiamy z Lucyną Kaucz, specjalistką psychoterapii uzależnień, która na co dzień pracuje w Poradni Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia Powiatowego Szpitala im. Władysława Biegańskiego w Ławie. W poradni pracuje od 1984 r., od 1999 jest certyfikowanym specjalistą psychoterapii uzależnień, problem uzależnień zna „od podszewki”.

Czym jest uzależnienie?

- Uzależnienie to choroba, w swoim przebiegu trudna, powodująca wiele cierpień fizycznych i emocjonalnych, dotyczących samego chorego, jak i jego rodzinę. Choroba niestety nieuleczalna, w tym sensie, że osobą uzależnioną pozostaje się do końca życia. Jednak leczenie dające możliwość przerwania picia i kontynuowania trzeźwienia daje szansę na dobre, normalne życie. Tym właśnie zajmują się terapeuci uzależnień.

Jak wygląda pierwszy kontakt alkoholika z terapeutą, jak przebiega najczęściej - czy to jest

wstyd, czy jakieś inne emocje?

- Na pewno towarzyszy im wstyd. Ludzie źle się czują ze świadomością, że nie mają kontroli nad jakimś swoim zachowaniem. W tym wypadku nad piciem alkoholu. Będąc pod wpływem alkoholu, często tracą kontrolę nad swoimi zachowaniami, robiąc rzeczy, których nigdy nie zrobiliby na trzeźwo. Z tego powodu także odczuwają wstyd. Doświadczają też innych emocji - złością się, buntują, są nieufni. To naturalne reakcje ludzi, gdy znajdują się w niechcianej, niekomfortowej dla siebie sytuacji. W trakcie pierwszej rozmowy należy zadbać o to, by człowiek poczuł się bezpiecznie, by miał poczucie, że jest traktowany ze zrozumieniem i szacunkiem. Wtedy zechce o sobie mówić.

Skąd wiadomo, że ktoś jest uzależniony od alkoholu, że jest alkoholikiem?

- Skoro mówimy, że uzależnienie jest chorobą, to znaczy, że musimy w oparciu o określone narzędzia diagnostyczne dowiedzieć się, czy w konkretnym przypadku mamy do czynienia z uzależnieniem od alkoholu. Diagnoza przebiega w oparciu o odpowiedzi na pytania dające możliwość zidentyfikowania określonych objawów uzależnienia wg Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych, tzw. ICD-10.

Jeśli z diagnozy wynika, że mamy do czynienia z człowiekiem uzależnionym, jaką otrzymuje propozycję? Na czym polega leczenie?

- Oferta terapeutyczna poradni w Iławie jest standardową ofertą, która spełnia wymogi NFZ, a jednocześnie jest zgodna z opracowanym przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych modelem skutecznego leczenia uzależnień. W naszej poradni leczenie trwa rok, w tym czasie pacjent przechodzi przez różne etapy zmagania się z chorobą, od edukacji po uczenie się ważnych umiejętności potrzebnych do trzeźwego życia. Formy terapii to głównie zajęcia grupowe, także, jako niekiedy niezbędne, sesje indywidualne. Jeśli w trakcie leczenia pacjent utrzymuje abstynencję, dokonuje zmian w swoim życiu, rozwiązuje zaległe i bieżące problemy, istnieje duża szansa, że nie wróci do picia. Jednak nie zawsze tak się dzieje. Czasami zdarzają się trudne okresy w życiu, kryzysy, które kończą się powrotem do picia. To nie jest dramat, porażka, przegrana. Ponowne leczenie daje kolejną szansę na fajne, dobre życie. Jak z każdą inną nieuleczalną chorobą. Musimy nauczyć się wszyscy takiego podejścia do leczenia uzależnień. Wiemy, że całkowite wyleczenie nie jest możliwe, tak jest przecież w przypadku innych chorób nieuleczalnych: cukrzycy, alergii, itp.

Co sprawia, że człowiek z problemem alkoholowym decyduje się na leczenie?

- Zazwyczaj jest to taka, czy inna presja z zewnątrz: narastający konflikt w rodzinie do groźby rozpadu rodziny włącznie, poważne problemy w pracy lub jej utrata, problemy prawne, rzadziej sytuacja zdrowotna. Bywa, choć rzadko, że człowiek boleśnie przeżywa utratę ważnych dla siebie wartości, zasad moralnych. Wówczas jest zazwyczaj dobrze zmotywowany do leczenia.

Czy alkoholizm jest dziedziczny?

- Na dzisiaj nie ma badań, które potwierdzałyby taką tezę. Wiadomo natomiast, że istnieją pewne genetyczne predyspozycje, które mogą sprzyjać powstawaniu uzależnienia, np. sposób, w jaki organizm radzi sobie z metabolizmem alkoholu, wrodzony typ reagowania emocjonalnego, itp. Podkreślić należy, że to może sprzyjać, ale nie determinuje powstawania uzależnienia. W opisywaniu przyczyn, dla których ludzie sięgają po alkohol, bardziej akcentujemy czynniki społeczne i psychiczne: dostępność alkoholu, kultura picia, presja lub przyzwolenie otoczenia, alkoholizm w rodzinie. Wiadomo, że po alkohol, a także inne substancje uzależniające sięgają coraz młodszy ludzie. Presja rówieśnicza, potrzeba bycia cool, także potrzeba eksperymentowania bywają wstępem do późniejszego uzależnienia.

Jak piją kobiety, a jak mężczyźni? Czy jest różnica, jeśli chodzi o leczenie?

- Kobiety piją „dyskretniej”. Ciągłe trudniej jest spotkać na ulicy pijaną kobietę niż mężczyznę. Nie oznacza to, że relatywnie niewiele jest kobiet mocno pijących, czy uzależnionych. Kobiety ukrywają się z piciem, to skutek wciąż aktualnych oczekiwań społecznych w stosunku do kobiet. „Matka Polka”, opiekunka domu, delikatna, skromna, itp. W efekcie kobiety piją częściej samotnie, w domu, w tajemnicy. Kiedy problem jest widoczny na zewnątrz, zazwyczaj picie jest mocno zaawansowane, m.in. z tego powodu proces leczenia jest trudniejszy, ale też dlatego, że kobiety trudniej się otwierają, bardziej czują się oceniane, potępiane za picie.

Czy podczas terapii przedstawia się pacjentom fizyczny wpływ alkoholu na ich organizm? Bywa on przecież druzgocący...

- Wpływ picia na funkcjonowanie organizmu jest jednym z ważnych elementów zarówno w motywowaniu do leczenia, jak i podtrzymywaniu abstynencji. I choć rzeczywiście skutki picia dla organizmu bywają często bardzo rozległe, a nawet nieodwracalne, rzadko mają istotny wpływ na podjęcie decyzji o niepicciu. Krótko mówiąc - zdrowie nie jest wartością, która decyduje o zaprzestaniu picia.

Czy poradnia oferuje pomoc rodzinom osób uzależnionych?

- Program poradni zawiera ofertę pomocy rodzinom, to jest zresztą warunkiem zawartego kontraktu z NFZ. Trudno byłoby leczyć tylko osobę uzależnioną - choroba dotyczy całej rodziny. Żałuję, że jest to ciągle w niewystarczającym stopniu rozreklamowane i uznawane jako konieczne. Wiele rodzin cierpi w milczeniu i ukryciu, wstydząc się tego, co dzieje się za zamkniętymi drzwiami.

Jak Pani ocenia zaplecze terapeutyczne w Hławie i w powiecie (chodzi m.in. o szpital i poradnię), jeśli chodzi o leczenie uzależnień?

- W naszym powiecie oferta w tym zakresie jest naprawdę szeroka. Mamy profesjonalnie

funkcjonujące publiczne placówki. W szpitalu mamy nie tylko poradnię, ale i oddział leczenia uzależnień. W związku z wymogami NFZ terapeuci muszą mieć najwyższe kwalifikacje. Obowiązuje nas standardowy program leczenia. Dzięki dokonanyremontom dysponujemy ładnymi, przyjaznymi dla pacjenta pomieszczeniami. Jest OK. Ponadto, jako wsparcie w trzeźwieniu funkcjonują dwie grupy Anonimowych Alkoholików, w tym jedna przy naszym, szpitalnym OTUA, druga w Ośrodku Psychoedukacji, przy ul. Chełmińskiej. Tam też swoje miejsce ma grupa anonimowa Dorosłych Dzieci Alkoholików oraz Stowarzyszenie Abstynentów Powiatu Iławskiego.

Czy terapia powinna być wyłącznie dobrowolna? Co Pani myśli o terapiach nakazowych, kiedy na przykład sąd kieruje osobę na terapię, np. ze względu na dobro dzieci?

- To ciągle dyskutowany temat i nie ma jasnych odpowiedzi. Pojawiały się zamysły zlikwidowania sądowego zobowiązania do leczenia. Jednak z uwagi na wyjątkowo trudny charakter choroby oraz skomplikowany proces leczenia nie wprowadzono zmian. Myślę, że to słuszne. Obawiam się, że wiele osób nigdy nie podjęłoby leczenia i wiele rodzin poniosłoby tego koszty. Mówi się, że pacjenci tzw. dobrowolni, bez nakazu sądu są lepiej zmotywowani i odnoszą większe sukcesy. Nie widzę istotnych różnic. Uważam ponadto, że zawsze jest jakiś „nakaz”, czyli ten bodziec, który zmusza do leczenia.

Terapeuci - alkoholicy. Czy są skuteczniejsi?

- Ciekawe pytanie skierowane do specjalisty niealkoholika. Dobry terapeuta to dobry terapeuta, nieważne czy niepijący alkoholik, czy nie.

Czy miała Pani momenty w życiu, kiedy była Pani zrezygnowana, rozczarowana w kwestii zawodowej oczywiście? Kiedy na przykład pacjent po długiej terapii, przy dużym wysiłku obu stron, wrócił do picia...

- Bywały takie momenty w zamierzchłej przeszłości, kiedy miałam nierealistyczne, jak się okazuje, oczekiwania. Dawno temu spokorniałam i zmądrzałam. Wiem wszystko o uzależnieniach, akceptuję ich nieuleczalny charakter, nawroty, kolejne leczenia. Jestem spokojna.

www.powiat-ilawski.pl (M. Rogatty)

WAŻNE!

Personel Poradni Terapii Uzależnień od Alkoholu i Współuzależnienia Powiatowego Szpitala im. Wł. Biegańskiego w Iławie:

- Lucyna Kaucz - specjalista psychoterapii uzależnień;
- Elżbieta Świgońska - certyfikowany instruktor terapii uzależnień;
- lek. med. Wiktor Kowalski - psychiatra.

Rejestracja:

89 644 97 41.

E-mail: kancelaria@szpital.ilawa.pl.

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/58555-ilawa-alkoholik-moze-miec-dobre-normalne-zycie-jaki-jest-klucz-w-leczeniu-uzaleznienia-pytamy-lucyne-kaucz>