



## **Svjetski dana borbe protiv alkoholizma**

***U svijetu se 1. travnja obilježava Svjetski dan borbe protiv alkoholizma, jednog od najvećih javnozdravstvenih problema i u našoj zemlji.***

***Alkohol je najrasprostranjenija psihoaktivna supstanca i konzumira se usprkos tome što se zna koliko je štetan. Po obolijevanju i smrtnosti alkoholizam se nalazi na trećem mjestu, odmah iza kardiovaskularnih i malignih bolesti.***

***Alkoholizam je bolest koja ne pogađa samo ovisnika o alkoholu već utječe i na obitelj, prijatelje, posao. Izlječenje je moguće, ali zahtjeva mnogo truda, strpljenja i požrtvovanosti. Kada alkoholičar krene na liječenje, u tretman se moraju uključiti i drugi članovi obitelji kako bi se oboljelom članu pružila podrška. Jako je važno educirati članove obitelji o problem alkoholizma kako bi se oni naučili nositi s tim problemom. S alkoholom treba biti jako oprezan jer njegovo pretjerano konzumiranje, nekad i samo vikendom, može naštetiti mozgu te u samo nekoliko mjeseci ljude koji piju isključivo zbog društva i zabave okrenuti prema alkoholizmu. Dugotrajno, pretjerano pijenje dovodi do niza ozbiljnih zdravstvenih problema kao što su ciroza jetre, trovanje alkoholom, srčane bolesti, bubrežne bolesti, kao i do niza psihičkih poremećaja. Brojne su i posredne posljedice alkoholizma u obliku prometnih nesreća i nesreća na radu. Povećane su stope kriminaliteta obzirom na to da je učestala konzumacija alkohola jedan od važnih kriminogenih faktora.***

***Bolničko liječenje ovisnosti o alkoholu u prosjeku traje tri tjedna, što nije dovoljno za promjenu životnog stila, tako da stručnjaci i ne govore o "izlječenju". Bolničko je liječenje početna faza procesa liječenja radi uspostavljanja apstinencije te stabilizacije fizičkih funkcija osobe s problemom ovisnosti o alkoholu. Tek tada počinje prava borba ovisnika protiv ovisnosti. Klub liječenih alkoholičara zauzima značajnu ulogu u rehabilitaciji ovisnika o alkoholu. Kada govorimo o liječenju alkoholizma glavni cilj je postići potpunu apstinenciju od alkohola i uspješno rehabilitirati alkoholičara u njegovu primarnu sredinu. Model liječenja koji se provodi u Republici Hrvatskoj je Hudolinov kompleksni socijalno-psihijatrijski postupak Zagrebačke škole alkoholologije. Taj se pristup sastoji od grupne psihoterapije, obiteljske terapije, edukacije, terapijske zajednice, medikamentoznog liječenja i kluba liječenih alkoholičara.***

***Upravo klub liječenih alkoholičara zauzima značajnu ulogu u rehabilitaciji ovisnika o alkoholu.***

***Klub liječenih alkoholičara možemo definirati kao zajednicu više obitelji osoba ovisnih o alkoholu koja je ustrojena prema načelima modifikacijske terapijske zajednice. Unutar takve zajednice svaki član ima svoje obveze i odgovornosti koje dobrovoljno prihvaća, a koje su jako važne za početak socijalne rehabilitacije ovisnika o alkoholu.***

***Unutar terapijske zajednice obavlja se socio-psihološki tretman koji služi za postizanje odgovarajućeg socijalnog oporavka alkoholičara kao i rad na njegovom individualnom napretku i oporavku. Važno je angažirati i motivirati ovisnika o alkoholu da uskladi vlastito ponašanje sa***

*ponašanjem i životom u zajednici, da se aktivira te preuzme odgovornost za vlastito liječenje i odlučivanje o njemu. Nadalje je važno raditi na aktivaciji zdravog dijela alkoholičara te mu pomoći da se aktivira u zdravu grupu u kojoj će dobiti podršku i pomoć kada god to bude potrebno.*

*Temeljni način rada unutar klubova liječenih alkoholičara je socioterapija uz manju zastupljenost psihoterapije. Unutar kluba se pokušava ostvariti i realizirati pozitivan socijalni pritisak vezan uz apstinenciju, ali i prihvaćanje novog stila življenja, kao i prikladnijeg ponašanja.*

*Alkoholičar unutar kluba kroz odnose sa drugim alkoholičarima uči samodisciplini, odgovornosti, toleranciji te ulogama koje je kroz alkoholizam zanemario. Tako da možemo reći da se kroz klub ponovno jačaju odnosi unutar članova obitelji te dolazi do ponovnog povezivanja i stvaranja bliskosti. Alkoholičar ima priliku ponovno izgraditi odnose sa članovima obitelji te uvidjeti na koji je način njegovo pijenje utjecalo na obitelj i njegovo cjelokupno okruženje.*

*Obiteljski pristup se temelji na postupku koji nastoji implementirati promjene u ponašanju kod alkoholičara u odnosu na sebe i obitelj, u rastu i sazrijevanju obitelji te ponovnoj uspostavi načina života bez alkohola za sve članove obiteljske zajednice.*

*Osim članova obitelji, kao važnih čimbenika u klubovima liječenih alkoholičara, svaki klub ima i stručnog djelatnika-terapeuta koji stručno vodi klub kreirajući i održavajući atmosferu u klubu te je često i katalizator promjena u ponašanju članova kluba.*

*Klubovi često razvijaju i aktivnosti izvan klubova koje mogu biti edukativne, odgojne, rekreativne, sportske ili društvene.*

*Klubovi su svojim postojanjem, osnivanjem i djelovanjem postali okosnica terapijskog, rehabilitacijskog i resocijalizacijskog procesa alkoholičara i gotovo je nemoguće zamisliti liječenja alkoholičara bez podrške kluba.*

***Tekst priredila: Tamara Brezičević, dipl. soc. radnica***

***Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije***