



ЗОРАН СТАНКОВИЋ • ДЕЈАН БЕГОВИЋ

АЛКОХОЛИЗАМ

ОД ПРВЕ ДО ПОСЛЕДЊЕ ЧАШЕ



ТЕРАПИЈСКИ ПРИРУЧНИК



Креативни центар



Креативни центар

ПРИРУЧНИЦИ
књига четврта
чеврто издање

Илустровао
Добросав Боб Живковић

Рецензенти
проф. др Јован Букелић
проф. др Томислав Седмак

Издаје
КРЕАТИВНИ ЦЕНТАР
Београд, Градиштанска 8
тел. 011/ 38 20 464, 38 20 483, 24 40 659
www.kreativnicentar.rs
e-mail: info@kreativnicentar.rs

Уредник
Славица Марковић

За издавача
Љиљана Маринковић, директор

Штампа: Графипроф, Београд

Тираж
2.000

Copyright © КРЕАТИВНИ ЦЕНТАР 2005

ISBN 978-86-7781-167-9

Мр сци. мед. др Зоран Станковић
неуропсихијатар

Дипл. соц. радник Дејан Беговић
специјалиста за социотерапију и соц. рехабилитацију

АЛКОХОЛИЗАМ

ОД ПРВЕ ДО ПОСЛЕДЊЕ ЧАШЕ

ТЕРАПИЈСКИ ПРИРУЧНИК

Београд



УПУТСТВО

Терапијски приручник "Алкохолизам – од прве до последње чаше" намењен је свим људима који су заинтересовани за активно решавање проблема изазваних алкохолом. То се, најпре, односи на саме алкохоличаре, који су најугроженији, као и на чланове њихових породица који трпе ужасне последице али и индиректно учествују у одржавању болести. Како је алкохолизам врло озбиљан проблем и у широј друштвеној заједници, књигу могу користити стручна лица и руководиоци у предузећима који спроводе програм превенције и сузбијања алкохолизма, као и професионалци у домовима здравља, центрима за социјални рад и другим установама здравствене и социјалне заштите.

Први циљ овог приручника је да понуди савремена научна сазнања из области алкохологије исказана на разумљив и занимљив начин, разбијајући, при том, бројне заблуде и веровања о алкохолу која се преносе генерацијама. Ради лакшег усвајања градиво је подељено на више краћих поглавља, а на крају сваког поглавља налазе се питања за обнављање. Одмах до њих су питања која уводе у

други, још важнији задатак ове књиге: преиспитивање сопствених ставова према алкохолу и алкохолизму. Препоручујемо да ову групу питања не разрађујете сами, већ уз учешће чланова породице или других сарадника у лечењу, јер се једино тако може објективно сагледати суштина алкохолизма. Књига садржи и примере из клиничке праксе до којих смо дошли радећи годинама са пацијентима у Институту за ментално здравље у Београду. Постер о правилима понашања у апстиненцији, који је саставни део књиге, требало би да Вам, на очигледан начин, пружи подршку да истрајете у лечењу.

Бројним терапијским питањима и задацима, покушали смо да разбијемо класичну шему учења која пасивизује и да Вас покренемо на терапијски умерену активност. Са великом радозналешћу очекујемо да нам пракса у здравственим установама и сами пацијенти одговоре на питање колико смо овом књигом успели да лечење алкохоличара учинимо квалитетнијим.

Аутори



СТАВОВИ О АЛКОХОЛИЗМУ

ИСТОРИЈАТ



Алкохол, а са њим и алкохолизам, нераздвојни су пратиоци човека од најстаријих времена. Алкохолна пића коришћена су у разним приликама: као храна, као лек, као део религиозних светковина, као средство за разбигу. Истовремено, много је докумената који указују да су људи били свесни ризика које доноси пијење алкохолних пића. Хипократ је тврдио да је пијанство смишљено, самовољно изазивање лудила. У Спарти, пре 3000 година, према наредби краља, пијанцима су одсецане ноге. Римска држава је својим законима посебно забрањивала пијење људима млађим од тридесет година јер се сматрало да су те године најважније за стварање породице и потпуно физичко и интелектуално сазревање. Чак је и младенцима било забрањено да пију вино у време свадбених церемонија

због штетног утицаја на здравље будуће деце. Интересантно је да су Римљани алкохоличаре сматрали болесним људима, али је овакав приступ касније напуштен.

Јужни Словени су знали за пиво још у својој прапостојбини, док су винову лозу, а са њом и вино, упознали тек доласком на Балкан. Најстарији писани траг о алкохолним пићима код Срба налази се у једном писму краља Владислава (владао од 1233. до 1242) и односи се на правно регулисање обавезног предавања хмеља потребног за производњу пива. Осим пива и вина била је раширена и производња медовине, алкохолног пића које се добија ферментацијом меда. Употреба "рујног вина" забележена је у многим народним песмама, а и наш национални јунак, Краљевић Марко, поред свег свог јунаштва има врло "незгодну нарав" када претера у пићу. Пораз српске војске у Маричкој бици 1371. године, директно је приписан опијању српских војника ноћ уочи битке.

Сматра се да производња ракије код Срба почиње тек са доласком Турака. Ракија се врло брзо раширила у народу и потпуно је потиснула

производњу пива. Речи "казан" и "ракија" уопште се не налазе у старом српском језику, већ су арапског порекла. У наредних неколико векова Србија је постала земља са највећим бројем стабала шљива, а производња шљивовице непрестано је расла. Тако се у периоду од 1891. до 1895. године трошило 39 литара алкохолног пића по глави становника, док је та потрошња у Аустроугарској износила 13 литара, Холандији 10 литара, Белгији око 9 литара.

ПРАВЦИ



У схватању алкохолизма кроз историју јасно се могу разликовати два правца. Први је **моралистички правец**, по којем је алкохолизам порок који треба кажњавати, па су у многим законима биле предвиђене строге казне за прекршаје почињене у пијаном стању. Тако је у *Душановом законнику* један члан посвећен кажњавању алкохоличара.

Пример из праксе

Душанов законик, чл. 166:

"Пијаница откуда иде и озледи кога, или посече или окрвави, а не убије, таквоме пијаници да се око ископа и рука отсеке; ако ли у пијанству што подере, или капу скине, или другу срамоту учини, а не окрвави, да га бију са сто штапова и да се баци у тамницу, потом да се изведе из тамнице и да се бије и пусти."



Корен другог, **медицинског правца**, који алкохолизам схвата као здравствену тегобу, налазимо у средњовековним лекарушама, у рецептима за лечење последица алкохолизма.

Рецепти из *Ходошког кодекса*, једног од наших најстаријих писаних медицинских докумената, из XIV или XV века:

- за трежњење од пијанства препоручује се сирће које треба три пута заредом сркати,
- против главобоље код јутарњег мамурлука мазати главу соком од купусовог и бршљановог лишћа,
- против будућих опијања јести корен купуса заједно са пет горких бадема.



Енглески лекар Томас Тротер објавио је 1778. године прву медицинску студију о алкохолизму. Ускоро се појављују организовани облици борбе против претеране потрошње алкохолних пића, а алкохоличари се примају у болнице на лечење. Почетком XX века формирају се у свету трезвењачки покрети, какве код нас оснивају наши први алкохолози: Јовановић-Батут, Штампар, Микић и др. Тридесетих година појављује се организација *Анонимни алкохоличари*, најпре у Америци, а касније и у читавом свету. Организовани у групе, засновани на принципима самопомоћи, АА (скраћеница по којој су познати) су значајно допринели да се и алкохоличари сматрају пацијентима. На њиховим искуствима, уз неке измене у складу са каснијим терапијским моделима, код нас су, почетком шездесетих година, формиран клубови лечених алкохоличара.

У оквиру медицинског правца у почетку је примењиван *класичан ин-*

дивидуалан медицински модел који је имао за циљ само успостављање апстиненције (прекид пијења) и побољшање здравља. Са пацијентом се радило индивидуално, уз примену лекова, едукације из области алкохолизма и нешто површинске психотерапије. Било је то раних педесетих, у време када је требало савладати бројне отпоре да се алкохоличарима уопште омогући лечење, па се може рећи да је овај модел испунио своју улогу. Резултати су били скромни: свега 25% лечених је успешно апстинирало. Крајем шездесетих прелази се на организовање облике групног третмана алкохоличара. Увођењем терапијских заједница и групне психотерапије започиње *прелазни модел* у оквиру медицинског правца. Лечење је сада организовано у три фазе: а) почетна, болничка фаза – ради здравственог опоравка; б) фаза лечења у дневној болници – ради едукације и стицања увида у болест и в) продужно лечење у ванболничким условима, са клубом

лечених алкохоличара као носиоцем ове фазе. Истовремено, формирају се тимови за лечење алкохоличара који, осим неуропсихијатара, укључују и психологе, социјалне раднике, педагоге, радне терапеуте, медицинске сестре. Резултати су сада нешто бољи: једна трећина апстинира опорављена, једна трећина повремено пропија, а једна трећина пропада настављајући да пије. *Породични системски модел*, који се уводи средином седамдесетих година, за сада је најуспешнији модел. Његова основна идеја је да алкохолизам није индивидуални проблем, већ проблем породице и шире социјалне групе у којој алкохоличар живи и ради. Овај модел биће шире образложен у књизи пошто представља њену теоретску основу. Резултати породичног системског модела заиста су охрабрујући: око 75% лечених алкохоличара постигло је комплетно побољшање здравственог стања и породичног живота, као и професионалног и социјалног функционисања.

Питања за обнављање градива

1. Како су се развијала схватања о алкохолизму?
2. Како је текао развој медицинског правца?



Питања за стицање увида

1. Да ли знате за неки пример из историје или књижевности о негативном утицају алкохола?
2. Које народне "рецепте" за трежњење знате?



ЗАБЛУДЕ



Штетна дејства алкохола позната су од давнина, али то није спречавало људе да га употребљавају. Није онда чудно што су се временом формирале многе заблуде везане за дејство алкохолних пића које су оправдавале, па чак и препоручивале пијење.



• **Алкохол је лек.** Сви смо већ чули много пута о коњаку који је "добар за срце", о траварици која "помаже код чира", о вину које "поправља крвну слику", о пиву које "стимулише лучење млека" код дојиља и сл. Међутим, животни век алкохоличара за трећину је краћи него код трезних људи, што је резултат погубног дејства алкохола на унутрашње органе и организам у целини.



• **Алкохол ствара самопоуздање.** Тачно је да у малим количинама (1-2

пића) алкохол опушта, али у ситуацијама када је потребна "чиста глава", на пример, код полагања испита, вожње аутомобилом и сл., алкохол ствара лажно самопоуздање и доводи до брзоплетих и погрешних одлука.



• **Алкохол је хранљив.** Осим калорија и нешто угљених хидрата, алкохолна пића немају у себи довољно хранљивих материја – минерала, беланчевина, витамина и др. – да би могла заменити комплетан оброк. Штавише, дуготрајним пијењем долази до промена у органима за варење које ометају издвајање корисних материја из хране, а коначан резултат јесу неухрањеност и бројни телесни проблеми везани за њу.



• **Алкохол помаже код несанице.** Када се човек опије, то ће га за сигурно успавати. Међутим, велика је разлика између алкохоличарског и здравог, окрепљујућег сна. Једна од најтрагичнијих заблуда је давање алкохола бебама ради успављивања, што се понегде још увек чини



ISBN 978-86-7581-167-9



9 788677 811679



www.kreativnicentar.rs