

РАСПЛАТА ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ

Склонность человека к употреблению психоактивных веществ объясняется по-разному. Некоторые из причин ее возникновения, такие, как гедонистическая составляющая человеческой природы, известны с древности. Другие, напротив, связаны с ускорением ритма жизни в информационном обществе, что заставляет людей все активнее прибегать к поиску путей снятия возросшего психологического напряжения. Как бы то ни было, во всем мире фиксируется резкое возрастание распространенности разного рода зависимостей, что уже выводит эту проблему на одно из ведущих мест с точки зрения заболеваемости и потери трудоспособности.

С некоторых пор подлинным бедствием для белорусского и родственных славянских народов стал алкоголизм. О том, что его размах не уменьшается, свидетельствуют последние заявления руководства соседней России о необходимости снижения темпов алкоголизации и сопутствующей деградации населения, особенно молодежи. У нас в стране последовательные меры по уменьшению масштабов пьянства и его социальных последствий начали приниматься еще раньше. Однако сложность ситуации в этой сфере усугубляется открытием в последние десятилетия в войне с зависимостями на стороне врага второго фронта – наркомании. И сегодня приходится констатировать, что новое зло по потенциальной опасности для социума практически ничем не уступает традиционному.

На первый взгляд это утверждение кажется спорным – ведь масштабы распространенности наркомании и алкоголизма все-таки несопоставимы. Но специалисты обращают внимание на более быстрое формирование наркотической зависимости, вследствие чего она поражает молодое население. К тому же наркотическая зависимость является достаточно жесткой, и избавиться от нее довольно сложно. Социально неблагоприятный аспект обусловлен и тем, что под ее воздействием, помимо физических изменений в организме в целом, быстро происходит трансформация личности. Моральные устои утрачиваются буквально на глазах, и люди стремительно

выпадают из общественного контекста, образуя изолированные группы.

Дальнейшее существование таких людей протекает под знаком криминальной активности, поскольку, в отличие от официально разрешенного алкоголя, наркотики изначально являются веществами запрещенными, и их легальное приобретение невозможно. Фактор, подталкивающий к нарушению закона, – и сама стоимость наркотических веществ. А поскольку одно из следствий привыкания заключается в необходимости постоянно наращивать дозу (толерантность к опиатам, например, в процессе употребления возрастает в 100–300 раз), становится понятно, что рано или поздно нарушить закон обречен едва ли не каждый наркоман. Неудивительно, что наркотики пользуются плохой репутацией. Существует мнение, что их достаточно один раз попробовать, чтобы впасть в зависимость.

– Оно не лишено оснований, – говорит врач-нарколог Минского областного наркологического диспансера Дмитрий Статкевич. – Один из критериев причисления вещества к наркотическим – способность быстро вызывать тяжелую зависимость со значительными психологическими и физическими последствиями.

Ведь известен факт, что полусинтетический опиоид героин, полученный посредством химического изменения молекулы морфина, был разработан в начале XIX века как мощное обезболивающее средство и реально применялся в этом качестве в ходе боевых действий вплоть до Первой мировой войны. Но затем выяснилось, что при его использовании очень велика вероятность развития побочных эффектов, в частности привыкания, и уже в 20-е годы минувшего века в США был принят Национальный акт о наркотических средствах, с которого началось ограничение их использования в медицинских целях.

Вместе с тем не секрет, что во многих культурах, особенно в восточных, где употребление алкоголя запрещается религиозными верованиями, наркотики имеют сравнительно



более широкое «хождение» без настолько явных губительных последствий.

Специалисты трактуют этот феномен просто. По словам Дмитрия Статкевича, здесь большое значение имеет контекст, в котором люди прибегают к наркотическим веществам. В каком-то смысле это можно уподобить их медицинскому применению. Когда больных погружают в наркоз во время операции, пациенты, как правило, не сосредотачиваются на эйфорическом эффекте наркотических веществ, для них важно обезболивающее действие. Выписавшись из больницы, в подавляющем большинстве такие люди вовсе не мечтают их снова попробовать. И если применение психоактивных средств связано с какими-то ритуалами или эзотерическими практиками, диктуемыми обычаями, риск развития зависимости также минимален. В более же привычном для нас варианте они изначально предназначаются для достижения эйфории, что является прямой дорогой к формированию зависимости.

И пусть не обольщаются адепты марихуаны и других каннабиноидов насчет того, что их применение якобы не вызывает привыкания. Это заблуждение основывается на отсутствии явно выраженной физической зависимости от данной группы препаратов, но психологическое привыкание, которое они вызывают, ничуть не менее опасно. Лучшее доказательство – то, что редкие приверженцы курения каннабиса остаются верными своему пристрастию, велика вероятность перехода на употребление более тяжелых наркотиков.

Конечно, утверждать, что каждый, кто затянулся коноплей, обречен на хроническую наркозависимость, – значит погрешить против истины. Но с уверенностью предсказать, кого страшная опасность минует, тоже невозможно. Это зависит от слишком большого комплекса факторов: и от генетической предрасположенности, и от системы воспитания в семье, и от умения выстраивать отношения с ближайшим окружением, и от устойчивости к стрессу, и тому подобного. Предвидеть, как они сработают в конкретной ситуации, никому не под силу, поэтому старое правило остается верным: одно из основных условий предотвращения зависимости – воздержание от употребления.

Тем не менее, прекрасно зная об опасности, молодые люди все же идут на страшный риск.

В числе причин, способствующих распространению губительного увлечения, называется глобализация. В том, что активизация международных контактов приводит к росту потребления наркотиков, нет никакого сомнения. Если раньше, во второй половине минувшего века, оно было уделом в основном представителей «золотой молодежи», имевших возможность выезжать за границу и располагавших значительными суммами в валюте, то теперь зло существенно «демократизировалось», поразив все социальные слои.

Наверное, это было несложно прогнозировать, учитывая, что наша страна располагается на пути наркотрафика опиатов из Пакистана, Афганистана, центрально-азиатских стран в Западную Европу. Конечно, правоохрательными структурами предпринимаются самые серьезные меры по пресечению деятельности международных наркоторговцев на белорусской территории. Существенную помощь в этом оказывает и Евросоюз, вкладывая средства в укрепление отечественной пограничной и таможенной инфраструктуры.

Но часть смертоносного зелья все равно неизбежно оседает по пути следования. Полностью же перекрыть все каналы доставки, особенно в транзитном государстве, абсолютно нереально. Да и сам запретительный подход к оказанию помощи зависимым малоэффективен. Очевидно, гораздо логичнее сосредоточиться на формировании внутреннего иммунитета, устойчивости личности к влиянию пагубных соблазнов. Воспитание этих качеств – задача всего общества. Большое значение здесь имеет признанная в нем шкала ценностей и приоритетов.

Не секрет, что эпоха 1960-х годов с ее расцветом культуры хиппи многое сделала для придания наркопотреблению ложного ореола романтики. Надо отметить, что прагматичные рыночные времена сместили акценты в этой сфере. Сегодня уже не считается, как 15–20 лет назад, что курить «травку», а тем более колоться – круто и престижно. Большинство современных молодых людей начинает все яснее осознавать: для того, чтобы в конкурентной гонке рассчитывать на жизненный успех, нужно быть здоровым и



Проверка железнодорожного состава на наличие наркотиков на станции Брест-Центральный

образованным, а наркотики – это скорее путь в никуда. Но десятилетия идеологического вакуума сделали свое дело, и в природе распространения опасной зависимости произошел качественный скачок.

– Во второй половине 90-х годов, когда я начинал свою трудовую деятельность, – продолжает Д. Статкевич, – наркопотребители преимущественно были в таком возрасте, когда за плечами уже имела армия, стаж работы по специальности, многие успели обжа-

вестись сравнительно благополучными семьями. Словом, это были люди, которые к моменту возникновения зависимости приобрели опыт социально-приемлемого существования. Сегодня привычка к употреблению психоактивных веществ вообще и наркотиков в частности сильно помолодела. Сплошь и рядом приходится сталкиваться с ситуацией, когда носитель серьезной, сформированной зависимости не имеет ни образования, ни одного дня работы по специальности, и зрелой личностью его никак не назовешь. Это значительно усложняет работу врачей, так как человека всегда легче возвращать к тому, что он когда-то имел. Нынешнему же контингенту нужно не только помогать избавиться от зависимости, но и пройти те стадии взросления, которые упущены с начала употребления наркотиков. Потому что хорошо известно: человек, пристрастившийся к этому, не только останавливается в своем развитии, но и начинает деградировать.

Однако дальнейшие попытки составить усредненный портрет наркопотребителя результатов не дают. Заведующая 37-м наркологическим отделением Республиканского научно-практического центра психического здоровья Елена Неволіна подтверждает, что большинство ее подопечных – молодые люди от 20 до 28 лет. Однако это скорее не психологический штрих, а отражение общепризнанного факта, что наркоманы долго не живут. Намного раньше отведенного природой срока их сводят в могилу передозировка, чрезвычайно распространенные в этой среде суициды, а также передающаяся инъекционным путем ВИЧ-инфекция. Самому старшему пациенту отделения на момент беседы был 51 год, и, по меркам наркозависимых, он может считаться

чуть ли не абсолютным долгожителем. Елена Александровна также отмечает, что в отделение чаще попадают юноши, очевидно, как более склонные к риску и асоциальному поведению, но и девушек, к сожалению, хватает.

Следует оговориться, что в РНПЦ проходят лечение лишь пациенты с зависимостью от опиатов. Объяснение этому простое: именно данная группа наркотиков вызывает быстрое физическое привыкание, симптомом которого является печально знаменитая «ломка». Именно ее проявления в виде более и других признаков телесного неблагополучия побуждают наркопотребителей к обращению за медицинской помощью: ведь госпитализация в отделение происходит на сугубо добровольной основе. Но даже весьма ощутимые физические страдания не всегда заставляют прислушаться к голосу разума. По словам Елены Неволіной, порядка 20 % потенциальных пациентов, несмотря на предварительную договоренность, до отделения не доезжают.

Что уж говорить о последствиях психологического привыкания, характерного при употреблении наркотических веществ, относящихся к другим группам, признаки которого – плохое настроение, нарушенный аппетит, бессонница, раздражительность или плохая сосредоточенность. В нашем социуме подобные расстройства принято считать обычными неурядицами и попросту игнорировать. Соответственно, целые категории наркопотребителей никогда не обращаются к врачу, отчего их выделение по каким-то психологическим критериям еще более затрудняется.

Кстати, различия по приверженности к приему той или иной группы наркотических веществ – один из немногих достоверных признаков, по которым практикующие наркологи берутся классифицировать своих пациентов. Однозначно можно утверждать, что тут решающую роль играют те или иные личностные дефициты. Тот, кто ищет в эйфории активности, неумной энергии, бурного веселья, придет к употреблению амфетаминов, тогда как обманчиво легкий путь к снятию внутренней тревоги и блаженному успокоению обещают опиаты.

Но в чем специалисты единодушны, так это в том, что потенциальной жертвой наркотиков рискуют стать все психологические типы без исключения. Более того, не следует думать, что наркозависимых можно как-то



Финальная акция областной профилактической кампании «Минщина против наркотиков» в Солигорске

выделить из толпы. Напротив, как правило, это совершенно обычные люди, которые выглядят весьма респектабельно и, так сказать, нормально. Со стороны трудно заподозрить о тайной – до поры – стороне их жизни.

И еще одно распространенное заблуждение – полагать, что наркотической зависимости подвержены в массе своей люди слабые и безвольные. Жизненные обстоятельства могут оказаться сильнее самых стойких натур. А когда человек в поисках ухода от психологически труднопереносимых обстоятельств обращается к наркотикам, в дело вступают уже биологические механизмы привыкания, которые не перешибешь никакой силой воли. Уповать на нее – все равно, что пытаться с помощью силы воли лечить пневмонию.

С того момента, как у человека начинает формироваться наркотическая зависимость, он – больной. Черты, возникающие по мере деградации личности, – грубость, склонность к аморальному и асоциальному поведению – не что иное, как ее симптомы. Но это отнюдь не снимает ответственности с заболевшего: если он, выполняя все критерии зависимости, о чем ему говорят специалисты и окружающие, ничего не предпринимает для избавления от нее, он сам ставит себя за рамки социальных норм. Однако прописные истины о необходимости как можно более раннего обращения за специализированной помощью нередко остаются благими пожеланиями. Путь наркозависимого к врачу обычно долог и тернист. В такой ситуации чрезвычайно возрастает значение ближайшего окружения больных, потому что возникновение созависимости как реакции на зависимость (в данном случае неважно, здоровой или нет) выступает одним из серьезнейших препятствий для решения проблемы в целом.

Близким наркозависимых можно только посочувствовать. Постоянные скандалы, угрозы, исчезновение из дома ценных вещей – вот далеко не полный перечень неприятностей, с которыми им приходится сталкиваться в повседневной жизни. Но когда непутевый родственник наконец-то попадает в ситуацию, когда ему необходимо держать ответ перед законом и обществом, многие близкие из соображений ложно понимаемой заботы делают все, чтобы спасти его от неминуемой расплаты. При этом они стараются максимально скрыть, замолчать имеющиеся сложности,

чтобы негативная информация не просочилась за пределы семьи.

Это – лишь некоторые из многих симптомов созависимости, преодолеть которые необходимо для увеличения шансов на успех лечения. Потому что существует непреложная истина: ни один зависимый изолированно не появляется. Для того чтобы это произошло, подчеркивает Дмитрий Статкевич, требуется соответствующее окружение, которое его неосознанно будет поддерживать: не в смысле поощрять, а просто за счет психологических механизмов взаимоотношений, сложившихся в данной группе.

Врач констатирует, что понимание этой истины дается с большим трудом. Как правило, страдающие близкие наркозависимого ни минуты не сомневаются в своей решимости отправить его к врачу. Но когда речь заходит о том, что в помощи специалиста нуждаются, прежде всего, они, типичная реакция, с которой приходится сталкиваться, – неприятие и сопротивление. Но ведь факт остается фактом: родственные взаимоотношения имеют решающее значение в том, станет человек наркозависимым или нет.

Конечно, речь не идет о том, чтобы возлагать на несчастную семью ответственность за ее оступившегося члена. Задача в другом: необходимо поломать сложившийся в данной ячейке стереотип. Когда поведение и отношение людей, окружающих зависимого, начинает меняться, тогда и он сталкивается с необходимостью вносить поправки в свою жизнь. Простых решений здесь нет и быть не может. Чтобы разобраться, в чем корень проблемы и с чего следует приступать к ее решению, требуются неоднократные встречи с профессионалами и консультации: индивидуальные и групповые.

Но все же из самых общих положений специалисты тайны не делают. Известно, что риск развития зависимости выше там, где отсутствуют искренние и доверительные отношения между родителями и детьми. Типичная ошибка – подменять воспитание заботой исключительно о материальном обеспечении подрастающего поколения. Это не только не избавляет от возможных эксцессов, но и, напротив, нередко провоцирует их: многие наркопотребители признаются врачам, что впервые попробовали зелье как раз из-за того, что руки жгли лишние деньги.



Дмитрий СТАТКЕВИЧ:
«Бытует мнение, что выбраться из наркозависимости невозможно. Это вредный миф. Избавиться от нее вполне реально, по крайней мере, перестать употреблять психоактивное вещество и получать удовольствие от трезвой жизни. Скажу более: я не знаю ни одного человека, который, действительно желая вылечиться, не вылечился бы».

В корне неверно подменять живой, уважительный интерес к личности ребенка попытками бесцеремонного вторжения в его жизнь, тотального контроля. Обычно они наталкиваются на сопротивление с целью оградить свое внутреннее пространство: поначалу подобная закрытость может носить безобидный характер, но в дальнейшем, если происходит что-то непредвиденное, родители лишаются возможности это отследить.

Наконец, хорошим средством профилактики служит воспитание у ребенка самостоятельности и чувства ответственности за свою судьбу. Не нужно стараться сделать его жизнь безбедной и беспроblemной, договариваться об устройстве в специальную школу, престижный вуз и так далее. Конечно, в сегодняшней действительности сложно состояться, будучи напрочь лишенным разумной поддержки старших. Но эта поддержка не должна преступать грань того, с чем ребенок в состоянии справиться собственными силами. То, что родители сделают это лучше, – не аргумент. Гиперопека до добра не доводит, впрочем, как и полная безнадзорность. Оптимальный вариант – золотая воспитательная середина, и чем больше семей в нее попадает, тем лучше.

Но удастся это далеко не всем, так как умение быть хорошими родителями с неба не падает. Правда, у кого-то оно может быть врожденным, кому-то передается из поколения в поколение, кто-то найдет верный тон интуитивно, а кто-то не найдет вовсе. В таком случае самое лучшее – признать проблемы в собственной компетентности и пойти учиться родительскому искусству. Существует масса индивидуальных и групповых методик как его нарабатывания, так и само- и взаимопомощи в ситуации реализации неблагоприятного сценария. Занятие ими влечет минимальные материальные затраты либо не влечет их совсем. Недостатка в кадрах психологов и психотерапевтов в стране тоже не ощущается, в том числе ведущих бесплатный прием в поликлиниках, – были бы готовность и желание.

В борьбе с зависимостью все средства хороши. Если кому-то помогает обращение к религии, это можно только приветствовать. Однако Д. Статкевич предостерегает от встречающейся иногда тенденции уповать только на высшие силы. Никогда не стоит забывать, что



Сергей ИГУМНОВ,
директор
Республиканского
научно-практи-
ческого центра
психического
здоровья, доктор
медицинских наук,
профессор:

– По данным на конец минувшего года, под наблюдением наркологической службы Минздрава в нашей стране находилось 11,5 тыс. лиц, употреблявших наркотики с вредными последствиями, что на 6 % выше, чем в 2007 году. Количество людей, страдающих уже сформировавшейся наркотической зависимостью, составляло более 7200 человек. Если учесть, что реальное количество наркопотребителей может превышать реальную статистику в 5–7 раз, становится понятным масштаб проблемы. Помимо непосредственных проявлений остроту ей придает осложнение ситуации с социальным сиротством, практически неизбежно зарождающимся в этой среде. Кроме того, шприцевые наркоманы являются, по сути дела, «природным» резервуаром ВИЧ-инфекции: в Беларуси на конец 2008 года зарегистрировано 9333 случая поражения ею, причем 65 % фактов заражения СПИДом приходится на инъекционный путь. Положение усугубляется тем, что, страдая сами социальной дезадаптацией, потребители наркотиков обычно бывают их распространителями.

И вместе с тем общество не может предоставлять таких людей самим себе как из гуманистических соображений, поскольку, несмотря ни на что, они продолжают оставаться людьми, так и из соображений собственной безопасности. По отношению к подобным больным во всем мире предусмотрено два основных подхода. Пока наркозависимый молод, а его психика не разрушена и достаточно пластична, он может и должен работать в реабилитационных программах, ориентированных на полное воздержание от психоактивных веществ. Они задействуют и психотерапию, и другие формы реабилитации, и рациональное трудоустройство, и так называемую дестигматизацию бывших наркозависимых. Коль скоро больной излечился, на нем не должно быть позорного клейма, влияющего на дальнейшие перспективы.

Очень важное направление – создание групп анонимных наркоманов. Ведь человек, вырвавшийся из наркотического плена, теряет бук-

важно все социальные связи: раньше он был способен общаться только в условиях потребления наркотиков и только с наркозависимыми. После расставания с этими псевдодрузьями у него не остается никого: семья чаще всего распадается, родственники отворачиваются, что выступает одним из факторов рецидива. Поддержка людей, имеющих успешный опыт преодоления зависимости, в такой момент может сыграть решающую роль.

Существует и ряд программ так называемого уменьшения вреда. В основном они рассчитаны на людей с длительным стажем наркотической зависимости, у которых за плечами не менее двух попыток неудавшегося лечения. В отношении таких, например, в Европе реализуются программы обмена шприцев, осуществляется раздача средств предохранения от нежелательной беременности, принимаются меры по лечению ВИЧ-инфекции в случае ее обнаружения.

Что касается нашего РНПЦ, то мы имеем в распоряжении 190 коек для лечения страдающих алкогольной и наркотической зависимостями. В ближайших планах – открытие реабилитационного наркологического отделения еще на 25 коек. Одна из форм деятельности, которую мы осуществляем, – оказание наркологических услуг на анонимной основе. Назвавшись любой фамилией, человек может не только прийти на консультацию, но и пройти полноценный курс лечения, причем это распространяется как на граждан Республики Беларусь, так и жителей ближнего зарубежья. Такое лечение позволяет человеку сохранить лицо, поскольку он войдет в официальную статистику лишь как безымянная единица мужского или женского пола. Правда, данная возможность не предусмотрена для лиц, которые принудительно направляются на лечение органами внутренних дел. Наши анонимы – люди, которые сумели вовремя остановиться на краю алкогольной или наркотической пропасти.

Недавно наряду с другими на центр приказом министра здравоохранения Республики Беларусь возложена задача создания национальной системы мониторинга наркологической ситуации в стране, разработки коррекционно-профилактических программ по предотвращению стойких поведенческих девиаций, алкогольной и наркотической зависимости, «нехимических аддикций», таких, как «технологические зависимости» у подростков и тому подобное. Рабочая группа по мониторингу наркологической ситуации находится в процессе формирования. Представляется, что полученные ею результаты со временем лягут в основу серьезных государственных решений по снижению того ущерба, который наносят обществу наркотическая и другие зависимости.

любая зависимость – прежде всего медицинская проблема. Однако и сугубо врачебных методов недостаточно. Только многофакторный мультидисциплинарный подход обещает излечение. Зато при соблюдении этих условий шансы на успех достаточно велики.

– Бытует мнение, что выбраться из наркозависимости невозможно, – подытоживает Дмитрий Статкевич. – Это вредный миф. Избавиться от нее вполне реально, по крайней мере, перестать употреблять психоактивное вещество и получать удовольствие от трезвой жизни. Скажу более: я не знаю ни одного человека, который, действительно желая вылечиться, не вылечился бы.

Казалось бы, в пользу плохих прогнозов свидетельствует статистика. Согласно ей число лиц, употреблявших наркотики и снятых с диспансерного наблюдения, по отношению к количеству остающихся под наблюдением, в 2008 году составило 4 %. Но здесь необходимо иметь в виду, что по мере того, как к курсу чистой детоксикации (то есть избавления от физической зависимости, который длится в среднем от двух до трех недель) добавляется психотерапевтический и реабилитационный компонент, число выздоровевших сразу увеличивается. Конечно, эффект может достигаться не сразу, нередко этому предшествуют срывы и неудачи. Процесс реабилитации под наблюдением профессионала продолжается от года до нескольких лет, а самостоятельная работа над собой не прекращается всю жизнь.

Прошедшему через зависимость придется заплатить за избавление от нее категорическим отказом от маленьких слабостей, которые в состоянии иногда позволить себе обычный человек. Но будет и награда. Когда твердо решивший вылечиться мобилизует с этой целью все свои моральные и физические ресурсы, он духовно вырастает, порой даже выше среднего. А направив огромное количество энергии, которая раньше тратилась на добывание денег, поиски наркотиков, скрывание происходящего от всех и вся, в конструктивное русло, бывшие зависимые способны добиваться весьма неплохих результатов наприще, которое они изберут.

Галина МОХНАЧ ■



В Центре реабилитации наркоманов (Светлогорский район Гомельской области)