

Вред наркотиков. 13 принципов эффективного лечения наркомании.

1. **Зависимость от наркотиков – это сложное, но излечимое заболевание.** Наркотическая зависимость затрагивает мозговую деятельность и поведение больного. Вред наркотиков проявляется в том, что наркотики оказывают чрезвычайно разрушительное влияние на структуру и функции головного мозга, и эти изменения сохраняются в течение долгого времени после приёма наркотиков. Это может стать причиной возникновения рецидивов даже после длительного периода воздержания от приёма наркотических средств и привести к пагубным последствиям.
2. **Не существует универсального метода лечения наркомании, который подходит для всех больных.** Для того, чтобы лечение наркомании было эффективно и чтобы вред наркотиков был преодолен, при разработке комплекса лечебных процедур, включающих лекарственные методы и психотерапию, необходимо применить сугубо индивидуальный подход к пациенту с учётом его потребностей и личных проблем. Только при особом индивидуальном подходе лечение зависимости от наркотиков будет эффективным, и в результате станет возможным восстановление у больного способности строить семейные и социальные отношения, а также заниматься трудовой деятельностью.
3. **Чем быстрее начнётся лечение зависимости от наркотиков, тем выше будет его эффективность.** Дело в том, что больные с наркотической зависимостью очень часто сомневаются, стоит ли начинать лечение, и не могут решиться на то, чтобы обратиться за помощью. Но время идёт, и вред наркотиков всё глубже и глубже пускает свои чудовищные корни. Именно поэтому крайне важна возможность немедленно начать лечение, когда больной наконец-то решит обратиться к специалистам. Если лечение наркомании не может быть начато немедленно или оно проводится с использованием труднодоступных средств, то его потенциальная эффективность значительно снижается. Чем раньше начинается лечение зависимости от наркотиков (как и лечение других хронических заболеваний), тем выше вероятность полного выздоровления пациента.
4. **Чтобы лечение наркотической зависимости было максимально эффективным, и вред наркотиков проявлялся как можно меньше, необходимо внимание не только к самой зависимости от наркотиков, но и к другим психологическим проблемам пациента.** В процессе лечения наркомании требуется выяснение причин, которые привели к возникновению наркотической зависимости, а также внимание к связанным с этой зависимостью проблемам с физическим и психическим здоровьем, социальной адаптацией, карьерой и законом. Также при лечении следует учитывать возраст, пол, этническую и культурную принадлежность пациента.
5. **Очень важно, чтобы лечение зависимости от наркотиков продолжалось столько времени, сколько потребуется для появления стабильного положительного эффекта.** Время, которое потребуется для того, чтобы результат терапии стал заметен, зависит от вида и степени тяжести наркотической зависимости, а также от индивидуальных личностных характеристик пациента. Согласно результатам клинических исследований, пациентам с сильной зависимостью от наркотических веществ требуется, по крайней мере, 3 месяца для того, чтобы начать преодолевать вред наркотиков, т.е. хотя бы сократить употребление наркотиков или, в лучшем случае, полностью отказаться от их употребления. Однако для появления стабильного положительного эффекта от лечения требуется намного больше времени. Лечение наркотической зависимости – длительный и сложный процесс, причём часто для полного выздоровления пациенту требуется несколько курсов терапии. Как и при других хронических заболеваниях, при зависимости от наркотиков возможны рецидивы, которые свидетельствуют о том, что пациенту требуется повторный курс и, возможно, некоторое изменение в комплексе лечебных процедур. Часто пациенты изъявляют желание досрочно завершить курс лечения, поэтому специалист должен заранее разработать стратегии психологического воздействия, которые помогут убедить пациента в том, что вред наркотиков ещё достаточно силен, и прекращать лечение ещё рано.
6. **Чаще всего для эффективного лечения наркотической зависимости используется психологическое консультирование – как индивидуальное, так и работа в группах, а также другие формы поведенческой терапии.** Существует множество вариантов поведенческой терапии, которые могут вызвать у пациента мотивацию к борьбе с наркотической зависимостью и прекращению употребления наркотиков, научиться противостоять желанию возобновить приём наркотиков, научиться справляться с проблемами, не прибегая к помощи наркотиков, а также улучшить

навыки общения с другими людьми. Кроме того, вовлечение пациента в групповую терапию и его участие в клубах взаимопомощи может помочь преодолеть вред наркотиков и удержаться от рецидивов тем, кто уже прекратил употребление наркотиков.

7. **Медикаментозная терапия также является очень важной частью комплекса лечебных процедур, особенно в сочетании с психотерапией и другими формами поведенческой терапии.** Медикаменты помогают стабилизировать состояние пациентов и сократить тягу к наркотикам и, соответственно, уменьшить вред наркотиков. Медикаментозное лечение – это только часть общего комплекса терапевтических процедур, который также должен включать различные формы поведенческой терапии.
8. **В процессе лечения зависимости от наркотиков необходимо отслеживать эффективность программы лечения, разработанной для пациента, и при необходимости вносить в неё изменения.** Возможно, в ходе терапии и появления положительного эффекта от лечения, пациенту понадобятся новые лечебные процедуры или изменение порядка актуальных терапевтических действий. Чтобы вред наркотиков преодолевался более эффективно, то, например, в дополнение к консультациям и психотерапии, может возникнуть необходимость в назначении медикаментозного лечения, семейной терапии, работы с родственниками пациента, разработке рекомендаций по эффективному возобновлению трудовой деятельности, а также отношений в обществе и соблюдению норм закона. Именно продолжительное лечение с учётом потребностей пациента, которые могут меняться в процессе терапии, приводит к наиболее эффективным и устойчивым результатам.
9. **Многие больные с зависимостью от наркотиков страдают также другими формами психических расстройств.** Зависимость от наркотиков – одна из форм расстройства психики, которая часто развивается на фоне других психических заболеваний. Выявление и лечение этих заболеваний значительно повышает эффективность лечения наркотической зависимости и позволяет более эффективно преодолеть вред наркотиков.
10. **Детоксикация организма с использованием лекарственных препаратов – только первая ступень лечения наркотической зависимости, которая не играет значимой роли в лечении наркомании в целом.** Несмотря на то, что устранение токсического действия наркотиков на организм с помощью медикаментозных препаратов может уменьшить вред наркотиков и облегчить состояние пациента после прекращения употребления наркотиков, а также выступает хорошим началом для долгосрочной программы лечения зависимости, сама по себе детоксикация не может помочь пациенту преодолеть зависимость, особенно длительную. Именно поэтому следует убедить пациента в необходимости продолжения лечения после детоксикации организма. Правильная мотивация и способность лечащего врача убедить больного в необходимости продолжить курс терапии играют очень важную роль для эффективности курса терапии в целом.
11. **Необходимо строжайшим образом следить за тем, чтобы больной не употреблял наркотики в процессе лечения, хотя иногда врачи упускают этот аспект терапии.** Если пациент знает, что во время лечения доступ к наркотикам получить невозможно, у него возникает дополнительная мотивация к излечению от наркотической зависимости, что способствует ускорению процесса лечения. Кроме того, контроль над пациентом помогает определить признаки, которые могут указывать на приближение рецидива и свидетельствуют о необходимости корректировки или полного изменения комплекса терапевтических процедур в соответствии с потребностями и индивидуальными особенностями пациента.
12. **При разработке терапевтических программ следует учитывать, что наркотическая зависимость может стать причиной возникновения таких заболеваний, как ВИЧ/СПИД, гепатит "В" и "С", туберкулез и т.п., и, соответственно, принимать меры по сокращению риска заражения пациентов друг друга инфекционными заболеваниями.** В большинстве случаев лечение наркотической зависимости направлено на то, чтобы преодолеть вред наркотиков, а именно на то, чтобы прекратить действия, которые связаны с употреблением наркотиков и могут в частности привести к заражению вышеперечисленными заболеваниями. В результате снижается риск заболевания пациентов. Индивидуальная и групповая психотерапия также может помочь тем, кто уже страдает одним или несколькими из перечисленных заболеваний, оказывая положительное влияние на психическое состояние пациентов и помогая им найти способы справиться с болезнью или приглушить её течение. Более того, лечение наркотической зависимости может способствовать переходу данных заболеваний из острой стадии в хроническую и менее опасную для жизни. Но некоторые пациенты сопротивляются тому, чтобы искоренить вред наркотиков как можно раньше, и отказываются сдавать анализы на ВИЧ и другие заболевания, так как просто боятся узнать свой диагноз. В процессе лечения следует убедить таких

пациентов в необходимости анализов, а также объяснить им, что ранняя диагностика ВИЧ и использование современных методов поддерживающей терапии (в частности, высокоактивной антиретровирусной терапии) дает эффективные результаты, особенно после излечения от наркотической зависимости.