

Статья «Профилактика алкоголизма»

Зависимость от алкоголя – актуальная проблема современного общества.

Наше государство реализует целый комплекс мер с целью сокращения употребления алкоголя населением. Особенно эффективны запретительные меры в отношении молодежи и подростков. Запрет на приобретение спиртного детьми и подростками, ограничение времени продажи алкогольных напитков, запрет употребления алкоголя в общественных местах – все это помогает молодым людям не вовлечься в злоупотребление и зависимость.

Медицинские работники активно проводят профилактические лекции и тренинги в учебных заведениях. Однако даже самые лучшие лекции не будут оказывать такое большое влияние, как поведение самих родителей. Если ни один семейный праздник или застолье не обходится без спиртного, шанс, что подросток не последует примеру родителей – ничтожно мал.

Давайте поговорим о том, что можете сделать каждый обычный человек для того, чтобы в нашем обществе проблема алкоголизма стала менее острой.

Самое действенное – это отказаться от алкоголя! Как специалисты мы наблюдаем, что все больше молодежи сознательно отказывается от спиртного, выбирает здоровый образ жизни.

Если в Вашем окружении есть люди, имеющие «неразрешимые» проблемы, склонные к депрессиям, нужно своевременно посоветовать им обратиться к психологу, психотерапевту. Часто следующий шаг в таких ситуациях – употребление алкоголя «для решения проблем». Алкоголь не решает проблемы, а создает новые! Но некоторым людям, чтобы понять это, необходима помощь специалистов.

А что делать, если в Вашем окружении есть люди, уже попавшие в зависимость от спиртного?

Зависимые люди отрицают зависимость. Так устроено это заболевание. На все доводы окружающих они сообщают, что у них все под контролем, «могу пить, могу не пить».

У психологов и наркологов есть действенные технологии, которые помогают зависимому человеку справиться с сопротивлением и признать проблему. Задача близких и родственников больного – убедить его в необходимости обращения к специалистам. Чем раньше будет обращение за помощью, тем качественнее сложится жизнь зависимого человека после лечения и реабилитации.

Важно не надеяться на то, что «все пройдет». Зависимость – это хроническое прогрессирующее заболевание, и сама она не проходит.

Лечение и реабилитация требуют времени. В настоящее время проблема выхода из зависимости решена. Есть понятные шаги, их необходимо делать зависимому человеку вместе с родственниками при поддержке специалистов, и пожизненная ремиссия этого серьезного заболевания будет достигнута.

Важно как можно раньше обратиться к квалифицированным специалистам и перестать надеяться на мгновенные «волшебные» способы выхода из зависимости.

По вопросам консультации и лечения алкогольной зависимости, в том числе анонимно, обращайтесь:

- КОГБУЗ «Кировский областной наркологический диспансер»:
Киров, Студенческий проезд, 7;
- прием врача – психиатра-нарколога взрослого населения: понедельник-пятница с 8.00 до 19.00, суббота с 8.00 до 14.00, воскресенье – выходной;
(8332) 53-66-62;
- детского и подросткового населения: понедельник-пятница с 8.00 до 18.00,
(8332) 53-00-97;
- отделение медицинской реабилитации: **(8332) 53-00-74;**
- **Телефон круглосуточной «горячей линии» по вопросам оказания наркологической помощи: (8332) 45-53-70.**