

УДК 159.922

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К РЕАБИЛИТАЦИИ НАРКОЗАВИСИМЫХ

Алмагамбетова А. А.

*кафедра психиатрии и наркологии,
НАО «Медицинский университет Семей»,
Республика Казахстан, г. Семей*

Акименко Г.В.

*доцент кафедры психиатрии, медицинской психологии и наркологии,
ФГБОУ ВО Кемеровский государственный медицинский университет
Минздрава России,
Россия, г. Кемерово.*

Селедцов А.М.

*д.м.н., профессор заведующий кафедрой психиатрии, медицинской психологии
и наркологии,
ФГБОУ ВО Кемеровский государственный медицинский университет
Минздрава России,
Россия, г. Кемерово.*

Аннотация. Тенденция роста употребления наркотиков, вызывающих привыкание, вызывает беспокойство и требует серьезного внимания. Наиболее распространенные примеры употребления наркотиков включают алкоголь, каннабис, опиоиды, никотин, психостимулирующие препараты и галлюциногены. Наркомания стала глобальной проблемой, которую необходимо решать с помощью массового осознания и использования как психологических, так и фармакологических методов лечения. В этой статье мы рассмотрим различные современные тенденции наркомании и стратегии, которые разработаны для решения проблемы наркомании. Адаптационная психотерапия служит необходимой частью реабилитационного процесса при

возвращении пациентов в привычный микросоциум. На этапе трудовой социализации и профориентации формируются модусы поведения, необходимого для уверенного вхождения в профессиональную жизнь.

Ключевые слова: наркозависимые, психоактивные вещества, реабилитация, арт-терапия, индивидуальная психотерапия, трудовая социализация.

MODERN APPROACHES TO THE REHABILITATION OF DRUG ADDICTS

Almagambetova A. A.

Department of Psychiatry and Narcology

NJSC «Semey Medical University»,

Republic of Kazakhstan, Semey

Akimenko G.V.

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the

Department of Psychiatry, Medical Psychology and Narcology,

Kemerovo State Medical University,

Russia, Kemerovo

Seledtsov A.M.

Doctor of Medical Sciences, Professor Head of Department of the Department of

Psychiatry, Medical Psychology and Narcology,

Kemerovo State Medical University,

Russia, Kemerovo

Abstract. The upward trend in the use of addictive drugs is a matter of concern and requires serious attention. The most common examples of drug use include alcohol, cannabis, opioids, nicotine, stimulants, and hallucinogens. Addiction has become a global problem that needs to be addressed through mass awareness and the use of both psychological and pharmacological treatments. In this article, we will look at various current addiction trends and strategies that have been developed to address

the problem of addiction. Adaptive psychotherapy is a necessary part of the rehabilitation process when patients return to their usual micro-society. At the stage of labor socialization and career guidance, the modes of behavior necessary for confident entry into professional life are formed.

Keywords: drug addicts, psychoactive substances, rehabilitation, art therapy, individual psychotherapy, labor socialization.

Введение. Эффект наркомании в основном заключается в сокращении трудовых, интеллектуальных и творческих ресурсов страны за счет вовлечения большого числа молодых людей, в основном мужчин, в систематическое употребление психоактивных веществ (Вешнева и Бисалиев, 2015; Анисимова, 2007; Госсоп, Стюарт, Марсден, Кидд и Странг, 2004).

Это, в свою очередь, ставит под угрозу реализацию стратегических целей развития нашей страны, поскольку употребление наркотиков может оказать значительное влияние на психологическое развитие человека, сделать невозможным приобретение им навыков и подходов к жизненным ситуациям и достижение профессиональной и личностной зрелости (Дудко, Пелипас, Цетлин и Рыбакова, 2005; Ратод, Адденбрук и Розенбах, 2005; Кисляков, Шмелева, Силаева, Белякова и Карташев, (2016).

Индексы социально-эмоционального благополучия молодежи: оценка и направления улучшения., 2016). Другим следствием наркомании является антисоциальное поведение наркоманов, связанное с употреблением наркотиков, которое угрожает стабильности общества (Narpalkov & Morozov, 2015; Ooteman, Koeter, Vserheul, Schippers, & van den Brink, 2006; Shewan & Dalgrano, 2005; Кисляков, Шмелева, Рыбакова, Бабич, Белякова и Семенов, 2018) [2, 4].

В этой связи остаются актуальными дальнейшие разработки в отношении организации эффективных программ, методов коррекции, реабилитации и ресоциализации лиц с зависимостью от психоактивных веществ.

Целью исследования было изучение социальных и психологических аспектов реабилитации и ресоциализации наркозависимых,

Результаты и обсуждение. Длительное употребление психоактивных веществ может привести к физическому и психическому истощению человека. Происходит искажение жизненных ориентиров и подмена ценностей. Зависимые полностью забывают о возможности и необходимости заниматься каким-либо полезным трудом. Все их усилия и стремления направлены только на поиск новой дозы или денежных средств на ее приобретение.

В результате происходит личностная и профессиональная деградация, которая приводит человека на самый низ социальной иерархии. Избавление от пагубного пристрастия и возврат к нормальной жизни невозможен без полноценного восстановительного курса. Программа завершающего этапа медпомощи предусматривает применение трудотерапии, как средства реабилитации наркозависимых.

Для восстановления используют комплекс медикаментозных, психологических и социальных мероприятий, которые способствуют возврату больных к здоровой жизни без психотропного опьянения. При этом рабочие нагрузки помогают влиться в общественную среду без чувства собственной неполноценности, душевных и телесных мучений.

Лечение пристрастия к психоактивным препаратам очень длительный и трудный процесс, который лучше всего проходить в наркологической клинике. Основные пункты лечебного плана включают детоксикацию, снятия абстинентного синдрома, кодирование, медикаментозную терапию сопутствующих и хронических недугов, спровоцированных токсическим влиянием наркотиков, арт-психотерапию и др.

Термин «лечение» от наркомании немного вводит в заблуждение - он подразумевает, что людям с зависимостью “становится лучше” после того, как они получили ту или иную форму лечения. На самом деле, избавление от зависимости - это пожизненное обязательство, которое требует постоянного

внимания и заботы. Даже люди, прошедшие годы успешного выздоровления, должны помнить о возможности рецидива и использовать инструменты, которым они научились во время лечения, для его предотвращения.

Для окончательной победы над пагубным влечением не стоит игнорировать реабилитационный и адаптационный этап. Правильное восстановление не оставит никаких шансов наркомании снова взять под контроль жизнь человека. Наркологи рекомендуют в этот период находиться в специализированном центре..

Основные принципы восстановительной программы:

- нахождение в закрытом пространстве среди таких же людей, пострадавших от наркотиков;
- невозможность поддерживать прежние связи с неблагонадежными друзьями и получения новой дозы психотропного соединения;
- продолжение лечебного процесса: назначенных фармакологических средств и других медицинских мероприятий;
- наличие постоянной психотерапевтической поддержки;
- доступность физиотерапевтических процедур;
- соблюдение оптимального распорядка дня;
- возможность заниматься спортом, творчеством, рукоделием и другими занятиями по душе;
- разумное сочетание посильного труда и отдыха.

Территории реабилитационных учреждений в основном имеют достаточно места для прогулок на свежем воздухе, физических упражнений и отдыха. Каждый человек здесь сможет найти интересное увлечение и посвятить себя общественно полезным занятиям.

Для каждого клиента разрабатывается индивидуальный дневной график, в котором присутствуют медикаментозный курс (при необходимости продолжения приема лекарств), встречи с психологом, тренинги, арт-терапия, физкультура, культурные мероприятия, прогулки, чтение, лекции и трудовые

обязанности. При этом учитываются пожелания, прежние умения, физиологическое и психическое состояние пациента.

Для некоторых наркоманов в этот период очень трудно не только выполнять самые простые поручения, но и выражать свои мысли и общаться с другими людьми. На возобновление элементарных навыков и коммуникативных способностей направлены все пункты плана восстановления. При этом зависимые, которые находятся в учреждении более продолжительное время, всегда подставят дружеское плечо только поступившим коллегам.

Приобщение ранее наркозависимых к труду происходит поэтапно. Сначала пациент работает совсем недолго, дальше время постепенно увеличивается и расширяется список обязанностей. В основном сами больные определяют понравившуюся сферу деятельности. Одним нравится убирать в палатах, другим - помогать на кухне, третьим - ухаживать за растениями или наводить порядок во дворе.

Выполнение всех пунктов программы контролируется персоналом медучреждения. При необходимости они подскажут, научат и помогут вспомнить забытые в период наркомании движения и вернуть прежнюю сноровку.

При возникновении непредвиденных ситуаций, ухудшения самочувствия и острых состояниях медицинские работники смогут вовремя отреагировать и предоставить необходимую поддержку.

Физическая работа для наркозависимых не только не противопоказана, но и полезная, и имеет следующие положительные влияние:

- восстанавливает утраченные навыки и профессиональную подготовку;
- позволяет развивать ответственность и дисциплинированность;
- формирует новые умения и рабочие познания;
- воспитывает чувство взаимопомощи и самоуважения;
- совершенствует коммуникативные способности;

- обеспечивает удовлетворение собственными действиями.

Положительный эффект от такой терапии проявляется в возможности ощутить себя востребованным и нужным в обществе, почувствовать удовольствие от коллективной работы и возможности помогать другим людям.

Пациенты совмещают понравившуюся деятельность со всеми пунктами реабилитационной программы: культурно - массовыми, спортивными, физиотерапевтическими мероприятиями. В результате у них весь день расписан почти по минутам, и свободного времени для мыслей о наркотиках не остается.

Восстановление в реабилитационном центре с выполнением посильных рабочих обязанностей показывает хорошие результаты.

В итоге человек, который прошел полный цикл:

- раскрывает свой рабочий и творческий запас;
- восстанавливает прежние навыки и умения
- понимает причины привязанности к наркотикам и укрепляет внутренний настрой против зависимости;
- налаживает нормальные семейные и социальные связи;
- формирует здоровые жизненные принципы;
- может противостоять стрессовым ситуациям и нервным перенапряжениям без психостимуляции;
- принимает ответственность за собственные поступки;
- самостоятельно умеет разрешать проблемы и сложности;
- возобновляет прежнюю систему ценностей и правильных жизненных целей.

Под влиянием терапии трудом у наркозависимых не только улучшается психоэмоциональное состояние, но и физические показатели. Без использования фармакологических препаратов трудовые нагрузки благотворно воздействуют на все органы и системы.

Нормализуется артериальное давление, улучшается работа сердечно - сосудистой и дыхательной системы, головного мозга, опорно-двигательного

аппарата, желудочно-кишечного тракта. Повышаются защитные силы, уменьшается заболеваемость простудными, инфекционными и вирусными недугами.

После выписки из реабилитационного центра пациента ожидает нелегкий период акклиматизации в обычной жизни. Опытные специалисты всегда предоставляют рекомендации относительно правил вхождения в общество, чтобы не допустить срывов и возврата в наркологическое прошлое.

Для этого проводятся семейные и групповые сеансы психотерапии, призванные научить все ближайшее окружение больного, как правильно общаться, строить взаимоотношения и помогать близкому после длительного курса исцеления.

Как лечить наркоманию трудотерапией, в настоящее время знают многие врачи, но не всем удастся наладить постоянное сопровождение пациента вне стен клиники. Перед больным возникает много вызовов, преодолеть которые ему должны помочь близкие, друзья, социальные и медицинские работники.

Бывшему наркоману необходимо решить следующие задачи:

- применить приобретенные или возобновленные трудовые способности на практике;
- восстановиться в учебном заведении или на работе;
- найти новые интересные занятия и увлечения, чтобы день был заполнен так же, как и в реабилитационном центре;
- вернуться к родительским и семейным обязанностям.

Для полноценной общественной адаптации неоценимое значение имеет помощь всех членов семьи. Заполнить свободное время поможет совместное времяпрепровождение: пешие и велосипедные прогулки, туризм, походы в театр, кино, на концерты, спортивные мероприятия, хобби.

Особое место в этом списке занимает волонтерская и общественная работа, добровольная помощь тяжелобольным и наркозависимым. Это

позволяет человеку почувствовать собственную значимость, полезность и уверенность в своих силах.

Лечение наркозависимости трудотерапией дает положительные результаты только в том случае, если физическая работа не является принудительной и непосильной [1].

Использование арт-терапии при лечении расстройств, связанных со злоупотреблением психоактивными веществами, берет свое начало в 1950-х годах. Обзор литературы по арт-терапии выявил множество актуальных применений арт-терапии в лечении наркомании за последние 30 лет.

Арт-терапия - это творческое терапевтическое взаимодействие между терапевтом и пациентом, включающее искусство как форму эмоционального и личностного выражения. Пациенту предоставляется обстановка, не допускающая осуждения, для облегчения невербального, но творческого процесса общения.

Большинство методов арт-терапии для пациентов, страдающих расстройством, связанным со злоупотреблением психоактивными веществами, включают творческий процесс, включающий не только создание произведений искусства, но и интерпретацию официальных произведений искусства.

Арт- и музыкальную терапию можно использовать для мотивации пациентов к изменениям и активному вмешательству разума и тела, поскольку в ней используются одни и те же когнитивные процессы оценки, выбора и принятия решений.

Исследования в области арт-терапии показали, что она особенно полезна при работе с пациентками, которые подверглись сексуальному насилию, что является обычным явлением среди женщин, проходящих курс лечения от зависимости. Арт-терапия также считается идеальным инструментом для вовлечения подростков, поощряя их творчество и самовыражение, делая их более сговорчивыми к лечению [3].

Арт-терапия наиболее эффективна, когда она применяется в сочетании с другими методами лечения зависимости. Часто это активный компонент целостного исцеления, которое фокусируется на всем человеке, а не только на теле. Однако ее преимущества не ограничиваются лечением. Вы можете участвовать в любом творческом процессе вне лечебных учреждений, чтобы помочь восстановить самоощущение или достичь спокойствия.

Заключение. Поскольку наркологическая зависимость может влиять на очень многие аспекты жизни человека, лечение должно учитывать потребности всего человека, чтобы быть успешным. Основным компонентом мероприятий психологической реабилитации должно быть формирование свойств психологической устойчивости к повторному вовлечению в химическую зависимость, чему способствуют содержательные аспекты психотерапевтического воздействия, направленного на развитие у человека возможностей изменения собственной жизни, достижения конструктивных жизненных целей и формирования устойчивых ресурсных состояний, включающих навыки эффективной самоорганизации.

Библиографический список:

1. Goyal, et al.: Drug addiction and rehabilitation²⁸ Drug Bulletin – Volume 45, Issue 2, April 2020 combine psychological interventions along with drug therapy in treating drug addiction for better outcome. References.

2. Köpetz CE, Lejuez CW, Wiers RW, Kruglanski AW. Motivation and self-regulation in addiction: a call for convergence. Perspectives on Psychological Science. 2013 Jan;8 (1):3-24.

3. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC), World Drug Report 2019 (United Nations publication, Sales No. E.19.XI.8), p.19. Available at: <https://wdr.unodc.org/wdr2019/> (Last accessed on April 30, 2020)

4. Ambekar A, Agrawal A, Rao R, Mishra AK, Khandelwal SK, Chadda RK on behalf of the group of investigators for the National Survey on Extent and Pattern of

Substance Use in India (2019). Magnitude of Substance Use in India. New Delhi: Ministry of Social Justice and Empowerment, Government of India. Available at http://socialjustice.nic.in/writereaddata/UploadFile/Magnitude_Substance_Use_India_REPORT.pdf. Last accessed on April 30, 2023).

Оригинальность 94%