

121.ro: In cautarea unui psihiatru pentru tratarea dependentelor

de Rupert Wolfe Murray, traducere de Iulia Marusca



In Romania nu e deloc usor sa gasesti tratament impotriva dependentei de alcool sau droguri. Stiu asta, pentru ca de mai bine de un an caut astfel de servicii in aceasta tara. Va intrebati poate de ce caut tratament pentru dependenta (sunt cumva dependent de droguri, alcool, jocuri de noroc sau sex?).

Desi am observat la un moment dat o intalnire a Alcoolicilor Anonimi in Bucuresti, marturisesc ca nu sunt dependent de nimic (poate doar de munca). Insa lucrez pentru [Castle Craig Hospital](#), o importanta clinica de dezintoxicare din Marea Britanie, care isi ofera acum serviciile si in Romania, pentru persoanele care au resurse suficiente pentru a urma mai multe saptamani de tratament in Scotia. (Suntem constienti ca majoritatea romanilor care au nevoie de tratament nu si-l pot permite, asa ca pentru inceput ne propunem sa oferim informatii si sa crestem nivelul de constientizare publica cu privire la astfel de probleme de sanatate).

Primul lucru pe care il observa oricine la o prima investigare, este ca exista o lipsa serioasa de servicii de tratament pentru persoanele dependente din Romania. Exista intr-adevar multi psihologi si psihiatri, dar putini dintre ei sunt specializati in tratamentul dependentei. E usor sa dai vina pe comunism si pe modelul sovietic, dar Ucraina si Rusia par sa stea mult mai bine la acest capitol decat Romania. Spre exemplu, daca dati click [aici](#), veti putea citi despre un centru bine dezvoltat din Ucraina.

Am intalnit, insa, si persoane calificate in Romania, care cunosc aspectele dependentei si ofera servicii variate de tratament. Vreau sa impartasesc aceasta informatie cu Dvs. Prima parte a acestui articol explica principiile cheie in tratamentul dependentei. A doua parte este o lista cu serviciile de tratament disponibile in Romania. Articolul se termina cu o scurta prezentare a clinicii de dezintoxicare al carei reprezentant sunt in Romania.

Negarea este principala bariera in drumul catre insanatosire

De curand, am cunoscut un misionar american, Floyd Frantz, care lucreaza in Cluj. Este expert in tratamentul alcoolismului si foloseste modelul celor 12 pasi. Aceasta este metoda de tratament folosita de Alcoolicii Anonimi, o miscare care a luat nastere in anii 1930 si care de zeci de ani ajuta milioane de oameni sa se vindece. Floyd conduce un centru crestin pentru tratamentul dependentei, despre care puteti afla mai mult accesand site-ul lor web [aici](#). Iata cum descrie el situatia: '*pentru cei mai multi romani, tratamentul consta intr-o vizita la doctor sau la spital pentru detoxifiere, urmata de un tratament medicamentos, sau poate consiliere individuala. In Romania exista foarte putini specialisti in dependenta.*'

Pentru ca tratamentul sa functioneze este nevoie de o abordare holistica. Cu alte cuvinte, simpla detoxifiere a organismului nu este suficienta. Pentru ca vindecarea sa fie permanenta, trebuie sa tratezi problema de la radacina si sa ajuti persoana dependenta sa isi confrunte problemele de natura psihologica. Exista nenumarate cazuri de persoane care

merg la spital pentru un tratament care presupune cateva zile de abstinenta, dupa care, odata dezinternati, se reintorc la sticla. In Romania exista un serviciu de tratament israelian (<http://forad.ro/tratament>) care presupune 'curatarea' persoanelor dependente prin transfuzie de sange, dar nu adreseaza sub nicio forma problemele de natura psihologica, asa ca nu il recomand.

Dar sa tratezi dependenta intr-o maniera holistica e mai usor de spus decat de facut. Asa cum mi-a explicat si Floyd, tratamentul tipic 'de stat', atat in Romania, cat si in Marea Britanie, este detoxifierea in spital si sfatuirea pacientilor sa urmeze consiliere psihologica individuala. Problema este ca persoanelor dependente le lipseste disciplina necesara pentru a urma un astfel de program; daca te simti deprimat ca trebuie sa consumi alcool si droguri ca sa scapi de probleme, nu vei vrea sa faci terapie.

Cea mai buna metoda de tratament este intr-un centru rezidential, cum este [Castle Craig](#), unde se gasesc toate serviciile de tratament intr-un singur loc si unde persoanele dependente petrec cel putin 6 saptamani, ceea ce le sporeste foarte mult sansele de insanatosire (statisticile Castle Craig arata ca peste 50% din pacientii care au urmat tratamentul sunt in continuare abstinenti). Un centru rezidential le impune o disciplina stricta pacientilor. Dar imi dau seama ca cei mai multi romani, si chiar si britanici, nu isi permit un astfel de tratament fara ajutor din partea statului sau a companiilor private de asigurari. (Iar asigurarile private de sanatate nu functioneaza normal in Romania).

Principiile esentiale ale tratamentului

Pentru ca tratamentul sa dea roade, doua lucruri sunt esentiale – pacientul trebuie cu adevarat sa isi doreasca asta; si e nevoie ca programul urmat sa fie unul holistic. Principala bariera in calea insanatosirii este negarea, cu alte cuvinte persoanele dependente sunt ani la randul convinse ca tin situatia sub control, ca ei sunt cei care controleaza drogul si nu invers. Se pot infrana pentru anumite perioade de timp, pot sa mentina o slujba si relatia cu familia, dar drogul ii va atrage mereu in capcana sa. Primul pas este sa recunosti ca nu ai niciun fel de control asupra dependentei – si pot trece multi ani pana cand o persoana dependenta sa accepte acest lucru.

Tratamentul holistic incepe cu o detoxifiere fizica (cea mai rapida parte a tratamentului) si continua cu mai multe metode de tratament psihologic care iau in discutie cauzele diverse ale dependentei (cum de ai devenit dependent in primul rand?). Probleme ca abuzul in copilarie, depresia si o emotivitate extrem de puternica sunt cauze frecvente, dar nici genetica nu poate fi lasata deoparte (copiii persoanelor dependente sunt in general vulnerabili). O alta parte importanta a tratamentului o reprezinta retelele de sustinere: grupul de prieteni iti incurajeaza dependenta? Exista vreun grup local care te poate tine pe drumul lung si solitar catre insanatosire? Asta de cele mai multe ori inseamna ca persoanele dependente trebuie sa se inscrie intr-un grup local al Alcoolicilor Anonimi (in cele mai multe tari din vest astfel de grupuri exista in fiecare comunitate; in Romania par sa fie doar cateva in toata tara).

Familia este un alt element foarte important; de cele mai multe ori familia persoanei dependente a ajuns la capatul puterilor si rudele apropiate au la randul lor nevoie de consiliere pentru a intelege mai bine aspectele dependentei si cat de importanta este

sustinerea familiei pentru succesul tratamentului. Dati [click](#) aici ca sa cititi un material foarte interesant (in limba engleza) despre familie si dependenta.

Cateva cuvinte despre mine

In primul rand as vrea sa mentionez ca nu sunt doctor, psiholog, terapeut sau o persoana capabila sa ofere tratament. Sunt consultant in comunicare, jurnalist si redactor si doresc sa impartasesc cu Dvs. toate informatiile pe care le-am gasit in cercetarea mea cu privire la dependenta in general si la tratamentul disponibil in Romania. Sper, asadar, ca aceste informatii va vor fi folositoare si daca doriti sa luati legatura cu mine o puteti face prin intermediul site-ului companiei mele, www.productive.ro.

Lista cu serviciile de tratament disponibile in Romania

Am aflat de aceste organizatii de la persoane in care am incredere. Sper ca va vor fi de folos.

www.psymotion.ro Cand persoane dependente din Romania ma suna pentru sfaturi legate de tratament (de cele mai multe ori e vorba de parinti ingrijorati), ii trimit la Dr. Eugen Hriscu de la clinica de psihoterapie [Psymotion](#) din Bucuresti. Dr. Hriscu si colegii lui sunt printre putinii din Romania care sunt complet calificati sa trateze dependenta si lucreaza intr-o clinica ce se ocupa exact cu asta. Dr. Hriscu conduce si cel mai important ONG in domeniu - [ALIAT](#) – care lucreaza cu peste 2000 de utilizatori de droguri din Romania. De curand, ALIAT a pus bazele unui serviciu de consiliere online pentru alcoolici, care se cheama [ALCOHELP](#).

www.dependenta.ro Am aflat de acest site de la Brian Douglas, care conduce un mic ONG in Iasi unde ofera programe foarte bune de tratament al dependentei in comunitatile din NE Romaniei (el mai recomanda sa vizitati si acest [site](#), despre dependenta in Marea Britanie). Nu stiu foarte multe despre persoanele din spatele acestui site – [Crucea Albastra](#) – dar se descriu ca 'o asociatie umanitara crestina care ofera ajutor persoanelor dependente de alcool si droguri'. Ofera tratament langa Sibiu, precum si o retea de tipul Alcoolici Anonimi. Au de asemenea si un forum online care poate fi folositor ca un prim pas pentru cei care vor sa se implice. Par sa aiba o reputatie buna, dar este o organizatie mica (probabil din cauza ca romanii nu sunt obisnuiti sa urmeze un tratament pentru dependenta).

Lista cu centre de tratament rezidentiale si de detoxifiere

Cei de la Crucea Albastra au o lista cu centre de detoxifiere, pe care o puteti consulta [aici](#). Mai au de asemenea si o lista scurta cu 'centre post tratament', care include si centrul lor: [Casa Nazaret](#), care este localizat intr-un sat de langa Sibiu. Crucea Albastra mai conduce un centru rezidential de tratament in judetul Sibiu (vesti bune pentru oricine locuieste in acest judet). Tot in Transilvania mai exista si un alt centru rezidential, la Targu Mures, care se cheama '[Bonus Pastor](#)' (acestia mai un centru asemanator in Iasi).

Alte centre de tratament (ambulatoriu)

Iata si o lista de centre de tratament ambulatoriu, cu alte cuvinte persoanele dependente participa la sesiuni in timpul zilei, dupa care se reintorc acasa. Presupun ca au legaturi stranse cu grupurile de ajutor din comunitate si veti putea observa ca biserica joaca mereu un rol important in aceste servicii (la fel ca si in miscarea Alcoolici Anonimi):

Programul Sf. Nicolae din Iasi (e interesant ca sustin ca sunt primii din Romania care ofera tratament impotriva dependentei sexuale).

Programul St. Nektarios din Bucuresti (nu am putut sa gasesc un site pentru acest serviciu).

Programul Sf. Dimitrie din Cluj (unul dintre cele mai bune site-uri din Romania pe aceasta tema; se intampla foarte multe lucruri in cadrul acestui program condus de Floyd Frantz, de care va spuneam mai devreme).

Coalitia impotriva Abuzului de Substante si a Adictiilor din Romania (ROSACC). ROSACC este o federatie a organizatiilor din Romania care ofera tratament impotriva dependentei si pe site-ul lor puteti gasi o harta utila a acestor servicii.

Alcoolici Anonimi (AA) si Narcotici Anonimi (NA) in Romania

Asa cum am mai spus, peste tot in lume exista grupuri AA si NA care ii ajuta pe oameni sa isi infranga dependentele. Frumusetea metodei AA consta in simplitatea ei; se bazeaza pe conceptul ca un alcoolic insanatosit este cea mai potrivita persoana care sa ajute un alt alcoolic sa devina abstinent, deoarece ei stiu prin ce trece acea persoana. Grupurile AA sunt de obicei restranse, discrete si nu au nevoie de bani pentru a se auto-organiza. Am intalnit un astfel de grup in Bucuresti pentru expati si se pare ca mai exista unul la Spitalul Obregia din Bucuresti, condus de un psihiatru, ceea ce este neobisnuit (in vest, profesia medicala nu se implica in intalnirile AA, dar le recomanda). Pentru a afla mai multe despre AA in Romania, dati click [aici](#).

www.castlecraig.co.uk Dupa cum v-am mai sus, eu sunt reprezentantul in Romania al clinicii britanice Castle Craig. Avand 27 de terapeuti si peste 100 de paturi, dispunem de una dintre cele mai bine echipate clinici pentru tratamentul dependentei in Europa de Vest. Cu aceasta ocazie vrem sa va prezentam diferitele servicii pe care le oferim si speram ca site-ul nostru va va oferi informatii utile despre tratamentul dependentei.

O prezentare a TRATAMENTULUI la Castle Craig, cu mai multe detalii despre terapia traumei, terapia comportamentala cognitiva, tulburarile de alimentatie, prevenirea recidivei, abilitati de a face fata presiunii impuse de tratament, terapia de grup pentru femei, terapia de desensibilizare si reprocesare prin miscari oculare (EMDR), care este o forma de terapie a traumei.

[Link catre articolul original publicat pe 121.ro \(6 iunie 2011\)](#)