**Этапы и методы борьбы с наркозависимостью**

**Степичева Александра студентка группы ТХ-11**

По данным МВД России, регулярно потребляет наркотики около 1,6% населения страны. И это только выявленные случаи. В Министерстве признают, что эти показатели не полностью отражают реальность и на самом деле наркоманов в России больше. По данным Минздрава, на учете в специализированных медицинских учреждениях состоят свыше 640 тысяч наркоманов. Руководитель «Трезвой России» Султан Хамзаев считает, что на середину мая 2018 года количество тех, кто употребляет наркотики, значительно выше — 3,4% населения страны (это около пяти миллионов человек). Ситуация осложняется тем, что большое распространение получили дешевые синтетические наркотики, спрос на которые постоянно растет.

Наркозависимым больным необходима помощь, не только потому что постоянный прием наркотиков подрывает их физическое и психическое здоровье. Страдают отношения с родными и близкими, начинаются проблемы на работе, часто доходит и до правонарушений. Однако для полного избавления от зависимости потребуется приложить значительные усилия и потратить много времени.

Эффективность лечения наркомании на современном этапе

Избавление от наркотической зависимости — длительный процесс, включающий в себя не только медикаментозное снятие интоксикации и ломки. Эффективность принимаемых мер будет зависеть во многом от качества психологической помощи и адаптации бывшего наркомана в обществе, ведь ему заново приходится строить отношения с социумом, а в случае неудачи неизбежны срывы. Согласно мировой статистике, полностью излечиваются 20–30% наркотически зависимых, и это не такой низкий показатель с учетом всех рисков. У наркоманов очень хрупкая психика, слабая воля, и малейший стресс может привести к срыву. Поэтому им необходимо полностью менять образ жизни, чтобы избавиться от тяги к наркотикам и начать управлять своими желаниями.

Услуги по лечению наркомании оказывают государственные наркологические центры. В частных учреждениях осуществляется диагностика наркомании, медицинская реабилитация больных наркоманией и профилактика. В государственных клиниках наркозависимым можно лечиться бесплатно, однако в таком случае обязательна постановка на учет в наркологический диспансер, что влечет за собой ряд временных социальных ограничений. Это вызвано особенностями финансирования данных услуг в нашей стране: оно осуществляется из средств субъекта Федерации. Медицинскую реабилитацию можно пройти анонимно в частных наркологических клиниках.

Однако, даже если вы нашли солидную клинику, в которой можно рассчитывать на высокий профессионализм врачей, наркозависимого больного еще потребуется уговорить туда обратиться.

Осознание проблемы: первый шаг к излечению

Прежде всего стоит уяснить, что обычные уговоры, скандалы, угрозы не окажут на зависимого человека положительного влияния, а могут только усложнить ситуацию. Кроме того, наркоманы бывают агрессивны и во время разговора об их болезни могут быть в прямом смысле опасны для окружающих. Лучшим выходом в этой непростой ситуации является так называемая психологическая интервенция . Это мотивационная консультация опытного врача-нарколога, которого необходимо вызвать на дом. Только специально подготовленный человек сможет убедить наркомана сделать шаги к изменению образа жизни.

Родственники со своей стороны могут лишь предпринять меры по поддержанию мотивации у больного, им не стоит решать за него все проблемы. Например, если зависимый попал за правонарушение в полицию или оброс долгами и кредитами, не следует срочно исправлять то, что он натворил. Он должен осознать, из-за чего это произошло, и признать свою болезнь. Если наркоман упорно все отрицает, следует сделать тесты на содержание в организме продуктов распада наркотических веществ — с его ведома или без предупреждения (такой вариант возможен и законен).

Диагностика

Существуют признаки, свидетельствующие о факте употребления наркотиков. При использовании инъекционных наркотиков — это следы от внутривенных инъекций по ходу поверхностных вен. При синдроме зависимости от кокаина присутствуют проявления хронического насморка. При употреблении ингалянтов — химический запах, следы термических или химических ожогов на лице и руках. Все это дополняется непроизвольным дрожанием конечностей (или всего тела), нарушением координации, частыми непроизвольными колебательными движениями глазных яблок (нистагм), неадекватной реакцией зрачков на свет (слишком увеличены или слишком малы) [6] .

Наркологические клиники Москвы: сравниваем государственные и частные центры

Тем не менее доказать факт употребления наркотиков по косвенным показателям довольно сложно. Наркоманы используют большое количество отговорок, искусно лгут, и вывести их на чистую воду можно только с помощью лабораторных тестов. В лабораторной диагностике употребления психоактивных веществ используется два основных типа тестирования: иммунологический (или ИФА) и хроматография. Наиболее высока точность тестирования методом ИФА для каннабиса и кокаина, в то время как для опиоидов и психостимуляторов она является более низкой. К тому же каждое из психоактивных веществ имеет свою длительность выявления в моче методом ИФА, поэтому для полной уверенности рекомендуется провести более сложное химико-токсикологическое исследование — хроматографию.

Образцами для лабораторных исследований служат биологические жидкости или поверхностные смывы, а также экстракты, полученные из волос человека, подозреваемого в употреблении наркотиков. В образцах могут быть найдены продукты метаболизма употребляемого наркотического препарата.

Без ведома больного можно произвести анализ по образцу волос. Основные группы наркотических средств и психотропных веществ могут обнаруживаться в волосах методом тандемной хромато-масс-спектрометрии при регулярном потреблении наркотика на протяжении нескольких месяцев. При разовом или эпизодическом употреблении следы в волосах могут быть не обнаружены. Для выявления факта систематического употребления наркотических средств и психотропных веществ существуют методы иммуноферментного анализа антител к данным веществам.

Снятие острой интоксикации

Передозировка наркотиками может привести к летальному исходу. Этот риск существует при каждом приеме наркотических веществ, особенно внутривенном. Острая интоксикация ведет к удушью, от которого можно умереть в течение нескольких минут. Попросить о помощи человек в этом случае не способен: он теряет сознание, синеет и не может самостоятельно двигаться. Чтобы его спасти, необходимо вызвать скорую помощь, а до ее приезда сделать искусственное дыхание «рот в рот».

Медицинские процедуры, направленные на снятие наркотической интоксикации, — это очищение дыхательных путей, снятие отека легких, промывание желудка, очистительные клизмы. Больному показаны кислородные маски. По прибытии в стационар проводят форсированный диурез, ощелачивание плазмы дробным введением свежеприготовленного 4%-го раствора натрия гидрокарбоната, перитонеальный диализ. Чтобы предотвратить инфекционные осложнения, могут быть применены антибиотики, а для ускорения метаболизма показано введение витаминов C и B1.

На снятие последствий острой наркотической интоксикации в стационаре может уйти несколько дней. Речь идет о квалифицированной медицинской помощи с использованием специального оборудования и препаратов. В домашних условиях спасти больного от «передоза» невозможно — необходима срочная госпитализация.

Снятие «ломки», или купирование синдрома отмены. Симптоматическая терапия

«Ломка» (абстиненция, синдром отмены) проявляется сильными физическими недомоганиями и начинается у наркоманов через 8–12 часов после принятия последней дозы. Приближение «ломки» больной чувствует и стремится скорее добыть новую дозу. В первые сутки отмечаются такие симптомы, как беспокойство, бессонница, приступы слабости, боль в челюстных суставах, лихорадка, расширение зрачков, мышечное напряжение, чихание, зевота, слюнотечение. К концу вторых суток начинаются сильные мышечные боли и судороги, больной становится агрессивным. Если в этот период «ломки» наркоман не добыл новую дозу, на третьи сутки начинаются рвота и понос, сопровождающиеся болями в кишечнике. Инъекционные наркоманы начинают испытывать зуд по ходу вен. К этому моменту на агрессию у них уже не остается сил. Без медицинской помощи синдром отмены может длиться две недели и более, оставляя после себя такие явления, как непреодолимое влечение к наркотику, нарушения сна, психический дискомфорт, перепады настроения, склонность к суициду. Остаточные явления могут длиться еще две–пять недель.

Кодирование от алкоголизма: методы и способы

Снятие «ломки» может проводиться врачами в домашних или стационарных условиях. Для снятия «ломки» и предотвращения остаточных явлений используется медикаментозная терапия: таблетки, инъекции, капельницы. Как правило, курс занимает несколько дней и включает прием анальгетиков, снотворного, антигистаминных и гепатотропных средств, а также витаминов. Специфические схемы терапии предусмотрены для каждой группы психоактивных веществ с учетом развития возможных осложнений.

Цель терапии — нормализовать работу внутренних органов (в первую очередь печени), улучшить психическое состояние, снизить тягу к наркотическим веществам. Параллельно с медикаментозными методами используются психотерапевтические. Однако за несколько дней от наркомании полностью вылечиться нельзя, требуются более глобальные меры.

Устранение патологического влечения к наркотикам

На этом этапе требуется комплекс мер по нормализации функций головного мозга и душевного состояния больного. Используются следующие методы:

Психофармакотерапия. Назначаются препараты для снятия и предотвращения депрессии и других эмоциональных расстройств. Также медикаментозно обеспечивается спокойный ночной сон, гармонизируются суточные биоритмы, регулируются мозговые процессы возбуждения и торможения.

Аппаратная терапия. Устраняет патологическую асимметрию работы правого и левого полушарий головного мозга. Активизация работы левого полушария усиливает функции самоконтроля, дисциплину, волевые процессы, рациональное мышление. Снятие возбуждения с правого полушария помогает сделать эмоциональную сферу более устойчивой. В результате устраняется обсессивно-компульсивное влечение к наркотикам, улучшается душевное состояние пациента, можно снизить дозировки лекарств.

Психотерапия в виде методов с научно доказанной эффективностью, таких как когнитивно-поведенческая психотерапия, является важной частью лечения наркомании и позволяет пациенту переориентироваться на здоровый образ жизни, изменить свое поведение, мысли и эмоции, перестроить отношения с семьей.

Блокаторы опиатных рецепторов, содержащие в качестве действующих веществ налтрексон или налтрексон + триамцинолон. Метод, необходимый практически каждому больному с опиатной и некоторыми другими видами зависимостей. Он состоит в том, чтобы ввести под кожу больного имплантат либо внутримышечно сделать инъекцию микрогранул с лекарственным веществом, которое блокирует действие поступающих в организм наркотических веществ. Таким образом, не наступает ни «ломки», ни ожидаемого эффекта от приема наркотиков, что делает их употребление бессмысленным и позволяет добиться изменения стиля жизни с помощью психотерапии и реабилитации. Количество препарата в имплантате может быть рассчитано на срок от трех до десяти месяцев.

Если все прошло успешно, у больного не остается потребности принимать наркотики, прекращаются навязчивые воспоминания о «наркотических» ощущениях. Однако без реабилитации и профилактики возможны срывы и возвращение зависимости.

Реабилитация и профилактика как обязательный этап борьбы с наркозависимостью

Цель этого этапа — возвращение пациента к привычному образу жизни с восстановленным здоровьем и социальными, трудовыми, адаптивными навыками. Этап включает медикаментозное воздействие, физиотерапию, консультации психологов. Реабилитационный период лучше всего проходить в специализированном медицинском учреждении, где организованы необходимые процедуры, предоставляется сбалансированное питание, спланирован досуг пациентов. Полезны индивидуальные и групповые занятия фитнесом и йогой. Реабилитация может длиться несколько месяцев.

Профилактические меры по предотвращению рецидивов включают пересмотр круга общения больного, восстановление его профессиональных навыков, развитие и поддержание здоровых интересов. На этом этапе на первый план выходит помощь родных и близких.

Длительность курса реабилитации при наркомании

В среднем на реабилитационные мероприятия по борьбе с наркоманией уходит от шести месяцев до года. Избавление от химической зависимости — это только 10% успеха. Остальное время посвящается реабилитации и социальной адаптации. Таким образом, медикаментозная терапия в стационаре займет от двух с половиной недель до месяца. Далее все зависит от состояния больного. В тяжелых случаях рекомендуется проводить весь реабилитационный период в специализированном центре. Если сохранились отношения с семьей и не была прервана связь с благоприятной социальной сферой, то предпочтительнее амбулаторные программы.

Несмотря на активные меры по предотвращению наркомании в нашей стране, проблема эта остается достаточно острой. Ее усугубляет низкая информированность о распознавании и методах лечения наркозависимости. Тем не менее современная медицина располагает всеми необходимыми средствами для возвращения наркозависимых к нормальной жизни.