

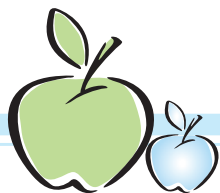
Rad dnevne bolnice za alkoholizam Neuropsihijatrijske bolnice Dr. Ivan Barbot, Popovača – primjer dobre kliničke prakse

Terapijski sadržaji Dnevne bolnice za alkoholne i druge ovisnosti Bolnice *Dr. Ivan Barbot*, Popovača pokazuju se dobrim primjerom kliničke prakse. Zahvalan tretmanski okvir definiran je oblikom polustacionarne skrbi koji je najčešće, ali ne i nužno, nastavak bolničkog liječenja i stabilizacije tjelesnog i psihološkog stanja bolesnika, i koje je poželjno (p)održati strukturiranim višesatnim programom dnevno-bolničkog liječenja. Bolesnik uz program svakodnevno odlazi kući, obavlja redovne obaveze i nije odvojen od obitelji i sredine. Uz edukaciju o štetnosti alkohola, zdravim stilovima života i nastavkom psihološkog liječenja i zdravstvene kontrole, odvija se senzibilizacija bolesnika za umijeće komunikacije, slušanje drugoga, sudjelovanje u grupi, time i grupno socioterapijsko iskustvo započeto sudjelovanjem u terapijskoj

zajednici tijekom bolničkog liječenja. Sadržaji zdravih stilova života Dnevne bolnice za alkoholnu ovisnost težište imaju na snažnom motivacijskom djelovanju odabranih tema i pripreme za povratak u radnu i obiteljsku okolinu, pojačani radom iskusnih terapeuta multidisciplinarnog tima: psihijatra, kliničkog psihologa, iskusnih viših medicinskih sestara i podrške socijalne radnice. U facilitirajućoj dinamici terapijske grupe, obiteljske terapije, individualnih i partnerskih tretmana osnažuju se kapacitet duhovnosti, odgovornost, roditeljske i partnerske kompetencije zaboravljene tijekom pijenja, a uz zauzimanje za sebe vježba se i slušanje drugoga. Uvid u to da i drugi imaju problem i zalaganje profesionalnog tima, zalozili su uspješnog rješavanja problema i poticanja motiva u cilju uspostave i održavanja kvalitetne apstinencije i promjene

životnog stila. Jačanje tehnika za suočavanje sa stresom dio su kognitivno-bihevioralnih radionica, a individualna, grupna i partnerska terapija te relaksacija odvijaju se po obavljenoj trijaži i psihodijagnostičkom postupku. Program Dnevne bolnice NPB-a Popovača provodi se na dvije lokacije. Jedna je u psihijatrijskoj bolnici u Popovači na II. odjelu, gdje je i stacionarni odjel za alkoholizam s kapacitetom od 50-ak postelja, u objektu staroga dvorca Erdödy izgrađenog pred 270 godina, u okruženju šumskog zelenila, travnjaka i uređenih staza te ambijenta u kojem i nekoliko dana boravka ljekovito i opuštajuće djeluje i pruža predah od stresa. Druga je lokacija Dom zdravlja Caprag u Sisku, što bolesnicima iz toga područja liječenje čini dostupnijim i pristupačnijim. Tim Dnevne bolnice mobilan je, ženski, praktično organiziran, prilagodljiv i s





bolesnicima lako i brzo nalazi način uzajamne suradnje, što je preduvjet brzog uključivanja bolesnika nakon što potpiše terapijski ugovor. U stresnim situacijama tim Dnevne bolnice spreman je i na terenske zadatke. Pritom se žurna reakcija i podrška mobilnog tima pokazala od velikog profesionalnog i ljudskog značenja. Povratak zdravim stilovima života, toliko istican u sklopu sveobuhvatnog liječenja ovisnosti, u prethodnom je razdoblju uključivao i aktivnost bolesnika u obližnjim voćnjacima i vrtovima i bio je dijelom radne terapije. Pitoreskni pejzaž dvorca i okruženja podno obronaka Moslavačke gore okruženje je koje nudi pravi terapijski ambijent. To je znao prepoznati dr. Ivan Barbot čijom je zaslugom 1934. godine ustanova zaživjela kao psihijatrijska bolnica razvivši se u jednu od najvećih u zemlji. Nekad je liječenje bolesnika otvorenih odjela uključivalo i radnu terapiju bolesnika u prirodi, na zemlji, u vrtovima i uz vočke koje su obrađivali i nalazili volju te pomalo i smisao za nastavak životnog puta. Sve se češće čuju mišljenja, i struke i bolesnika, da bi slične aktivnosti bilo vrijedno ponovno uključiti u sadržaje liječenja u mjeri koja bi odgovarala i standardima liječenja i potrebi bolesnika za životnim motivima i poticajem koji posebno nedostaje ovisnicima. Ulaganjem napora u njegovanje motiva i interesa bolesnika tijekom liječenja, oni se potiču

na strukturirano provođenje slobodnog vremena, kao i na fizičku aktivnosti s poznatim antidepresivnim djelovanjem. Pojedinaac se tada s više volje okreće partnerstvu, obitelji, susjedstvu, društvu i hobiu koji opušta, lokalnoj zajednici, radnome mjestu i obvezama te se bori za mjesto u društvu. Osuvremenjivanje sadržaja tretmana praćeno je podizanjem standarda liječenja, ulaganja i osiguravanja sredstava od županije i posebnih (EU) fondova jer su objekti Dvorca i prateće građevine od posebnog značenja i dijelovi su zaštićene baštine. Posljednje dvije godine nosile su posebne izazove i traumatsko iskustvo za mnoge. Poslije potresa koordinacija psihološke pomoći za ljude s postradalih područja ostvarena je iz Bolnice Popovača. Ekipe stručnjaka bolnice, uključujući tim Dnevne bolnice za ovisnosti, izašle su na teren u Sisak, Glinu i Petrinju neposredno nakon potresa. U Glini je ekipa Dnevne bolnice za ovisnosti donedavno izlazila na teren. Raznolikim sadržajima program Dnevne bolnice udovoljava viđenju jedinstvenog pristupa sveobuhvatnog liječenja ovisnosti o alkoholu koji je u našoj zemlji zaživio zalaganjem Profesora Hudolina. Njegove posebne zasluge vezane su uz organiziranje i promociju rada Klubova liječenih alkoholičara (KLA) kao matice – podrške principima zdravog života i povezivanja i umrežavanja s osobama koje su prošle sličnu životnu „Scilu i Haribdu“. Ti nesretnici jedni

druge najbolje razumiju i u stanju su podržati jedni druge pod vodstvom stručne osobe (psihijatra, psihologa ili socijalnog radnika). Pohađanje Kluba stručna je preporuka bolesniku po završetku ili za trajanja liječenja, u koji se on uključuje u cilju osnaživanja po donošenju odluke o apstinenciji i zdravijem životnom stilu. Sportska borba protiv ovisnosti maratonski traje. Za dvije godine navršit će se i 60 godina od osnutka Centra za proučavanje i suzbijanje alkoholizma i prvog kluba liječenih alkoholičara (Vinogradska bolnica, danas KBC *Sestre milosrdnice*), čime su postavljeni temelji liječenju alkoholne ovisnosti. Hudolinov model primjer je koji slijede i stručnjaci u inozemstvu, posebno Italiji, gdje su osnovani i održani do danas mnogobrojni KLA. U Hrvatskoj je nakon razdoblja stagnacije, a potom gašenja velikog broja KLA, taj broj iznova u porastu. Tim Dnevne bolnice ponovno je pokrenuo KLA u Popovači, koji je (uz kutinski koji je stabilnog kontinuiteta i članstva) dostupan korisnicima i obiteljima. Pokretanje novih KLA očekuje se i u susjednim županijama. Okolnosti suvremenog života i stalni izazovi nameću potrebu još veće koordinacije u radu svih uključenih instanci, od nužnosti održavanja seminara za liječnike obiteljske medicine i usavršavanja stručnjaka u ovisnosti, preko vraćanja digniteta pedijatrijskoj skrbi i suradnje s ambulantom školske medicine koje mogu biti mjesto rane trijaže, preko edukacije u školama i mjestima na „kojima diše“ lokalna zajednica (knjižnice, centri kulture, obiteljski centri), gdje se u sredini može prepoznati problem na početnoj razini, čuti glas stručnjaka protiv stigme i potrebi prepoznavanja problema u vlastitom domu ili susjedstvu, na poslu. Jer nije problem (i sramota) liječiti se, već imati problem, skrivati ga i ne rješavati. Činjenica je da je liječenje ovisnosti u bolničkim uvjetima velikih psihijatrija dugo bilo praćeno stigmom, što je osobe s poteškoćama obeshrabrivalo i udaljavalo od traženja pomoći. Upravo s ciljem otklanjanja stigme, djelatnici





PREPORUKE OBITELJIMA OVISNIKA O ALKOHOLU i svima kojima je stalo...



- opijanje je trajalo godinama, ni oporavak ne ide preko noći
- oboružaj se strpljenjem i ovisniku ostavi da sam(a) učini za sebe što mora
- ne prihvaćaj obećanje ovisnika -to je samozavaravanje kojim se izbjegava neizbježno
 - inzistiraj na uzajamnom poštivanju dogovora
- prihvaćanjem ovisnikovih laži ovisnika se ohrabruje za daljnje laganje i pijeње
 - ovisnikovo nadmudrivanje služi njegovom izbjegavanju odgovornosti
- ne valja tetošiti ovisnika, što više pažnje dobije - manje učini za sebe i nastavlja sa pijeњem
 - ne moralizirajte
 - ne grдите ovisnika
 - ne prijetite ovisniku
 - ne svađajte se s ovisnikom
 - ne prikrivajte njegovo pijeње
 - ne gubi živce (ovisnost je kronična bolest..)
- spremi se za maraton, rasporedi snage (i treniraj izdržljivost..)

Počni planirati oporavak SADA: Ne činiti ništa je najgori izbor !

**IMAJTE NA UMU: ALKOHOLIZAM je PROGRESIVNA BOLEST,
daljnjim pijeњem svakim se danom pogoršava**

GDJE: LOKACIJE

Bolnica Popovača/IIA
Pon-čet 8:00-15:00
tel: 044 569 322

DZ Caprag, Sisak
Pon-sri 13:00-19:00
Pet 8:30-14:30



KAKO:

ZAJEDNO,
STRPLJIVO,
PROFESIONALNO.
UZ EDUKACIJU, U DOMAĆEM OKRUŽENJU
STRUČNI TIM I OBITELJI UZ OVISNIKA
MOTIVIRANOG NA LIJEČENJE

TKO:

DNEVNA BOLNICA MULTIDISCIPLINARNI TIM

Azijada Srkalović-Imširagić, psihijatar
Marija Majnarić i Snježana Borovec;
prvostupnice sestrinstva,

Jasminka Matić, klinički psiholog,
jasminka.matic@bolnicapopovaca.hr
tel: 044 569 341

Tanja Grabovac Šljubura, soc.radnik,
M.Josić, I.Jurić, A.Horčićka, I.Bovcon,
radni terapeuti



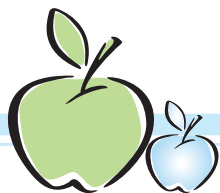
**Mjesec borbe protiv ovisnosti
15.11.-15.12.**

TRETMAN U DNEVNOJ BOLNICI ZA ALKOHOLIZAM I DRUGE OVISNOSTI NPB POPOVAČA (LOKACIJE U POPOVAČI u sklopu IIA I SISKU DZ CAPRAG)

- Trijaža od strane Multidisciplinarnog tima
- Medicinsko praćenje / Farmakoterapija
- Edukacije o alkoholizmu/predavanja o "Zdravim stilovima života"
- Grupe s psihološkim terapijskim djelovanjem
- Grupna, Individualna i Obiteljska terapija
- Grupe podrške ženama (suprugama, majkama, djeci)
- Radna terapija koja potiče na aktivnosti i kreativnost/Tehnike Relaksacije

VAŽNO ZNATI:

- OVISNIK O ALKOHOLU..
..NITI PIJE NITI APSTINIRA SAM..
- ..SE OPORAVLJA U OKVIRU OBITELJI KOJA SE OPORAVLJA
..IZLAZI IZ KAOSA UZ STRUČNU POMOĆ I PODRŠKU SVIM ČLANOVIMA OBITELJI
- ..PONOVNO USPOSTAVLJA OSJEĆAJ ODGOVORNOSTI I TIJEKOM LIJEČENJA GA
PREUZIMA..
- ..VRAĆA SE SVAKODNEVNOM CIKLUSU AKTIVNOSTI
- ..EMOTIVNO "RAZVEZIVANJE" OBITELJI OD OVISNIKA JE LIJEK ..
..OBITELJ POTIČE ČLANA OBITELJI NA ZRELE OBRASCE PONAŠANJA..
- ..APSTINENCIJA KAO PITANJE ŽIVOTA ILI SMRTI..
APSTINIRATI ZNAČI POČETI PONOVNO POŠTIVATI SEBE I NAJBLIŽE
- STRPLJIVO, BEZ PRETJERANIH OČEKIVANJA; DAN ZA DANOM..



Dnevne bolnice za liječenje alkoholne ovisnosti krenuli su s promoviranje zdravih stilova života i predavanjima s ciljanim motivacijskim sadržajima u knjižnicama, osnovnim školama i bolnicama. Tim se djelovanjem podiže svijest o potrebi rješavanja problema, senzibilizira se javnost i struka, a u lokalnoj zajednici snižava tolerancija neprihvatljivog ponašanja koje prati ovisnost. Posljednjih godina predavanja su prigodno održavana u lokalnoj zajednici i županiji (Popovači i Sisku) da bi se u nastavku proširila i na susjedne županije (Požeško-slavonsku, održavanjem predavanja za Knjižnicu Multikulturalnog centra i Lječilište u Lipiku). Pristajanje na alkoholnu ovisnost odabir je bolesnog, nefunkcionalnog i manje sretnog načina života, nerijetko ispunjenog agresijom, nasiljem, zanemarenom obitelji i nesretnom djecom. Od trauma Domovinskog rata nezaliječene, psihološke posljedice na integritet pojedinaca dodatno su oslabili stresovi, epidemija koronavirusa, potres, ponovna sveprisutna tema eskalacije rata u blizini, što je plodan teren za razvoj ovisnosti, depresije, osjećaj panike i anksioznosti. Bilježimo porast mentalnih poremećaja u frekvenciji bar za 1/4 većoj nego prije COVID-a, snažan porast ovisnosti i drugih ozbiljnih mentalnih poremećaja u komorbiditetu (kliničke depresije, paničnih ataka, opsesivno-kompulzivnih poremećaja). Poseban je izazov sve učestaliji dolazak na liječenje od alkoholne ovisnosti osoba koje su na liječenje upućene sudskom mjerom. Narušeni obiteljski odnosi, agresija prema partnerici, djeci, gubitak društvenih vrijednosti pokazatelji su problema i pojedinca i njegove obitelji, ali i društva u cjelini. Alternativa liječenju je odlazak u zatvor. U programima Dnevne bolnice zastupljeni su sadržaji prihvaćanja posebnosti svakog pojedinca, tolerancije i nenasilne komunikacije. U situaciji kada se procijeni potrebnim, pristupa se partnerskoj terapiji koja se nastavlja povremenim dolascima na ambulantno psihološko savjetovanje i psihijatrijske kontrole uz uputnicu.

Senzibilizacija za probleme nasilja, posebice seksualnog nasilja i seksualnog uznemiravanja te postizanje dobre informiranosti o postupcima iz Protokola o postupanju u slučajevima seksualnog nasilja, bio je motiv za povezivanje Neuropsihijatrijske bolnice Popovača s nevladinom udrugom *Ženska soba*. Cilj je ovog trogodišnjeg projekta u kojem sudjeluje Ured za zdravstvo i socijalnu skrb grada Zagreba, uspostaviti stalnu edukaciju za senzibilizaciju zaposlenika koji rade s traumatiziranim osobama. Sudionici edukacije usvajaju praktične i korisne sadržaje iz Protokola – od prijave nasilja, otklanjanja stigme, poticanja na traženje pomoći do pružanja podrške uz očuvanje privatnosti i sigurnosti traumatizirane osobe. Projekt sadrži obilježja interdisciplinarnosti, integrativnog pristupa, humanizma i poštivanja ljudskih prava, u konkretnom slučaju dodatne podrške ženi kao najčešćoj žrtvi nasilja.

Praktična spoznaja da se na liječenje odlučuje sve veći broj žena i mladih (u posljednje vrijeme porast ovisnosti najveći je upravo u ovim dvjema kategorijama), nametnuo je potrebu dodatne pažnje u strukturiranju programa za žene, kojima je ponuđen individualni i grupni tretman, uz savjetovanje, podršku i informaciju, sigurnost koju žena crpi iz osnaživanja i poticanja na prijavu nasilja. Jednom kada se učini prijava, stvari više nisu iste, ženi se postupno vraća samopouzdanje i snaga za sigurniji i ispunjeniji život.

Koordinirani naponi, dobro umrežavanje i suradnja preduvjet su uspjeha u daljnjim koracima liječenja ovisnosti. „Pristupačan sveobuhvatni model tretmana koji multidisciplinarni tim provodi u uvjetima ambulantnog liječenja, izbjegava mane i stigmatu hospitalnog liječenja“, riječi su kojima dnevno-bolnički tretman opisuje prof. Zoričić, suvremeni autoritet alkoholologije. Ono što je ključno važno, jest usmjerenost programa Dnevne bolnice i ostalih oblika liječenja na jačanje aktivne uloge i odgovornost, strukturiranje i prepoznavanje motiva

vezanih uz zdravi životni stil. Pritom je potreba za umrežavanjem s drugim instancama, preduvjet uspješnosti liječenja ovisnosti. Mreža podrške u širem se kontekstu definira podrškom obitelji, prijatelja, stručnjaka, interesa, duhovnosti, svega što može podržati apstinenciju i zdrav životni stil, jer ovisnik borbu ne može iznijeti sam. Važnu podršku apstinenciji pruža referentna grupa u liječenju (liječeni podržavaju jedni druge i baveći se pomaganjem drugima, postaju orijentirani na pomaganje, ne ovisnost), obitelj i terapeuti u zaštićenoj atmosferi prihvaćanja, povjerenja, prihvaćanja korektivnog iskustva, novog učenja, motiva, uz strukturiranje vremena i svladavanja nošenja s okolnostima.

Za trajni pomak nužno je osigurati podršku u kontekstu obitelji, društvene zajednice, radne okoline i društvenih okolnosti. Alkoholizam je obiteljski poremećaj i ne može se uspješno prevenirati, a alkoholičar uspješno liječiti i rehabilitirati bez pomoći i djelovanja svih (uključujući kampanje o zdravim stilovima života), a ne medijski agresivnom propagandom pijenja uz sportska i obiteljska okupljanja i otvaranjem kladionica.

Alkoholizam i drugi oblici ovisnosti danas su u porastu, a utakmicu možemo dobiti samo pripremljeni i zajedno, pravovremenom usmjerenošću na ciljane grupe, mlade, ženu i obitelj. I društvo treba dodatno senzibilizirati za ovaj ozbiljan problem. Problem je zajednički i zajednički ga treba rješavati, a struka i bolnica „bez ograde“ uvijek je tu da olakša donošenje smjernica.

Jasminka Matić, mr. spec. klinička psihologinja

NPB Dr. Ivan Barbot, Popovača
jasminka.matic@bolnicapopovaca.hr