

Отрадно, когда о путях искоренения молодёжного алкоголизма задумываются не только министры, социологи, психологи, наркологи, но и «не профильные» специалисты. Приветствую коллегу-гастроэнтеролога Валерию Беляеву, выступившую на страницах «МГ» в № 40 от 31.05.2013 со статьёй «Как победить причины наших скорбей?» с подзаголовком «В борьбе с алкоголизмом хорошо бы вспомнить прошлый опыт». Вот только энтузиазм её, как заметил один популярный литературный персонаж Михаила Булгакова, «не первой свежести». Бесспорно, мысли мэтров медицины начала XX века, широко цитируемые в материале, во многом актуальны и по сей день. Но поправочку на эпохи, времена и общественно-экономические уклады всё же стоит сделать. Об этом и выскажусь.

Зарисовка с натуры

В бытность мою ещё не психологом, а просто терапевтом, сложились у меня доверительные, больше обычного, отношения с одной пациенткой. Как-то раз, в знак благодарности она преподнесла бутылку дорогого виски. Пришлось посетовать, что не знаток напитка, и прослушать едва ли не лекцию о культуре его потребления и рецептуре мировых брендов одного. Выяснилось также, что дама – тонкая ценительница дружеских посиделок с бокалом качественного спиртного.

И вот однажды она наносит мне визит «вся на нервах». Сын, 20-летний юноша, всегда такой «белый и пушистый», вдруг явился домой далеко за полночь, с новой подружкой, обе персоны зримо навеселе. Утром – тремор души и тела, демонстративная мензурка валерьянки, хлопанье дверью. Алкогольный дебют мальчику, что и говорить, удался на бис.

Беседуем. Разве не вы, напоминая клиентке, делились, как приятно и притягательно состояние алкогольной эйфории, лёгкости бытия и раскрепощённости? А растя сына – задаю вопрос – мечталось же о том, что по мере его взросления и самостоятельности вы сможете всё больше времени уделять себе, следовательно, чаще позволять коктейль-пати в симпатичной компании? А ребёнок тем временем чудесным образом окажется генетическим ненавистником пороков современного социума? Будет с прилежно выученными школьными, а затем институтскими уроками поджидать маму с вечеринки, увлечённо занимая себя полезными для здоровья развивающими хобби? В положенный срок осчастливит некурящими внуками-трезвенниками, ненавидящими аддикции во всех их проявлениях?

Наводящих на раздумья вопросов наверняка можно задать и больше, чем нередко мы, психотерапевты, профессионально и занимаемся. Не знаю продолжения этой семейной саги в деталях, но то, что обошлось без развития конфликта, гипертонического криза и невротизации, не говоря уже о депрессии, мне доподлинно известно из последующего более чем 3-летнего катмнеза клиентки.

Раз, два... и обчёлся

Кому, зачем, как и с какой стати должно бороться за трезвость общества? Сразу оговорюсь, что провокационная постановка вопросов не имеет целью ознакомление читателя от лица автора с развёрнутыми ответами на них. Ищущий да обрящет. Но одна только ежегодная статистика ДТП, совершённых в состоянии алкогольного опьянения, часто с фатальными исходами для десятков тысяч (!!!) полных сил и жизненных планов людей, повод глубоко задуматься.

Однако цель иная – краткий экскурс во вчера и сегодня протравления злу неумяемого питья. Причём медицинскими

ей имеют внушение, подкрепляемое в меру собственных пристрастий врача, гипнозом, лазерными манипуляциями, компьютерным видео (включая и пресловутый 25-й кадр) или разрекламированной плацебо-инъекцией. А то и просто лёгким ударом ладонью в лоб.

Что сможет предьявить медицина завтра? Поживём – увидим, наука не стоит на месте.

социально-неприглядном плане, предложенные мэтрами пропагандистские инструменты были действенны. Сейчас акценты сместились. Наивно полагать, что такого рода паттерны эффективно сработают в наше время. Представим, что старшеклассник прослушал беседу штатного психолога или энтузиаста-педагога о вреде алкоголя. Затем дома включает телевизор

ными последствиями употребления алкоголя и наркотиков».

Вот что известно специалистам по данному поводу. Обратимся к авторитетной монографии, в частности, к справочнику по психотерапии под редакцией заведующего кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии последипломного образования, доктора медицинских наук, профессора Виктора Макарова. «В современных условиях используются варианты аверсионных техник, связанных с вызыванием у пациента аффективно насыщенного переживания острого страха за свою жизнь, как правило, в сочетании со стимуляцией грубых психовегетативных симптомов, семантически связанных с представлениями об умирании (например, метод А.Довженко)». К цитате в справочнике следуют два комментария. Первый: «Первоначальные сообщения о 70% эффективности этого метода для лечения алкоголизма в настоящее время подвергаются достаточно обоснованному сомнению». Ну и второй, выделенный жирным шрифтом: «Существуют данные об отставленных побочных эффектах аверсионных техник в форме выраженных невротических и психосоматических расстройств».

Так что, перифразируя припев популярного киношлягера, думайте сами, решайте сами – страшать или не страшать!..

Резюме в миноре

Как же быть? Пустить всё на самотёк или последовать советам светил прошлого? Опыт подсказывает, что если всё делать профессионально и настойчиво, то результат обязательно скажется, пусть и не так скоро, как мечтаешь. Проблема только в наших рыночных отношениях, собственно, универсальная. Кто, за чей счёт и за какую цену согласится заниматься антиалкогольной пропагандой? Причём не для галочки, не кавалерийским наскоком. Работа эта кропотливая и деликатная, где директивные утверждения не принимаются, где требуются не просто специальные знания и увлечённость психологией, но и персональная приверженность трезвому образу жизни.

Лучшие же и проверенные рецепты от пьянства молодёжи давно известны. Спорт, кружки по интересам, техническое творчество. Но и тут всё упирается в финансы. Как семейные, так и бюджетные разных уровней. Которых и у семей, и у бюджетов, в первую очередь муниципальных, в подавляющем большинстве на эти цели не густо.

Хотелось бы закончить оптимистически, да не в лад выйдет. Пока что, по всему, остаётся грезить маниловскими проектами. Хорошо бы, положим, клонировать, никого не забыв, учёных мужей славного российского прошлого. Скажем, от Михайло Ломоносова и до Святослава Фёдорова. Тех самых – с бескомпромиссной гражданской позицией и неподдельным деятельным энтузиазмом. Способных не только воздух колыгнуть, но и сознание масс.

Вот бы захили здорово!

Юрий СУПРУНОВ,
заведующий лечебно-диагностическим центром
Новосибирского областного
госпиталя № 2 ветеранов войны,
врач-психотерапевт высшей
категории.

НА СНИМКЕ: доколе бутылка пива будет постоянным атрибутом нашей молодёжи!

Точка зрения

Вперёд, в прошлое!

О борьбе с алкоголизмом вчера, сегодня. И... опять вчера?

(а не образовательно-пропагандистскими) способами. И никак здесь не обойтись без великого имени академика Владимира Михайловича Бехтерева.

Он не был первым, кто экспериментировал с гипнозом в лечении алкоголиков. Но именно он добавил к гипносуггестии другие психотерапевтические техники, что привело к весьма значимым результатам в достижении и длительности ремиссий. Классическая триада В.Бехтерева в лечении алкоголизма – это: внушение в бодрствовании (убеждение), внушение в гипнотическом сне и аутогенная тренировка в закреплении достигнутого эффекта.

Сегодня, в стремительном темпе жизни крайне затруднительно мотивировать клиента, особенно амбулаторного, на занятия аутотренингом, требующим месяцев и лет упражнений. Запрос на суперкраткосрочную психотерапию в несколько недель сегодня правит бал. Но при добросовестном подходе и первые две техники вкупе из Бехтеревской триады высокоэффективны. Как бы то ни было, профессиональное сообщество сходится во мнении, что любое, время от времени появляющееся новомодное психотерапевтическое веяние в лечении алкогольной зависимости так или иначе зиждется на фундаменте работ В.Бехтерева.

Ещё один способ прерывания алкоголизации – химический, с помощью препаратов, сенсibiliзирующих к спиртному. Суть их действия гениально проста. Образно говоря, выпивает клиент стопочку на их фоне, в надежде получить «удавшийся» воскресный вечер, а получает (всего через 5 минут) утро понедельника. Да такое – не приведи господь! И что досадно, минуя фазу кайфа. Смысла дальше алкоголизироваться с перспективой лишь усилить синдром и без того тяжкого похмелья, согласитесь, никакого. Прекрасный метод. С одним серьёзным изъяном: никак не затрагивает глубинные мотивы к пьянству и не влияет на патогенез влечения к алкоголю. Выпить-то всё равно хочется, хотя и выходит себе дороже.

Предлагались аверсионные техники лечения алкоголизма, использующие, например, вызывание рвотного рефлекса при одновременном предъявлении стимула – привычной дозы алкоголя. Эффективность такой терапии, правда, была невелика, очевидно, по той же самой причине, по которой не снижал популярности метод сенсibiliзации.

Практически все сегодняшние объявления о так называемом кодировании в основе сво-



На дискотеку в овчинном полушубке?

Справедливо помяная роль профилактики, В.Беляева в своей статье приводит призыв видного отечественного клинициста начала прошлого века Василия Шервинского: «Необходимо обязательное преподавание в школах учения об алкоголе: его влиянии на личное и общественное здоровье... Такое обязательное ознакомление об алкоголе в школах всех типов, безусловно необходимо и должно быть признано одной из наиболее действенных мер по борьбе с алкоголизмом». В унисон сказанному звучала и речь академика В.Бехтерева на открытии Клинического противоалкогольного института 6 мая 1912 г.: «Пропаганда идей трезвости должна вестись всеми возможными способами не только врачебными учреждениями при лечении алкоголизма и обществами трезвости, но и в школах низших, средних и высших, а также публичными лекциями, изданиями, показательными выставками и пр. ...Без сомнения, могут быть и другие пути для пропаганды идей трезвости, частью уже указанные выше, через общества трезвости, начальные театры, читальни, печатные издания, публичные лекции и пр., и всеми этими путями необходимо широко воспользоваться, ибо укрепление идей трезвости имеет, вообще говоря, громадное предупредительное значение в смысле ограничения распространения алкоголизма в населении...»

Возможно, 100 лет назад, когда телевидения не было, а немой кинематограф использовал сцены курения и пьянства преимущественно в иронично-комическом или негативном,

и видит в новостях, как в кремлевских залах не кто-нибудь, а Президент РФ чокается с заслуженными людьми на званом фуршете, неважно по какому поводу. И в фужерах у всех искрится как раз то, что час назад хаял школьный ментор.

Сами догадаетесь, какая информация окажется в приоритете у неокрепших мозгов, или нужны пояснения?

Ну а когда на выпускном балу с банкетом учительский коллектив (не исключая и лектора – недавнего радателя трезвости), а также родители и виновники торжества дружно последуют призыву уже литературного классика: «Наполним бокалы, содвинем их разом!»... Сизифов труд.

Без жёстких соответствующих ограничений в кино и СМИ, можно предположить, все антиалкогольные пропагандистские потуги окажутся сколь затратными, столь же и пустопорожними.

Вот почему мнение коллеги с опорой на взгляды вековой давности вызвало аллегория, выведенную в качестве заголовка к этим абзацам.

Бойтесь все, бойтесь!

«Развивая» идеи В.Бехтерева и В.Шервинского, Валерия Беляева предлагает своё ноу-хау: «Пожалуй, самое сильное чувство у человека – это чувство страха. Надо с раннего детства вырабатывать у детей (не только школьного возраста, но уже и у дошкольников) чувство страха возникновения ужасных последствий употребления алкоголя и наркотиков. Это должны быть не только беседы, но и детские книжки с картинками, мультфильмы и фильмы – интересные и занятные, но в то же время пугающие детей возмож-