

Реабилитация в наркологии

А. В. Мяскин

ГБУЗ «Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения города Москвы»



Фото: НИИОЗММ ДЗМ

Реабилитационные центры Московского научно-практического центра наркологии открывают путь к исцелению от разных форм зависимости, включая алкогольную, зависимость от психоактивных веществ, подрывающих не только физическое здоровье, но и душу, сами основы личности. Реабилитация помогает начать пациентам новую жизнь, получить психологическую поддержку.

Задача реабилитации в наркологии

Реабилитация в наркологии — неотъемлемая часть лечебного процесса, она представляет собой совокупность медицинских (лечебных), психологических, социальных, образовательных и трудовых мер, направленных на восстановление и формирование социально приемлемых

поведенческих, личностных и социальных качеств пациента, способности приспособления к окружающей среде, полноценного функционирования в обществе без употребления психоактивных веществ. То есть в основе реабилитационного процесса лежит биологическая,

психологическая, социокультурная и духовная модель выздоровления.

Основные задачи медицинской реабилитации — это:

- выработка установки на отказ от употребления психоактивных веществ;
- восстановление и формирование навыков эмоциональной саморегуляции при решении личных и социальных задач и навыков преодоления конфликтных ситуаций;
- улучшение качества жизни пациента;

- медицинская профилактика срывов и рецидивов заболевания;
- формирование моделей поведения, способствующих поддержанию трезвого образа жизни и эффективному социальному функционированию;
- расширение знаний родственников пациентов о медико-социальных последствиях употребления психоактивных веществ;
- преодоление родственниками созависимости в ходе психотерапевтической работы.

Реабилитация в специализированных стационарах

Служба реабилитации лиц с наркологическими заболеваниями в Москве представлена стационарным и амбулаторным звеном. Стать участником реабилитационного процесса пациент может как после прохождения лечения в условиях наркологического стационара, так и пройдя обследование в амбулаторных условиях. В каждом клиническом филиале ГБУЗ «МНПЦ наркологии Департамента здравоохранения города Москвы» (МНПЦ наркологии ДЗМ) работают программы стационарной реабилитации с коротким сроком пребывания пациента. В среднем реабилитационные программы в стационаре рассчитаны на 28 дней.

Также стационарная реабилитация представлена реабилитационным центром МНПЦ наркологии ДЗМ, расположенным

в Ступинском районе Московской области, где реабилитационная программа рассчитана на более длительное пребывание. Каждый пациент реабилитационного центра ежедневно участвует в групповых занятиях, в занятиях лечебной физкультурой, арт-терапией, принимает физиотерапевтические процедуры. Кроме того, с каждым участником реабилитационного процесса врачи и психологи работают индивидуально. При необходимости пациентам назначается медикаментозная терапия.

Выбор реабилитационной программы — стационарной или в условиях реабилитационного центра — определяется лечащим врачом — психиатром-наркологом с учетом индивидуальных особенностей пациента.

Выбор реабилитационной программы — стационарной или в условиях реабилитационного центра — определяется лечащим врачом — психиатром-наркологом с учетом индивидуальных особенностей пациента.

Индивидуальные амбулаторные реабилитационные программы

Амбулаторные отделения медицинской реабилитации представлены в каждом филиале МНПЦ наркологии ДЗМ (наркологическом диспансере), где функционируют реабилитационные программы для пациентов и их родственников. В них проводятся групповые и индивидуальные занятия, лекции, тренинги, интерактивные семинары, терапия средой, то есть посещение театров, музеев, выставок, а также экскурсии. Нашим подопечным оказывается помощь в трудоустройстве.

В восстановлении зависимых людей большое значение имеет семейная психотерапия как для диагностики и коррекции семейных проблем, так и для создания поддерживающей внутрисемейной реабилитационной среды.

На базе некоторых наркологических диспансеров собираются группы само- и взаимопомощи (анонимные алкоголики, анонимные наркоманы). Часть наших пациентов надолго остаются с нами в качестве постоянных >>>

С сентября 2023 года для оказания амбулаторной реабилитационной помощи жителям Москвы с наркологическими заболеваниями работает Городской реабилитационный центр.

участников этих групп, они делятся с выздоравливающими своим опытом.

С сентября 2023 года для оказания амбулаторной реабилитационной помощи жителям Москвы с наркологическими заболеваниями работает Городской реабилитационный центр, где применяются разнообразные методы и форматы реабилитации, практикуется индивидуальный подход к каждому пациенту с учетом уровня мотивации, психологического, социального и правового статуса пациента.

Это позволяет подобрать индивидуальный курс сроком от шести недель до шести месяцев с посещением реабилитационных мероприятий от двух до пяти раз в неделю.

Помощь несовершеннолетним пациентам оказывается в Детском реабилитационном центре, где подростки имеют возможность участвовать в реабилитационном процессе без отрыва от образовательного, в том числе со сдачей государственной итоговой аттестации.

Постлечебная программа ресоциализации

На базе социально-психологической службы организована постлечебная амбулаторная программа ресоциализации для людей с наркологическими расстройствами, прошедших курс длительной стационарной реабилитации. Социально-психологическая служба ведет активную работу с родственниками пациентов, желающими принять участие в выздоровлении своих близких. Наши специалисты устраивают семейные психотерапевтические сессии, проводят психологические консультации.

Сотрудники социально-психологической службы также взаимодействуют с пациентом на протяжении всего времени пребывания

его в стационаре, начиная с момента поступления и до выписки. Основная их задача — информирование и мотивирование пациента к продолжению лечения и прохождению реабилитационных мероприятий.

Во всех структурных подразделениях пациентам оказывают медицинскую помощь профессионалы с большим опытом работы: врачи, медицинские психологи, средний медицинский персонал, а также специалисты по социальной работе, социальные работники и волонтеры, в том числе имеющие собственный опыт излечения от наркологической зависимости, их пример, безусловно, вдохновляет наших пациентов.



Фото: НИИОЗММ ДЗМ

Занятия йогой прекрасно совмещаются с психотренингом



Фото: МНПЦ наркологии ДЗМ

Процесс реабилитации строится на основе индивидуального плана реабилитации, для каждого пациента он составляется исходя из сроков его ремиссии, его

реабилитационного потенциала, социальной занятости, его эмоционально-психологического статуса и с учетом личных пожеланий и выбора.

Проект спортивной реабилитации «Вместе выбираем жизнь!»

В 2024 году запущен проект по спортивной реабилитации «Вместе выбираем жизнь!» регбийного клуба «Динамо-Москва» и МНПЦ наркологии ДЗМ на базе Академии спорта «Динамо». Наставником в этом проекте является советский и российский регбист, мастер спорта СССР, директор международной программы World Rugby Get into Rugby в России, тренер по регби Центра олимпийской подготовки Москомспорта Виктор Ковтун. Цель участников — изменить себя, добавить в свою жизнь спорт и обрести единомышленников. Спортивная программа выстроена по специальной системе: игра доступна людям разного возраста, физической подготовки и веса. Участники играют в тег-регби (бесконтактный), что позволяет минимизировать травмы. Виктор Ковтун знает, как работать с нашими участниками: он не только выбирает определенные форматы игры, но и является наставником

и мотиватором для наших пациентов. В формате эксперимента более 100 участников занимаются спортом, социализируются и адаптируются к новой жизни без зависимости.

Таким образом, разнообразные методы и форматы реабилитационных мероприятий доказали свою эффективность на протяжении многих лет, что подтверждается длительностью ремиссий у пациентов, прошедших реабилитацию.

Следует отметить, что для жителей Москвы медицинская помощь в МНПЦ наркологии ДЗМ, в том числе и реабилитационная, является бесплатной. Иногородние граждане Российской Федерации, включая проживающих в Московской области, имеют возможность получить плановую медицинскую помощь, в том числе реабилитационную, по направлению Департамента здравоохранения города Москвы или на платной основе. М

В проекте «Вместе выбираем жизнь!» в регби играют люди разного пола, возраста и разной физической подготовки

Цель участников — изменить себя, добавить в свою жизнь спорт и обрести единомышленников. Спортивная программа выстроена по специальной системе: игра доступна всем желающим.